

PRIMA PROVA PROMOZIONALE REGIONE LOMBARDIA

UISP GINNASTICHE A.S. 2021/2022

ORDINE DI GARA 26 MARZO 2022

PROMO SMALL, MEDIUM E SUPER

a.s.d. Eos gym Palestra– via cascina Restelli, Limido Comasco CO

Informazioni:

- In campo gara sono ammessi max 2 istruttori per società ad attrezzo, in tuta e scarpe da ginnastica.
- Si raccomanda di tenere un atteggiamento corretto e sportivo.
- **CONTROLLO DOCUMENTI**
È l'orario in cui le atlete dovranno accedere alla palestra ed effettuare il triage (temperatura e consegna documenti). Ogni atleta/allenatore/giudice dovrà essere munito e consegnare all'ingresso l'**AUTOCERTIFICAZIONE** ed esibire la **CERTIFICAZIONE VERDE VALIDA**, dai 12 anni compiuti in su.
Non sarà possibile accedere alla struttura prima dell'orario indicato. Vi chiediamo di arrivare 15 minuti prima dell'orario del controllo documenti, in modo da essere già nei pressi della struttura nel caso in cui la gara sia in anticipo (in tal caso vi avviseremo sul gruppo istruttori Whatsapp).
- **ACCESSO AL CAMPO GARA**
Ogni atleta dovrà avere la propria borsa per riporre vestiti/scarpe//giacche. Gli istruttori dovranno avere un cambio scarpe per accedere alla palestra.
- **PAGAMENTO GARA**
Sarà possibile effettuare il pagamento della gara e consegnare il modulo societario, firmato in originale, al primo turno di gara, al tavolo dell'organizzazione.
- **SI RACCOMANDA DI:**
Stampare e consegnare alla giuria il modulo ORDINE DI SALITA per attrezzo, che trovate in allegato all'ODL.
Al corpo libero consegnare l'ordine di salita anche alla postazione della musica. Si richiede di specificare sull'ordine di salita se le ginnaste sono ALLIEVE, JUNIOR O SENIOR, se il turno di gara è misto.
- Le richieste di chiarimenti sul punteggio D(vd) vanno fatte sull' apposito modulo.
- Si ricorda che l'orario delle premiazioni è indicativo.

Lo svolgimento della gara sarà per attrezzo, le ginnaste potranno effettuare il riscaldamento generale tempo di riscaldamento e l'orario di chiamata al primo attrezzo.

PROVE IN CAMPO GARA: si prega di utilizzare questa modalità di prova (tenendo conto di **30" a trave e cl e di 2 salti a volteggio/trampolino**): provano la ginnasta numero 1 e la ginnasta numero 2, gareggia la numero 1, prova la ginnasta numero 3 e così via. Se le categorie sono miste (es allieve e senior), si chiede agli allenatori del di organizzare le prove e le gare a seconda dell'altezza del volteggio.

MUSICHE: si chiede a tutti gli istruttori di inviare le musiche di ogni ginnasta, nominate personalmente (**SOCIETÀ COGNOMENOME**), entro martedì **22 MARZO 2022 a: eosgym@yahoo.it** e in copia a **gaftecnicolombardia.uisp@gmail.com**

Se due ginnaste utilizzano la stessa musica ne vanno comunque mandate due mettendo il nome corrispondente es: Regoli Sandra e Ferremi Giulia hanno la stessa musica dovranno pervenire 2 file nominati uno EOS_RegoliSandra e uno EOS_FerremiGiulia. In caso di problematiche di invio potranno essere consegnate al controllo tessere in campo gara, ogni musica dovrà comunque essere abbinata ad un cognome e nome. Chi non riuscisse ad inviarle è pregato di inviare email per comunicare la cosa.

Per qualsiasi problematica inerente all'ODL scrivere a gaftecnicolombardia.uisp@gmail.com (no Whatsapp)

Buon lavoro Ilaria, Paola, Greta, Elisa

PROMO MEDIUM
Junior
(35 ginnaste)
JUNIOR (JU)

1 TURNO controllo documenti 9.00 Riscaldamento generale ore 9.10 Inizio gara ore 9.30 prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
ELGA 5 JUN	GAREGNANO 5 JU	LAUDENSE 5 JUN	GAREGNANO 4 JU

2 TURNO controllo documenti 9.45 Riscaldamento generale 9.55 Inizio gara 10.15. Prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
PONTE 2 JUN EOS 3 JUN	GAREGNANO 4 JU	ELGA 4 JUN	LIBERTY 3 JUN

Premiazione ore 11.15 PROMO MEDIUM
PROMOMEDIUM
Allieve e Senior
(27 ginnaste)
ALLIEVE (AL), SENIOR (SE)

