

1° PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF UISP PIEMONTE

DOMENICA 16 MARZO 2014

PALAGINNASTICA

Via Pacchiotti 71, Torino

Organizzazione: Lega Le Ginnastiche Piemonte con l'ausilio di collaboratori della Lega Le Ginnastiche Liguria

RITROVO ISTRUTTORI e ATLETI: ORE 8.50

CONTROLLO TESSERE: ORE 9.00

RIUNIONE DI GIURIA: ORE 9.00

■ 1° TURNO: 2° -3° -4°- 6°D CATEGORIA (JUNIOR E SENIOR)

RISCALDAMENTO GENERALE SUL QUADRATO: ORE 9.10

INIZIO GARA: ORE 9.25

È prevista una prova generale ad ogni attrezzo di max 5 minuti e 30 secondi (1 minuto ad atleta/2 salti di prova al volteggio per la 2° e 3° cat.; 1 minuto e 30 secondi ad atleta per la 4° e 6°d cat.); a seguire gara all'attrezzo di prova.

Al volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la tappetatura/tavola già in uso.

(17 ATLETE, 25 minuti a rotazione, TOT 1h40)

GINNASTICA GRUGLIASCO	1 (2° CAT) 2 (4° CAT)	VOLTEGGIO
ARTISTICA CONCERTOSPORT	3 (3° CAT) 1 (2° CAT) 3 (6°D CAT)	PARALLELE
ZELIG '84 GYM	3 (3° CAT) 1 (6° D CAT)	TRAVE
SERRAVALLESE	1 (3° CAT)	CORPO LIBERO
SPAZIO DISPARI	1 (3° CAT) 1 (6°D CAT)	

■ 2° TURNO 1° CATEGORIA (ALLIEVE, JUNIOR E SENIOR)

RISCALDAMENTO GENERALE SUL QUADRATO: ORE 11.05

INIZIO GARA: ORE 11,15

È prevista una prova agli attrezzi di 1 minuto per ginnasta (2 salti di prova al volteggio), durante la valutazione della ginnasta precedente; a seguire gara all'attrezzo di prova.

Al volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la stessa tappetatura già in uso (60 cm o 80 cm).

(22 ATLETE, 15 minuti a rotazione, TOT 1h)

ARTISTICA CONCERTOSPORT	7	VOLTEGGIO
IL GINNASTA	1	PARALLELE
SERRAVALLESE	4	
2 VALLI	3	TRAVE
SPAZIO DISPARI	2	
ZELIG '84 GYM	4	CORPO LIBERO
GINNASTICA GRUGLIASCO	1	

PREMIAZIONE 1° -2° -3° -4° -6°D CATEGORIA ORE 12.40

PAUSA GIUDICI 12.50-13.10

RIUNIONE DI GIURIA: ORE 13.10

■ 3° TURNO MP4 (ALLIEVE, JUNIOR E SENIOR) - MP3 CIRCUITO B (ALLIEVE, JUNIOR E SENIOR)

RISCALDAMENTO GENERALE SUL QUADRATO: ORE 13.10

INIZIO GARA: ORE 13.20

È prevista una prova agli attrezzi per ginnasta (2 salti di prova al volteggio e al trampolino, 30'' a trave e corpo libero e 1 esercizio a parallele), durante la valutazione della ginnasta precedente; a seguire gara all'attrezzo di prova.

Al volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la stessa tappetatura già in uso (60 cm o 80 cm).

Le atlete di MP3 circuito B, eseguiranno la prova/gara al trampolino al termine della propria rotazione alle parallele.

(24 ATLETE, 20 minuti a rotazione, TOT 1h20)

ZELIG '84 GYM	6 (MP4)	VOLTEGGIO
GINNASTICA GRUGLIASCO	6 (MP4)	PARALLELE/TRAMPOLINO
SERRAVALLESE	3 (MP3 B) 4 (MP4)	TRAVE
SPAZIO DISPARI	2 (MP4)	CORPO LIBERO
ARTISTICA CONCERTOSPORT	1 (MP4)	
RIVER BORGARO	2 (MP3 B)	

PREMIAZIONE MP4 – MP3 CIRCUITO B ORE 14.50

■ **4° TURNO MP3 CIRCUITO A (ALLIEVE, JUNIOR E SENIOR)**

È prevista una prova agli attrezzi per ginnasta (2 salti di prova al volteggio e al trampolino, 30'' a trave e corpo libero e 1 esercizio a parallele), durante la valutazione della ginnasta precedente; a seguire gara all'attrezzo di prova.

Al volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la stessa tappetatura già in uso (60 cm/80cm).

