

2° PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF UISP PIEMONTE

DOMENICA 13 Aprile 2014

Palazzetto dello sport U. Camagna

Piazza Ubertis Tortona (AL)

Organizzazione: Polisportiva Derthona Ginnastica A.S.D.

RITROVO ISTRUTTORI e ATLETI: ORE 8.50

CONTROLLO TESSERE: ORE 9.00

RIUNIONE DI GIURIA: ORE 9.00

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

RISCALDAMENTO zona riscaldamento: ORE 9.00

INIZIO GARA: ORE 9.30

È prevista una prova ad attrezzo per ginnasta (1' minuto ad attrezzo per cat. 2-3-OVER /1'30'' di prova per cat. 4°-6°D; 2 salti di prova al volteggio; 1 esercizio alle parallele) durante la valutazione della ginnasta precedente; a seguire gara all'attrezzo di prova.

Al volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la tappetatura già in uso (cubo 80-100 cm).

(28 ATLETE, 1h40)

DERTHONA	2(2° CAT) 5 (3° CAT)	VOLTEGGIO
ARTISTICA CONCERTOSPORT	3 (3° CAT) 1 (2° CAT) 3 (6° CAT)	PARALLELE
ZELIG '84 GYM SPAZIO DISPARI	4 (3° CAT) 1(6° CAT) 2(6° CAT)	TRAVE
SERRAVALLESE GRUGLIASCO	1 (3° CAT) 1(OVER) 3 (2° CAT) 2 (4° CAT)	CORPO LIBERO

■ 2° TURNO: 1° CATEGORIA (JUNIOR E SENIOR)

RISCALDAMENTO nella zona riscaldamento: ORE 10.40

INIZIO GARA: ORE 11.30

È prevista una prova agli attrezzi 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 tappetatura già in uso (60 cm o 80 cm).

(23 GINNASTE , 1h 30)

CONCERTOSPORT	3 J 3 S	VOLTEGGIO
SERRAVALLESE	2 J 2 S	PARALLELE
2VALLI	3 S	
DERTHONA	1 J 3 S	TRAVE
SPAZIO DISPARI	1 J 1 S	
ZELIG '84	2 J 2 S	CORPO LIBERO

PREMIAZIONE CATEGORIE 1°-2°-3°-OVER-4°- 6°D ORE 13.00 (PAUSA GIUDICI 13.10-13.20)

ORE 13.20 RIUNIONE DI GIURIA

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

RISCALDAMENTO GENERALE ZONA RISCALDAMENTO: ORE 13.00

INIZIO GARA: ORE 13.30

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

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

LE ATLETE DEL CIRCUITO MP3B ESEGUIRANNO LA PROVA/GARA AL PARALLELE AL TERMINE DELLA PROPRIA ROTAZIONE AL TRAMPOLINO

(24 GINNASTE, 1h 30)

ARSGYMNICA	5 (MP4 J) 2 (MP4 S)	VOLTEGGIO
ZELIG 84'	5 (MP4 S)	PARALLELE / TRAMPOLINO
SERRAVALLESE	3 (MP3B ALL) 1 (MP4 ALL) 3 (MP4 J)	TRAVE
GRUGLIASCO	1 (MP4 J)	CORPO LIBERO
SPAZIO DISPARI	2 (MP4 J)	
2 VALLI	1 (MP4 S)	

PREMIAZIONE MP3 B E MP4 ORE 15.00

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

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

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

ROTAZIONE X

RISCALDAMENTO GENERALE ZONA RISCALDAMENTO: ORE 14.45

INIZIO GARA: ORE 15.15

(25 GINNASTE, 1h15)

KINEO	6 S	VOLTEGGIO
2 VALLI	3 J 2 S	TRAMPOLINO
GRUGLIASCO	1J	
DERTHONA	7 ALL	TRAVE
ARSGYMNICA	1 J 6 S	CORPO LIBERO

ROTAZIONE Y

RISCALDAMENTO ZONA RISCALDAMENTO ORE 16:00

INIZIO GARA ORE: 16.30

(34 GINNASTE, 1h 45 MINUTI)

DERTHONA	5 S	VOLTEGGIO
SPAZIO DISPARI	3 S 2J	
ZELIG 84	3 J 3 S	TRAMPOLINO
SERRAVALLESE	1 J	
CONCERTOSPORT	4 J 3 S	TRAVE
DERTHONA	7 J	CORPO LIBERO
KINEO	2 ALL 1 J	

PREMIAZIONE MP3 CIRCUITO A ORE 18.30

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 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:

NOTA BENE : CAMPO GARA CON STRISCIA FACILITANTE 15 X 2 m.

Gli istruttori devono presentarsi in campo gara in tuta e scarpe da ginnastica, con i moduli dei punteggi ufficiali debitamente compilati

- 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.

► 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.