

PRIMA PROVA TROFEO EMILIA ROMAGNA

Luogo: via Mattei – Campogalliano (MO) – palazzetto dello sport

Domenica 12 febbraio 2023 -mattina-

1° turno: categoria prima junior 2013-2012 (31)

Ore 08.00: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 08.15: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Saturno (6)	Pianoro (11)	Castelnovese (3)	Danzarte (1)	Equipe Emilia (4)
		Pico (2)	Santarcangelo (2)	Campogalliano (1)
			100 city ballet (1)	

Termine gara prevista alle ore 9.15

A seguire premiazioni (1)

Ore 9.35: uscita

2° turno: categoria prima junior 2014 (21)

Ore 9.15: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 9.30: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
100 city ballet (2)	Pianoro (1)	Santarcangelo (5)	Saturno (8)	Equipe Emilia (1)
Danzarte (1)				Campogalliano (2)
				Pico (1)

Termine gara prevista alle ore 10.15

A seguire premiazioni (1)

Ore 10.35: uscita

3° turno: categoria prima allieve (21+2), seconda allieve (2)

Ore 10.15: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 10.30: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Campogalliano (5)	Castelnovese (8)	Masi (3+2)	Santarcangelo (4)	Unione 90 (1)
				Coop Parma (2)

Termine gara prevista alle ore 11.20

A seguire premiazioni (3)

Ore 11.40: uscita

4° turno: categoria super prima (26)

Ore 11.20: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 11.35: inizio gara

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
Pianoro (7)	Pianoro (10)	Pianoro (7)
Castelnovese (3)		Campogalliano (2)

Termine gara prevista alle ore 12.25

A seguire premiazioni (1)

Ore 12.45: uscita

5° turno: categoria prima facilitata 2016-2015 (31+5)

Ore 12.25: inizio riscaldamento generale in campo gara

Ore 12.40: inizio gara

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
Bentivoglio (1)	Saturno (11)	Pianoro (14)
Monteveglia (5)		
Castelnovese (1)		
Masi (4)		

Termine gara prevista alle ore 13.55

A seguire premiazioni (2)

Ore 14.15: uscita

6° turno: categoria prima facilitata 2014 (18)

Ore 13.55: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 14.10: inizio gara

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
Castelnovese (4)	Pianoro (7)	Monteveglia (4)
Bentivoglio (3)		

Termine gara prevista alle ore 14.45

A seguire premiazioni (1)

Ore 15.05: uscita

7° turno: categoria prima senior (24), prima over (6)

Ore 14.45: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 15.00: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Calderara (2+4)	Pico (1+1)	Saturno (9)	Pianoro (3+1)	Castelnovese (3)
	Ginnastica Naturale (3)		Danzarte (1)	100 city ballet (2)

Termine gara prevista alle ore 16.00

A seguire premiazioni (2)

Ore 16.20: uscita

8° turno: categoria seconda senior (20), seconda over (15)

Ore 16.00: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 16.15: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Unione 90 (3)	Ginnastica Naturale (4+5)	Castelnovese (1)	Saturno (6+1)	Equipe Emilia (4+1)
Danzarte (2)		100 city ballet (2)		Calderara (2)
Sport Center (2+2)				

Termine gara prevista alle ore 17.25

A seguire premiazioni (2)

Ore 17.45: uscita

9° turno: categoria seconda junior (15), terza senior (5), terza over (8), quarta junior (2), quarta senior (4)

Ore 17.25: inizio riscaldamento in campo gara

Ore 17.40: inizio gara

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
Campogalliano (3)	Trottola (3+2+2)	Pianoro (2+3)	Trottola (4+3)	Danzarte (2)
Equipe Emilia (1)		Saturno (4)		Unione 90 (1+1)
Pico (2)				

Termine gara prevista alle ore 18.50

A seguire premiazioni (5)

Ore 19.10: uscita

INFORMAZIONI PER TUTTI I TURNI

Chiediamo a tutti di trovarsi all'esterno della palestra 10 minuti prima del proprio orario di inizio riscaldamento, in modo da cambiarsi per tempo prima del riscaldamento ed, eventualmente, poter utilizzare l'anticipo.

Gli spogliatoi sono utilizzabili, ma chiediamo di occuparne il minor spazio possibile, tenendo in ordine le proprie cose, in modo che tutti ci stiano.

Il riscaldamento generale previsto è di 15 minuti e si terrà in campo gara.

Seguirà poi il riscaldamento ad attrezzo prima della gara e si svolgerà nel seguente modo:

TRAMPOLINO 2 salti di prova facendo prima tutte prova poi gara

VOLTEGGIO 2 salti di prova facendo prima tutte prova poi gara

PARALLELE provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via.. avendo 20 secondi a ginnasta

TRAVE provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via.. avendo 20 secondi a ginnasta

CORPO LIBERO provano le prime 2, gara la prima, prova la terza durante il giudizio della prima, gara la seconda e così via.. avendo 30 secondi a ginnasta

Consegnare n. 2 foglietti dei punteggi ai giudici, in ordine di società e di ginnasta.

Le società devono presentarsi in campo gara con le tracce per il corpo libero sia su cd che su chiavetta.

Ogni atleta dovrà portare magnesina personale.

Qualsiasi chiarimento va effettuato durante il tempo di gara e non mentre ci sono le premiazioni per fare in modo di evitare il più possibile ritardi. Tenere controllati i punteggi di volta in volta e valutare singolarmente l'esecuzione degli esercizi delle proprie ginnaste prima di chiedere chiarimenti.

A fine gara, le premiazioni sono previste con un tempo di 20 minuti.

Per riuscire a mantenere i tempi di gara descritti, chiediamo a tutte le società di presentarsi con la giusta puntualità, con le giuste cose necessarie allo svolgimento, spostarsi da un attrezzo all'altro rapidamente e seguire il proprio turno senza prolungare i tempi in modo ingiustificato.

Ricordiamo di affrontare le gare con il giusto spirito sportivo in modo da passare la sana competitività alle vostre atlete, tenendo a mente che tutti cerchiamo di fare del nostro meglio per la migliore riuscita possibile di queste giornate.

Anche tutto ciò aiuta la crescita delle ginnaste in campo gara!

Rimaniamo sempre a disposizione per qualsiasi cosa e auguriamo buon lavoro!



PM EQUIPMENTS – Materassi su misura

📍 Via della Chiesa, 12 - 42041 Lentigione, Brescello RE

✉ info@poldimichele.it ☎ 0522.68.01.02