

VOLTEGGIO				
VAL.	1,00	1,50	2,00	2,50
SU 40 CM SALTI	CORSA NEI CERCHI + BATTUTA E PENNELLO (ARRIVO SU TAPPETO 10 CM)	CORSA BATTUTA IN PEDANA + PENNELLO (ARRIVO SU TAPPETO 20 CM)	PENNELLO	RACCOLTO
			CAPOVOLTA	CAPOVOLTA SALTATA
			FRAMEZZO ARRIVO IN ACCOSCIATA SU RIALZO 30 CM, ESTENDO LE GAMBE	FRAMEZZO (ESTENSIONE 1^ VOLO) ARR. SU RIALZO 30 CM+ PENNELLO
			PROGRAMMA TRADIZIONALE INDIVIDUALE BASE (N.B.: per la 1^ - 2^ cat. base leggere le specifiche all'attrezzo)	

VOLTEGGIO					
VAL.	3,00	3,50	4,00	4,50	5,00
SU 40 CM SALTI	CAPOVOLTA SALTATA	VERTICALE SQUADRATA	VERTICALE ARRIVO PIATTO	VERTICALE SPINTA	RONDATA
		ARRIVO PIATTO	RUOTA (G. APERTE)		
	PROGRAMMA TRADIZIONALE INDIVIDUALE AVANZATO				

1^ CATEGORIA BASE:

corsa nei cerchi, battuta nell’ultimo cerchio + pennello (arrivo su tappetino serneige 10 cm) – PUNTI 15,00

2^ CATEGORIA BASE:

corsa (cerchi FACOLTATIVI) battuta in pedana + pennello (arrivo su tappetino altezza 20 cm) – PUNTI 15,00

Sia per la squadra che per l’individuale: 2 salti

VALE IL MIGLIORE

In caso di salto nullo la ginnasta può ripetere un solo salto.

BASE salti a scelta da punti 1,00 a punti 2,50

AVANZATO salti a scelta da 3,00 a 5,00 punti

SQUADRA salti a scelta da tutta la griglia