



COMUNICAZIONI IMPORTANTI

ORDINI DI LAVORO CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF 2014

(aggiornati al 20 maggio 2014)

- Il riscaldamento generale di 15 minuti si effettuerà sul tavolo.
- Le prove degli attrezzi si effettueranno sul campo gara, saranno guidate e seguiranno le seguenti modalità:
 1. Volteggio: esecuzione di 3 salti a ginnasta (prova sulla medesima altezza della tappetatura di gara)
 2. Parallele: un esercizio a ginnasta
 3. Trave: 30" a ginnasta
 4. Corpo Libero: 30" a ginnasta

- E' obbligatorio presentarsi con Cd musicali con 1 sola traccia, con scritto il nome della Società o della Ginnasta
- Penalità per musica stoppata punti 1.00
- Sul campo gara gli istruttori devono presentarsi in tuta e scarpe da ginnastica (sono ammessi pantaloni sotto il ginocchio larghi e canotta a spalla larga), mantenere un comportamento sportivo e consono, in un numero massimo di due per Società per attrezzo e con il **CARTELLINO TECNICO** in regola dell'anno sportivo in corso 2013/2014.
- Ogni Società deve consegnare al momento del controllo tessere l'allegato n° 1 firmato dal Presidente e la fotocopia del bonifico dell'avvenuto pagamento delle quote di iscrizione delle ginnaste e della quota della società.

Sichiede cortesemente a tutti gli istruttori di collaborare, consegnando velocemente le schede dichiarazione degli esercizi e i

4 biglietti per ciascuna ginnasta

al momento della presentazione alla giuria assegnata.

Ricordiamo che: sul campo gara è VIETATO a tutti, compreso i dirigenti, di fare fotografie con macchine fotografiche o cellulari. E' invece consentito, come da regolamento, fare i video dell'esercizio per eventuali incongruenze con le giurie.

Per segnalare il mancato inserimento di Ginnaste o Società nell'ODL si prega di contattare il Coordinatore UISP del Settore Gaf Sara Vacchini (338.3140229 sara.vacchini@libero.it) oppure la Responsabile dei Settori Tecnici UISP Paola Morara (338.4434027 paola.morara@virgilio.it)

ORDINE DI LAVORO del 6 giugno 2014**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE
QUARTA CATEGORIA
JUNIOR, SENIOR 1993/1998, ELITE'**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

PRIMO TURNO: QUARTA JUNIOR + ELITE (13 ginnaste)

Ore 7.30 controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata **Ore 7.45** riscaldamento generale

Ore 8.00 prova attrezzo come prevista (minuti), a seguire gara (1h termine turno ore 9.00)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
IL POGGETTO elite 2 S. MICHELE elite 1 BIANCOVERDE 1	CANALETTO 1 OLOS GYM 1 PONSACCO 1	GINNASTICA GRUGLIASCO 1 RICCIONE 1 UNIO VIGONZA 1	ZAVATTARO 1 SPORT ACADEMY ROMA 2

SECONDO TURNO: QUARTA SENIOR 1993-1998 (24 ginnaste)

Ore controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata **Ore9.00** riscaldamento generale

Ore 9.15 prova attrezzo come prevista (minuti), a seguire gara (1h 15' termine turno ore 10.30)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
GYM JOY 2 RICCIONE 1 LA PIRA 1 PIANORO SPORT ACADEMY 1 AIACE 1	CECINESE 3 CANALETTO 2 AIRONE 1	BENTIVOGLIO 2 CASTELNOVESE 1 FORZA E COSTANZA 1 IL POGGETTO 1 REGGIANA 1	GAREGNANO 3 ATL 75 3

ORE 10.30 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE: JUNIOR(10 ginnaste), SENIOR 1993/1998(24 ginnaste), ELITE' (3 ginnaste)

ORDINE DI LAVORO del 6 giugno 2014**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE
QUARTA CATEGORIA
SENIOR 1999/2000, SENIOR**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

PRIMO TURNO: QUARTA SENIOR 1999-2000 (25 ginnaste)

Ore controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata **Ore 11.00** riscaldamento generale

Ore 11.15 prova attrezzo come prevista (minuti), a seguire gara (1h 30' termine turno ore 12 .45)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
AIACE 5 ATL 75 1	IL POGGETTO 2 FIORANO 2 BARBANELLA 1 OLOS GYM 1	FAENZA 2 IRPINIA 4	BENTIVOGLIO 1 FORZA E COSTANZA 1 MDS PISA 1 CASTELNOVESE 2 FORZA E COSTANZA 1 PONSACCO 1

SECONDO TURNO: QUARTA SENIOR 2001 (16 ginnaste)

Ore controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata **Ore 12.45** riscaldamento generale

Ore 13.00 prova attrezzo come prevista (minuti), a seguire gara (1h' termine turno ore 14.00)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
IL POGGETTO 1 GINNASTICA GRUGLIASCO 1 CANALETTO 1 RICCIONE 1	PALAGYM LATINA 1 LIBERTY 1 PIANORO SPORT ACADEMY 1 AIRONE 1	AIACE 4	FIORANO 1 IL POGGETTO 2 OLOS GYM 1

ORE 14.00 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE: SENIOR 1999/2000(25 ginnaste), SENIOR 2001 (16 ginnaste)

ORDINE DI LAVORO del 6 giugno 2014**CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE
SESTA CATEGORIA A, B, C, D
JUNIOR, SENIOR**

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima. N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

PRIMO TURNO: SESTA B – SESTA C JUNIOR/SENIOR (15 ginnaste)

Ore controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata Ore 14.30 riscaldamento generale

Ore 15.00 prova attrezzo come prevista (5 minuti), a seguire gara (1h 30' termine turno ore 16.30)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SESTA B AIACE 1 ATL 75 1 SESTA C ATL 75 2J ATL 75 1S	SESTA C CE.GI. FI 1J ROSIGNANO 2 S ARTISTICA MUGELLO 1S	LE GINNASTE 1S BENTIVOGLIO 1S S. MICHELE 1S	IRPINIA 1S CANALETTO 1J ZAVATTARO 1J AIRONE 1S

SECONDO TURNO:SESTA D JUNIOR/SENIOR (16 ginnaste)

Ore controllo tessere, ginnaste pronte per la sfilata Ore 16.30 riscaldamento generale

Ore 17.00 prova attrezzo come prevista (minuti), a seguire gara (1h 30' termine turno ore 18.30)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
IRPINIA 1S S. MICHELE 3S	IL POGGETTO 2S AIRONE 1S BARBANELLA 1S	ZELIG 84 1 CE.GI. FI 2S CANALETTO 1S	ARTISTICA MUGELLO 1S ARTISTICA CONCERTOSPORT 1S+ 2J

ORE 18.30 CIRCA TERMINE GARA, A SEGUIRE PREMIAZIONE: SESTA B, C D (31 ginnaste)