ROTAZIONE X

RISCALDAMENTO GENERALE SUL QUADRATO: ORE 15.00

INIZIO GARA: ORE 15.10

(44 ATLETE, 30 minuti a rotazione, TOT 2h)

DERTHONA	7 JUN+5 SEN	VOLTEGGIO
SPAZIO DISPARI	2 JUN+3 SEN	TRAMPOLINO
ZELIG '84 GYM	6 SEN	
KINEO	5 JUN+6 SEN	TRAVE
GINNASTICA GRUGLIASCO	7 SEN	CORPO LIBERO
IL GINNASTA	2 SEN	
SERRAVALLESE	1 JUN	

ROTAZIONE Y

RISCALDAMENTO GENERALE SUL QUADRATO: ORE 17.20

INIZIO GARA: ORE 17,30

(44 ATLETE, 30 minuti a rotazione, TOT 2h)

2 VALLI	2 JUN+1 SEN	VOLTEGGIO
GINNASTICA GRUGLIASCO	1 ALL+8 JUN	
RIVER BORGARO	1 JUN+3 SEN	TRAMPOLINO
DERTHONA	7 ALL	
ARTISTICA CONCERTOSPORT	2 ALL+5 JUN+3 SEN	TRAVE
KINEO	2 ALL	CORPO LIBERO
POLISPORTIVA VENARIA	2 JUN	
ZELIG '84 GYM	1 ALL+6 JUN	

PREMIAZIONE MP3 CIRCUITO A ORE 19.40

INFORMAZIONI GENERALI

► Il costo dell'iscrizione è di € 8,00 a partecipante, da versare anche in caso di defezione –si invita a segnalare subito eventuali assenze, così da agevolare l'organizzazione della gara-. Iscrizioni e controllo tessere vanno effettuati almeno 20 minuti prima dell'inizio della gara della propria società (ciò può essere fatto al primo controllo tessere cumulativamente per tutti i propri iscritti). Le ginnaste devono essere munite di tessera UISP (codice 22B) valida per l'anno 2014 (non è ammessa la dicitura "tesseramento in corso") e certificato medico di idoneità all'attività sportiva AGONISTICA, oppure un'autocertificazione del Presidente societario, con allegato un elenco delle ginnaste in possesso di certificato medico, il quale si assume in tutto e per tutto la responsabilità civile e penale di ciò che dichiara.

► Come da programma 2014 le società sono responsabili della corretta iscrizione delle ginnaste alla categoria UISP idonea, secondo le limitazioni previste per le ginnaste tesserate anche FGI.

▪ Si invita tutte le società a collaborare nel rispetto degli orari e dei tempi di prova previsti durante i diversi turni di gara.

▪ Durante tutta la manifestazione sarà allestito un servizio fotografico ufficiale e pertanto non sono ammessi altri fotografi in campo gara e/o attrezzature professionali in tribuna. Si chiede cortesemente a tutte le società di collaborare nell'informare il pubblico partecipante delle sopra citate indicazioni.

Specifiche importanti per i tecnici:

Gli istruttori devono presentarsi in campo gara in tuta e scarpe da ginnastica, con i moduli dei punteggi ufficiali debitamente compilati (Reperibili sul sito della Lega Nazionale: <http://www.uisp.it/leginnastiche/index.php?idArea=12&contentId=80> e allegati alla presente mail)

- 4 foglietti per attrezzo (con i giusti colori) per ginnasta (vd. allegato)
- dichiarazione degli elementi dell'esercizio a tutti gli attrezzi a partire dalla 2° categoria (vd. allegato)

Per ogni rotazione ad attrezzo, gli istruttori dovranno consegnare al giudice i foglietti relativi all'attrezzo, già nell'ordine di esecuzione degli esercizi delle proprie ginnaste. Inoltre, per evitare che la prima società al primo attrezzo passi sempre prima a tutti gli altri 3 attrezzi, verrà osservata la regola che: "la prima società passa ultima" per ogni rotazione (Esempio partendo da Volteggio: Società 1 - Società 2 – Società 3 – Società 4; all'attrezzo successivo, Parallele, la Società n. 1 "passa ultima" e il turno di rotazione sarà: Società 2 - Società 3 – Società 4 – Società 1. E così via).

► Si consiglia di preparare un unico CD contenente tutte le musiche delle proprie ginnaste, in modo da limitare il più possibile le perdite di tempo.

► Non vi sarà la sfilata all'inizio della gara, ma una presentazione delle società schierate agli attrezzi di partenza. La sfilata verrà fatta al momento della premiazione.

► Si ricorda che potranno accedere al campo gara solo gli istruttori in regola con le norme previste dal regolamento UISP, muniti della tessera UISP e del cartellino tecnico UISP 2014 e massimo due per società. Chi non avesse provveduto a ritirare il proprio cartellino a inizio anno, lo potrà fare al momento del controllo tessere previa mail di richiesta, entro venerdì 14 marzo 2014, all'indirizzo uispleginnastiche@hotmail.it

► Per quanto non esplicitamente indicato si fa riferimento al codice internazionale dei punteggi, ai regolamenti e programmi UISP nazionali vigenti, consultabili sul sito www.uisp.it/leginnastiche.

Specifiche importanti per i giudici:

► I giudici sono tenuti a presentarsi in campo gara con maglia o camicia bianca e pantalone o gonna di colore blu o nero.

► Tutti i giudici devono essere in possesso della tessera UISP, del cartellino di giuria UISP 2014 ed avere un cronometro, una calcolatrice, programmi di gara, C.d.P aggiornati e i fogli ufficiali di giuria per l'attrezzo (reperibili sul sito della Lega Nazionale: <http://www.uisp.it/leginnastiche/index.php?idArea=12&contentId=80>).