



COMUNICAZIONI IMPORTANTI

- Il riscaldamento generale di 15 minuti si effettuerà nella palestra attigua, NON in capo gara.
- Le ginnaste devono essere presenti per il riscaldamento generale 20' prima del controllo tessere del proprio turno di gara.
- Le prove degli attrezzi si effettueranno sul campo gara, saranno guidate e seguiranno le seguenti modalità:
 1. Volteggio: esecuzione di max 2 salti a ginnasta (prova sull'altezza della tappetatura di gara)
 2. Parallele: **tutte le ginnaste provano un esercizio..poi riprovano la prima e la seconda ginnasta, fa gara la prima e poi prova la terza e dopo fa gara la seconda ecc....**
 3. Trave: **provano la prima e la seconda ginnasta (30" a ginnasta per LA 1ª CAT. - 45" per LA 2ª CAT.) fa gara la prima ginnasta ..poi prova la terza e dopo fa gara la seconda e così via....**
 4. Corpo Libero: prova 1' per le ginnaste della giuria Bianca (tutte insieme), poi provano 1' le ginnaste della giuria rossa (tutte insieme) ... a seguire gara

E' obbligatorio presentarsi con Cd musicali (possibilmente file AUDIO, no MP3) con 1 sola traccia, con scritto il nome della Società e della Ginnasta. Per la formula della gara non ci sarà la possibilità di provare la musica del Corpo Libero, è quindi necessario avere a disposizione copia della musica su chiavetta USB nel caso in cui il CD non funzionasse (RICHIAMO VERBALE, CARTELLINO GIALLO A SEGUIRE ROSSO)
- _Penalità per musica stoppata punti 1.00
- Sul campo gara gli istruttori devono presentarsi in tuta e scarpe da ginnastica (sono ammessi pantaloni sotto il ginocchio larghi e canotta a spalla larga), mantenere un comportamento sportivo e consono, in un numero massimo di due per Società per attrezzo, **con tessera UISP e CARTELLINO TECNICO e/o AUTORIZZAZIONE dell'anno sportivo in corso.**
- Ogni Società deve consegnare al momento del controllo tessere l'allegato n° 1 firmato dal Presidente e la **fotocopia del bonifico dell'avvenuto pagamento delle quote di iscrizione delle ginnaste e della quota della società.**

Il Campionato si svolgerà disputando differenti categorie e fasce d'età di gara in contemporanea grazie all'utilizzo di due giurie (GIURIA BIANCA e GIURIA ROSSA), si chiede cortesemente a tutti gli istruttori di collaborare, consegnando i 4 biglietti per attrezzo per ciascuna ginnasta (tagliati e pinzati insieme) al momento della presentazione alla giuria assegnata.

Ogni gruppo deve nominare un capogruppo che cronometra i tempi di prova e le salite all'attrezzo e consegna i bigliettini in ordine.
Sul campo gara sono ammesse solo le ginnaste che gareggiano

Ricordiamo che: sul campo gara è VIETATO a tutti, compreso i dirigenti, di fare fotografie con macchine fotografiche o cellulari. E' invece consentito, come da regolamento, fare i video dell'esercizio per eventuali incongruenze con le giurie.

Per segnalare il mancato inserimento di Ginnaste o Società nell'ODL si prega di contattare la Responsabile del settore Gaf Bompadre Giuliana (uisp.gaf@gmail.com) oppure la Responsabile dei Settori Tecnici UISP Paola Morara (paola.morara@virgilio.it)

SDA GINNASTICHE CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF **BOZZA** **ODL VENERDI' 1 GIUGNO** CATTOLICA 2018

CAMPIONATO NAZIONALE A SQUADRE DI PRIMA CATEGORIA E CAMPIONATO INDIVIDUALE DI SECONDA CAT. ELITE, JUNIOR, SENIOR

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima.

N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte.

