

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

CORPO LIBERO

QUARTA - 8 elementi : - 5 acro + 3 ginnici, 3B 5 EC: 1) linea acro 2 elem differenti con fase volo (preparatori CdP) no salto 2) linea acro 3 elem differenti con fase di volo con 1 salto 3)elem acro in diff direzione inserito all'interno di una serie di 2 elementi 4)passaggio di danza (diretto o indiretto)di 2 salti ginnici ,leap o hop, differenti di cui uno con spinta a un piede e apertura 180° 5)uscita: una linea acrobatica composta da 2 elementi di cui uno dev'essere un salto	QUINTA /SPECIALITA' - 8 elementi: - 5 acro + 3 ginnici, 3B, 2C 5 EC: 1)2 linee acro: - prima linea acro di minimo 3 elem con fase di volo (preparatori CdP)di cui 1 deve essere un salto con spinta a due piedi - seconda linea acro di minimo 2 elementi con fase di volo di cui 1 deve essere un salto con spinta a due piedi 2) salto teso con o senza avv.(anche 180°) all'interno di una delle due serie 3)salto acro spinta a due piedi in differente direzione inserito in una linea acrobatica 4) <u>Un passaggio di danza composto da due salti ginnici differenti, leap o hop. (codificati) collegati direttamente o indirettamente</u> di cui uno con spinta a un piede e apertura 180° 5)Uscita: una linea acrobatica composta da minimo 2 elem. acrobatici con salto B	SESTA - CAMP. A/B -8 elementi di maggior valore,inclusa l'uscita: 3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta 4 EC: 1)Un passaggio di danza composto da 2 salti ginnici differenti spinta a 1 piede (leaps o hop) collegati direttamente o indirettamente di cui uno con divaricata 180°sagittale o laterale o in posizione carpiata divaricata 2)salto con avvitamento (min.360°) sull'AL 3)doppio salto sull'AT 4) Salto dietro & avanti (no elem.senza mani con spinta su 1 piede) eseguito nella stessa o in una differente linea acrobatica	SESTA - CAMPIONATO C -8 elementi di maggior valore , inclusa l'uscita: 3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta 4 EC: 1)Un passaggio di almeno 2 elementi ginnici codificati differenti, il 1° con arrivo su un piede, collegati direttamente o indirettamente uno dei quali con divaricata di 180° sagittale o laterale o in posizione carpiata divaricata 2) Salto avanti/laterale & indietro 3) Un salto acrobatico minimo B 4) Un doppio salto sull'AT OPPURE un salto con avv. sull'AL di 360°	SESTA – CAMP. QUARTA D -8 elementi di maggior valore ,inclusa l'uscita: 3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta 4 EC: 1)Un passaggio di almeno 2 elementi ginnici codificati differenti, il 1° con arrivo su un piede, collegati direttamente o indirettamente uno dei quali con divaricata di 180° sagittale o laterale o in posizione carpiata divaricata 2)Una linea acrobatica con 2 salti uguali o differenti 3)Due salti in differente direzione avanti/laterale e dietro 4)Un doppio salto sull'AT OPPURE un salto con avv. anche 180° sull'AL Elementi A = p. 0,10 Elementi B/C/D/E...= sempre p. 0,20
NOME	SOCIETA'			

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

TRAVE

<p>QUARTA</p> <p>- 5 elementi: - 2 acro +3 ginnici, 3B</p> <p>5 EC: - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°spinto a 1 piede - piroetta 360° -S acro 2 elem differenti di cui 1 con fase volo oppure SM di 2 elem con una B -elemento acro in differente direzione (escluso entrata e uscita) - Uscita codificata minimo valore A</p>	<p>QUINTA /SPECIALITA'</p> <p>- 5 elementi: - 2 acro + 3 ginnici, 3B, 2C</p> <p>5 EC: -SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180° spinto a 1 piede - piroetta 360° -S acro 2 elem differenti di cui 1 con fase volo oppure SM di 2 elem con una C -elemento acro in differente direzione (escluso entrata e uscita) - Uscita codificata minimo valore B</p>	<p>SESTA -CAMP A/B</p> <p>- 8 elementi di maggior <u>valore,compresa l'uscita</u></p> <p>3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta</p> <p>4 EC: - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno (tranne hop) con divaricata 180° (sagittale o laterale) o in posizione carpiata divaricata - un giro (gruppo 3) - SA di minimo 2 elementi con volo, di cui un salto - elemento acro in differente direzione</p>	<p>SESTA – CAMPIONATO C</p> <p>- 8 elementi di maggior valore , <u>compresa l'uscita</u></p> <p>3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta</p> <p>4 EC: - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°(sagittale o laterale) o in posizione carpiata divaricata, entrambi i salti spinta a 1 piede - piroetta 360 - S acro minimo di 2 elementi con volo (anche uguali) - elemento in diff. direzione av/lat-dietro</p>	<p>SESTA – CAMP QUARTA D</p> <p>- 8 elementi di maggior valore, <u>compresa l'uscita</u></p> <p>3 acro min 3 ginnici min 2 elementi a scelta</p> <p>4 EC: - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°(sagittale o laterale) o in posizione carpiata divaricata, entrambi i salti spinta a 1 piede - piroetta 360 - SA minimo 2 elem.con o senza volo (devono essere elem.differenti) -elemento in diff.direzione av/lat-dietro</p> <p>Elementi A=p.0,10 Elementi B/C/D/E...=sempre p. 0,20</p>
<p>NOME SOCIETA'</p>				

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

PARALLELE

<p>QUARTA -6 elementi: - 4 A - 2 B</p> <p>5 EC:</p> <p>- tempo di kippe - slancio vert. o passaggio dalla verticale - cambio di staggio (ok kippe) - eseguire giro vicino staggio (gruppi 2,4,5 no vert.) - uscita codificata minimo A</p>	<p>QUINTA e SPECIALITA' -8 elementi: - 4 A - 3 B - 1 C</p> <p>5 EC:</p> <p>- tempo di kippe - slancio vert. o passaggio dalla verticale - 1 elem. codificato per cambio di staggio - eseguire giro vicino staggio (gruppi 2,4,5 no vert.) - uscita codificata minimo A</p>	<p>SESTA - CAMPIONATO A/B -8 elementi di maggiore valore, compresa l'uscita</p> <p>4 EC:</p> <p>- volo sa/sb - volo con ripresa stesso staggio - minimo 2 diff. prese (esclusi slanci in verticale, entrata e uscita) -1 elem. senza volo con min.rot. 360°</p>	<p>SESTA - CAMPIONATO C -7 elementi di valore piu' alto + uscita</p> <p>4 EC:</p> <p>- volo sa/sb oppure sb/sa - slancio in vert. (no in entrata) - minimo 2 diff. prese (esclusi slanci in verticale, entrata e uscita) -1 elem. senza volo con o senza rotazione dei gruppi 2,4,5 (no vert.)</p>	<p>SESTA - CAMP QUARTA D -5 elementi di valore piu' alto + uscita</p> <p>4 EC:</p> <p>- volo dallo SA allo SB - slancio in vert. (no in entrata) oppure passaggio dalla vert. - volo dallo SB allo SA -1 elem. senza volo con o senza rot. elemento dei gruppi 2,4,5 no vert.</p> <p>Elementi A=p. 0,10 Elementi B/C/D/E... = sempre 0,20</p>
<p>NOME SOCIETA'</p>				
<p>NOME SOCIETA'</p>				
<p>NOME SOCIETA'</p>				
<p>NOME SOCIETA'</p>				