

# ORDINE DI LAVORO RASSEGNA 2 Marzo 2014

Palazzetto dello Sport S.Bitossi – Via Marconi – Montelupo F.no

Ore 8.00 – Apertura Palestra.

Ore 8.10 – Controllo tessere Livello D GAF (Duo, Trio e Quartetto)

Ore 8.20 – 10' Riscaldamento generale

Ore 8.30 – 5' di prova all'attrezzo e inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Coccinella 1T	Sangiov. 1Q	Rosignano 1D+1T	Sesto 4D+2T
AGL 3Q	Anchetta 5D+1Q	Poggetto Iso 1D+2T	Dicomano 1D
CGF 2T+2Q		Tica 1T	
		La Pira 1D	

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 9.40 – Controllo tessere Livello C Avanzato GAF(Duo, Trio e Quartetto)

Ore 9.50 – 10' Riscaldamento generale

Ore 10.00 – 5' di prova all'attrezzo e inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
UPP 1D	AGL 3T+1Q	CGF 3Q+3T	Casellina 1D
Rosignano 1D+1T			Sangiov. 1D+1Q
Poggetto Iso 1Q			

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 11.10 – Controllo tessere SETTORE GAM (Tutti i LIVELLI)

Ore 11.20 – 10' riscaldamento generale

Ore 11.30 – 5' di prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE PARI	SBARRA	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Aurora Mont. 5Bb	RossoSS 3Bb+4Ca	Giglio Mont. 2Bb+2Ca+1D	Mugello 88 1Cb NRC 1Ba Piombinese 1Bb Tre Pietre 1Bb

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 12.40 – Controllo tessere Livello A (Anatroccoli'07, Pulcini'08, Coccinelle'09)

Ore 12.50 – 10' riscaldamento generale

Ore 13.00 – Inizio percorso a tempo

La Pira(7), Coccinella(10)

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 14.20 – Controllo tessere Livello B Base DUO TRIO e QUARTETTO

Ore 14.30 – 10' riscaldamento generale

Ore 14.40 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
AGL 6Q Dicomano 1D	Giglio M. 1D+1Q Tica 1T UPP 1D NRC 2D Oasi Sport 1D	Piombinese 2T Art. Mugello 1T RossoSS 1Q La Pira 1Q Sangiov. 1D Rosignano 1T	AGL 3D+4T

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 15.50 – Controllo tessere **Livello B Avanzato e C Base TRIO**

Ore 16.00 – 10' riscaldamento generale

Ore 16.10 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
AGL 8T	Rosso SS 1T Tre Pietre 1T Montelupo 1D+1T+1Q Dicomano 1T	Art. Mugello 1T CGF 3T NRC 1T Giglio M. 1T	Coccinella 2T+1Q Sangiov. 1T+1D Oasi Sport 1T

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

Ore 17.20 – Controllo tessere **Livello C Base DUO e QUARTETTO**

Ore 17.30 – 10' riscaldamento generale

Ore 17.40 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Sangiov. 1D Rosignano 1Q Montelupo 1D Tica 1Q	Mugello 88 1D+1Q Oasi Sport 1D AGL 2D	Piombinese 1Q Tre Pietre 1D La Pira 1Q NRC 4D	RossoSS 4D CGF 1Q Art. mugello 1D

**AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE**

**TERMINE GARA PREVISTO ORE 19.30 ca.**

## **ATTENZIONE!!!!!!**

**DA QUESTO ANNO SPORTIVO, COME RIPORTATO ANCHE SUL REGOLAMENTO DELLA RASSEGNA, TUTTE LE ATLETE APPARTENENTI ALLA STESSA SQUADRA DEVONO AVERE LA STESSA MUSICA DEL CORPO LIBERO PER PERMETTERE L'ESECUZIONE IN COPPIA.**

*Il livello A MISTO prevede classifica individuale. Per tutti gli altri livelli sono previste classifiche DUO, TRIO e QUARTETTO (vedere dal programma lo schema degli attrezzi richiesti).*

*Si prega di prendere bene visione e di rispettare l'ODL in quanto per motivi di sicurezza, al termine di ogni turno verrà stilata la classifica per evitare inutile confusione all'interno dell'impianto.*

*Come previsto da regolamento inviato a tutte le società e pubblicato sul sito UISP Le Ginnastiche di Pisa (sito ufficiale regionale), le premiazioni individuali di atleti/e che non hanno ancora compiuto gli 8 anni avverrà con medaglie tutte uguali.*

**Discorso diverso sarà per le squadre in quanto viene premiata la società e non le atlete.**

**Ricordiamo a tutte le società che, devono presentarsi sul campo gara tassativamente munite di bigliettini per la giuria recanti :**

- **Nome dell'atleta**
- **Categoria e/o squadra di appartenenza**
- **Fascia d'età (Indicata nelle parentesi nell'ordine di lavoro)**

***Pena l'esclusione dalla classifica!!!***

**Sul campo gara sarà allestito il doppio attrezzo per quanto riguarda trave e corpo libero, che ci permetterà di accorciare un po' i tempi di prova.**

***NB. Per non allungare i tempi della rassegna, vi preghiamo di anticipare le eventuali variazioni di squadra, comunicandocelo al più presto anche nei gg antecedenti alla manifestazione. GRAZIE!***

**L'accesso sul campo gara è consentito ai soli istruttori ed accompagnatori autorizzati con apposite scarpe da ginnastica e tuta societaria.**