TURNO UNICO controllo documenti ore 11,00 Riscaldamento generale 11.10. Inizio gara 11.30 prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
ELGA 8 AL	GAREGNANO 8 AL	LIBERTY 2 AL + 2 SEN	OLIMPIA 3 AL EOS 1 AL+ 3 SEN

Premiazione ore 13.00 PROMOMEDIUM allieve e junior
PROMOSMALL
Allieve e Junior
(28 ginnaste)
ALLIEVE (AL), JUNIOR (JU)

TURNO UNICO controllo documenti ore 12.45 Riscaldamento generale 12.55. Inizio gara 13.15 prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
PONTE 9 AL+1 JU	GAREGNANO 9 AL	LIBERTY 3 AL + 2 JUN	LAUDENSE 3 AL VOLPONI 2 AL

Premiazione ore 14.45 PROMOSMALL

PROMOSUPER
Allieve e Junior
(19 ginnaste)

ALLIEVE (AL), JUNIOR (JU)

TURNO UNICO controllo documenti ore 14.30 Riscaldamento generale 14.40 Inizio gara 15.00 Prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
ELGA 4 AL VOLPONI 1 JUN	LIBERTY 1 AL+ 3 JU EOS 1 AL	ELGA 3 JUN GAREGNANO 2 JUN	PONTE 1AL + 3 JUN

Premiazione ore 16.15 PROMOSUPER Allieve e junior

PROMOSUPER
Senior
(15 ginnaste)

SENIOR (SE)

TURNO UNICO controllo documenti ore 16.00 Riscaldamento generale 16.10. Inizio gara 16.30 prove come descritte nella prima pagina			
CORPO LIBERO	TRAVE	TRAMPOLINO	VOLTEGGIO
GAREGNANO 5 SE	LIBERTY 3 SEN	GAREGNANO 5 SE	VOLPONI 1 SE PONTE 1 SE

Premiazione ore 17.50 PROMOSUPER Senior

ORDINE DI SALITA TRAVE CORPO LIBERO VOLTEGGIO PARALLELA TRAMPOLINO

Società:

Nomi atlete

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.

ORDINE DI SALITA TRAVE CORPO LIBERO VOLTEGGIO PARALLELA TRAMPOLINO

Società:

Nomi atlete

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.

ALLEGATO A

AUTODICHIARAZIONE COVID 19

Il/la sottoscritto/a (genitore/tutore legale dell'atleta in caso di minore):

Cognome		Nome	
In caso di Genitore/tutore legale indicare il cognome e nome dell'atleta			
Nato/a		il	
Residente in		Via e n.	
Tel.		E-mail	
Nella sua qualità di (**)			

(**) specificare: es. Atleta Tecnico, Insegnante, Allenatore, Operatore, Collaboratore.

DICHIARA

che negli ultimi 14 giorni non è stato affetto da infezione Covid-19 e/o non è stato sottoposto a misure di isolamento fiduciario o quarantena e, inoltre:

	SI	NO
• è stato in contatto stretto con persone affette da Covid-19?		
• è stato in contatto stretto con casi sospetti o ad alto rischio?		
• ha avuto negli ultimi tre giorni sintomi riferibili all'infezione da Covid-19 (tra i quali temperatura corporea superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto)?		
• manifesta attualmente sintomi riferibili all'infezione da Covid-19 (tra i quali temperatura corporea superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto).		

Dichiara di impegnarsi a comunicare prima di ogni ingresso nel sito sportivo ovvero prima di un evento/ gara/manifestazione eventuali variazioni di quanto sopra dichiarato, compreso l'insorgenza di sintomi riferibili all'infezione da Covid-19, tra i quali temperatura corporea (che andrà preventivamente rilevata) superiore a 37,5°C, tosse, stanchezza, difficoltà respiratoria, dolori muscolari, diarrea, alterazioni di gusto e olfatto.

Il/la sottoscritto/a attesta sotto la propria responsabilità che quanto sopra dichiarato corrisponde al vero consapevole delle conseguenze civili e penali di una falsa dichiarazione, anche in relazione al rischio di contagio all'interno della struttura sportiva ed alla pratica di attività sportive agonistiche (art. 46 D.P.R. n. 445/2000).

Autorizza, inoltre _____ (indicare la denominazione dell'associazione/società sportiva/Comitato/Organizzazione) al trattamento dei dati particolari relativi allo stato di salute contenuti in questo modulo ed alla sua conservazione ai sensi del Reg. Eu 2016/679 e della normativa nazionale vigente.

Luogo e data

Firma dell'atleta o del genitore/tutore legale perminorenni