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: SQUADRE 1 CAT. SENIOR - ALLIEVE (20)

Ore 8,20 controllo tessere **Ore 8,30 - 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) **Ore 8,45** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 8,50** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SALTAVANTI 1S TAVARNELLE 2 S	ETA BETA 2 S	MUGELLO '88 1 S GYM PLANET 1 S SALTAVANTI 1 A	BUNNY CLUB 1 S MARANELLO 1 A POL. I' GIGLIO 1 S

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: SECONDA CAT. INDIVIDUALE ELITE ANNI 2006 E PREC. + ELITE ANNI 2007 E SUCCESSIVI (21)

Ore 8,20 controllo tessere **Ore 8,30/ 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) **Ore 8,45** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 8,50** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SESTO 3 (2007 e succ) SALTAVANTI 2 (2006 e prec)	MONTELUPO 3 (2006 e prec) OLOS GYM 1(2006 e prec) +1 (2007 e succ)	GAREGNANO 1 (2006 e prec) POGGIBONSESE 1 (2007 e succ) LE GINNASTE 1 (2006 e prec.) +1 (2007 e succ) PONSACCO 1 (2006 e prec) JUVENIA 1 (2006 e prec)	ROMANA 1 (2006 e prec) +2 (2007 e succ) ELGA SPORT 2 (2007 e succ) LAUDENSE 1 (2006 e prec)

ORE 10,10 CIRCA PREMIAZIONI 1^ CAT. SQUADRE SENIOR e ALLIEVE + 2^ CAT. ELITE ANNI 2006 E PREC. E ELITE ANNI 2007 E SUCCESSIVI

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: SQUADRE 1 CAT. JUNIOR- MISTE (24)

Ore 10,00 controllo tessere **Ore 10,10 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) , **Ore 10,25** ginnaste pronte per la sfilata, **Ore 10,30** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ART. MUGELLO 1 (J) + 1 (M) MARANELLO 1 (J)	ANCHETTA 2 (J) +1 (M)	POL. I' GIGLIO 2 (M) LASTRA A SIGNA 1 (J)	CERTALDO 1 (M) ETA BETA 1 (M) SALTAVANTI 1 (M)

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. JUNIOR ANNO 2006 (20)

Ore 10,00 controllo tessere **Ore 10,10 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) , **Ore 10,25** ginnaste pronte per la sfilata, **Ore 10,30** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CONCERTOSPORT 2 CALASANZIO 2 CESANELLA 2	LE GINNASTE 1 PONSACCO 1 PONTECARREGA 3	OLIMPIA MI 1 LIBERTY 1 LASTRA A SIGNA 2	BIANCOVERDE 1 ELGA SPORT 2 VITAL 1 SOLARIS 1

ORE 11,50 CIRCA PREMIAZIONI SQUADRE 1 CAT. JUNIOR, SQUADRE 1 CAT. MISTE + SECONDA CAT. JUNIOR ANNO 2006

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. JUNIOR ANNO 2005 (26)

Ore 11,40 controllo tessere, **Ore 11,50 - 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) **Ore 12,05** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 12,10** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 25')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CSTELNOVESE 4 LAUDENSE 1 GHEZZANO 1 S. FAUSTINO 1	CANALETTO 2 RICCIONE 1 LE GINNASTE 1 MONTELUPO 1 OLIMPIA MI 1 GRUGLIASCO 1	ROSIGNANO 1 BRESSO 1 ATHLETIC 1 SALTAVANTI 2 CESANELLA 2	HAPPY GYM 1 MC2 2 SOLARIS 2 LIBERTY 1

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. JUNIOR ANNI 2007-2010 (23)

Ore 11,40 controllo tessere, **Ore 11,50 - 15'** riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) **Ore 12,05** ginnaste pronte per la sfilata **Ore 12,10** prova attrezzo, a seguire gara (1h e 25')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MOVI-MENTE 2 TRAVERSETOLO 1 ATHENA 1 CASTELNOVESE 1 GHEZZANO 1	CANALETTO 1 RIMINI GYM TEAM 1 LA RUSTICA 1 VITAL 1 MC2 1	S. MICHELE 3 OLOS GYM 2 POGGETTO 1	CALASANZIO 6 MC2 1

ORE 13,35 CIRCA PREMIAZIONI SECONDA CAT. JUNIOR ANNO 2005 + SECONDA CAT. JUNIOR ANNI 2007/2010

CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE DI SECONDA CATEGORIA JUNIOR, SENIOR, SPECIALITA'

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima.
 N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte.

