

**SECONDA PROVA TROFEO EMILIA ROMAGNA**

Luogo: via Mattei 15 – Campogalliano (MO)

Sabato 16 marzo 2024

-pomeriggio-

**1° turno: categorie: prima facilitata 2015, prima facilitata 2016 gen-giu**

Ore 14.00: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 14.15: inizio gara (28 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
JFIT (4)	SATURNO (9)	MARZABOTTO (7)
PIANORO (4)		CALDERARA (3)
CASTELNOVESE (1)		

Termine gara prevista alle ore 15.15 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 15.35

**2° turno: categorie: prima facilitata 2017, prima facilitata 2016 lug-dic**

Ore 15.15: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 15.30: inizio gara (36 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
PIANORO (11)	MARZABOTTO (9)	SATURNO (10)
	JFIT (6)	

Termine gara prevista alle ore 16.45 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 17.05

**3° turno: categorie: super prima**

Ore 16.45: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 17.00: inizio gara (34 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	TRAVE	CORPO LIBERO
PIANORO (11)	PIANORO (12)	MARZABOTTO (8)
		CASTELNOVESE (2)
		JFIT (1)

Termine gara prevista alle ore 18.10 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 18:30

**4° turno: categorie: prima allieve (11), seconda allieve(8)**

Ore 18.10: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 18.25: inizio gara (19 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CASTELNOVESE (2+5)	COOP PARMA (2)	JFIT (4)	LE FENICI (2)
	EQUIPE SPORTIVA (2)		UNIONE 90 (1+1)

Termine gara prevista alle ore 19.05 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 19.25

Domenica 17 marzo 2024

-mattina-

**1° turno: categorie: seconda senior (23), seconda over (23)**

Ore 8.15: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 8.30: inizio gara (46 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CALDERARA (1+4)	SATURNO (1+5)	100 CITY BALLET (4+1)	LE FENICI (4+3)	REGGIANA (6+6)
PIANORO (1+3)	EQUIPE SPORTIVA (3)	CAMPOGALLIANO (2)	UNIONE 90 (1+1)	

Termine gara prevista alle ore 10.05 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 10.25

**2° turno: categorie: seconda junior**

Ore 10.05: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 10.20: inizio gara (36 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ANIMO (4)	GINNASTICA NATURALE (5)	REGGIANA (8)	UNIONE 90 (5)	SATURNO (5)
PIANORO (3)			LE FENICI (3)	EQUIPE SPORTIVA (3)

Termine gara prevista alle ore 11.35 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 11.55

**3° turno: categorie: terza junior (5), terza senior (12), terza over (13)  
 quarta junior (2), quarta senior (7)**

Ore 11.35: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 11.50: inizio gara (39 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CAMPOGALLIA NO (2+2)	LA TROTTOLA (2+7)	PICO (2+3)	ANIMO (3)	GINNASTICA NATURALE (3+5)
LE FENICI (1)	SPORT CENTER (1)	SATURNO (2+2)	PIANORO (1+1+2)	

Termine gara prevista alle ore 13.10 e a seguire premiazioni (5)

Uscita ore 13.30

-pomeriggio-

**4° turno: categorie: prima junior 2015**

Ore 13.30: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 13.45: inizio gara (21 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SATURNO (3)		EQUIPE SPORTIVA (5)	UNIONE 90 (3)	JFIT (5)
COPPARO (2)		MARZABOTTO (1)	SPORT CENTER (2)	

Termine gara prevista alle ore 14.30 e a seguire premiazioni (1)

Uscita ore 14.50

**5° turno: categorie: prima junior 2014**

Ore 14.30: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 14.45: inizio gara (32 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
UNIONE 90 (3)	CAMPOGALLIANO (4)	EQUIPE (6)	MARZABOTTO (8)	SATURNO (2)
CALDERARA (2)	PICO (4)			100 CITY BALLET (2)
				COPPARO (1)

Termine gara prevista alle ore 15.55 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 16.15

**6° turno: categorie: prima junior 2013 (23), prima over (6)**

Ore 15.55: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 16.10: inizio gara (29 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SPORT CENTER (5)	PIANORO (5+1)	100 CITY BALLET (2)	MARZABOTTO (6+1)	COPPARO (1+3)
		CAMPOGALLIANO (2)		JFIT (1)
		SATURNO (1)		UNIONE 90 (1)

Termine gara prevista alle ore 17.10 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 17.30

**7° turno: categorie: prima senior**

Ore 17.10: inizio riscaldamento a lato del campo gara

Ore 17.25: inizio gara (32 ginnaste in gara)

TRAMPOLINO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CALDERARA (2)	PIANORO (6)	SATURNO (8)	SPORT CENTER (5)	COPPARO (3)
LE FENICI (2)		PICO (1)	CAMPOGALLIANO (1)	EQUIPE SPORTIVA (3)
UNIONE 90 (1)				

Termine gara prevista alle ore 18.35 e a seguire premiazioni (2)

Uscita ore 18.55

**INFORMAZIONI PER TUTTI I TURNI**

Chiediamo a tutti di trovarsi all'esterno della palestra 20 minuti prima del proprio orario di inizio riscaldamento, in modo da cambiarsi per tempo prima del riscaldamento ed, eventualmente, poter utilizzare l'anticipo.

Le musiche andranno portate su chiavetta e consegnate all'addetta alle musiche

Gli spogliatoi sono utilizzabili, 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. Seguirà poi il riscaldamento ad attrezzo prima della gara e si svolgerà nel seguente modo:

TRAMPOLINO E VOLTEGGIO: 2 salti di prova facendo prima tutte prova poi gara (attenzione alle altezze dei tappeti)

PARALLELE: provano prima tutte le ginnaste, 2^ prova solo se necessario, e poi si farà tutte gara (per la 3 e la 4 categoria sono concesse 3 prove).

TRAVE E CORPO LIBERO: 30 secondi a ginnasta (super prima e prima facilitata provano un esercizio tutte insieme e poi tutte gara)

Consegnare il modulo di ordine di salita delle ginnaste ad ogni attrezzo. Al corpo libero va consegnato anche il modulo delle musiche alla postazione dedicata. **Non** serviranno i foglietti dei punteggi.

Qualsiasi chiarimento va effettuato durante il tempo di gara 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.

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

CHIEDIAMO ALLE SOCIETA' DI VENIRE IN CAMPO GARA CON IL NUMERO NECESSARIO DI ALLENATORI, IN BASE ALLA DIVISIONE SU ATTREZZI DA ODL, superando il numero massimo di 2 allenatori per società solo in caso di bisogno per divisione su più attrezzi in contemporanea.

Dovessero esserci problemi, chiediamo di contattarci in modo tempestivo.

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!

#### I NOSTRI SPONSOR



**PM EQUIPMENTS – Materassi su misura**  
Via della Chiesa, 12 - 42041 Lentigione, Brescello RE  
info@poldimichele.it 0522.68.01.02



SERVIZI FOTO E VIDEO DURANTE  
MANIFESTAZIONI SPORTIVE  
SF Eventi - Sandro Fabiani Group  
sandrofabiani\_eventi



PREMIAZIONI, MERCHANDISING E  
ABBIGLIAMENTO PERSONALIZZATO  
SF Premia - Sandro Fabiani Group  
sandrofabiani\_premia

**SANDRO FABIANI GROUP**  
Via Romana Lucchese 238C  
50054 Galleno - Fucecchio (FI)  
0571 294024  
info@sandrofabiani.com  
www.sandrofabiani.com