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2003 (16)

Ore 13,30 controllo tessere, Ore 13,40 - 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 13,55 ginnaste pronte per la sfilata Ore 14,00 prova attrezzo, a seguire gara (1h e 10')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
BIANCOVERDE 1 TERRANUOVA BRACCIOLINI 1 COOP PARMA 1 CANALETTO 1	ELGA SPORT 1 ATHLETIC 1 S. FAUSTINO 1 LIBERTY 1	VISPORT 1 POGGIBONSESE 1 RICCIONE 2	CONCERTOSPORT1 CESANELLA 2 ANCHETTA1

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. SPECIALITA' ANNI 2006/2008 (18)

Ore 13,30 controllo tessere, Ore 13,40 - 15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 13,55 ginnaste pronte per la sfilata Ore 14,00 prova attrezzo, a seguire gara (1 h e 10')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SOLARIS 2 ART. MUGELLO 2	MOVI-MENTE 1 ATL 75 3 LAUDENSE 2	MARANELLO 1 OLOS GYM 1 ATHENA 1 ROMA 7 1	SALTAVANTI 1 FERRUCCI LIBERTAS 2 ANCHETTA 1

ORE 15,10 CIRCA PREMIAZIONI SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2003 + SECONDA CAT. SPECIALITA' ANNO 2006/2008

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2004 (24)

Ore 15,00 controllo tessere Ore 15,10-15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 15,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 15,30 prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
LAUDENSE 1 3 PIETRE 1 S. FAUSTINO 1 CASTELNOVESE 1 SOLARIS 1 EUROPA '93 1	CANALETTO 2 LE GINNASTE 1 OLIMPIA CLUB 1 ATHLETIC 1 CALASANZIO 1	COOP PARMA 3 LIBERTY 1 TAVARNELLE 1 JESI 1	ANCHETTA 1 CONCERTOSPORT 1 ELGA SPORT 1 IL POGGETTO 1 OLOS GYM 1 GUASTALLA 1

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: INDIVIDUALE SECONDA CAT. SENIOR ANNI 2002 E PREC. (28)

Ore 15,00 controllo tessere Ore 15,10-15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 15,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 15,30 prova attrezzo, a seguire gara (1h e 20')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
SOLARIS 3 TERRANUOVA BRACCIOLINI 1 HAPPY GYM 1 HAPPY TIME 2	CALASANZIO 4 ATHLETIC 2 OLIMPIA CLUB 1	BRESSO 1 POGGIBONSESE 2 VISPORT 1 RIMINI GYM TEAM 1 RICCIONE 2	CESANELLA 4 GUASTALLA 2 ANCHETTA 1

ORE 17,00 CIRCA PREMIAZIONI SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2004 + SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2002 e PREC.

SDA GINNASTICHE CAMPIONATI NAZIONALI UISP GAF **BOZZA** **ODL VENERDI' 1 GIUGNO** CATTOLICA 2018
CAMPIONATO NAZIONALE INDIVIDUALE SECONDA CATEGORIA JUNIOR , SENIOR, SPECIALITA'

ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa a parallele, parallele passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio. Ad ogni cambio attrezzo la prima Società passa ultima.
 N. B. Eventuali richieste di cambiamento di turno non saranno accolte

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO : INDIVIDUALE SECONDA CAT. SENIOR ANNO 2005 (11)

Ore 17,00 controllo tessere Ore 17,10-15' riscaldamento generale (zona riscaldamento) Ore 17,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 17,30 prova attrezzo, a seguire gara (40')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CONCERTOSPORT 2 COOP PARMA 1	RIMINI GYM TEAM 2	POGGETTO 3	TRE PIETRE 3

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: SECONDA CAT. SPECIALITA' ANNO 2005 (13)

Ore 17,00 controllo tessere Ore 17,10-15' riscaldamento generale (zona riscaldamento) Ore 17,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 17,30 prova attrezzo, a seguire gara (40')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
EOSGYM 3	ROMA 70 3 LAUDENSE 1	JUVENIA 2 SALTAVANTI 1	ANCHETTA 1 EUROPA '93 1 VITAL 1

ORE 18,10 CIRCA PREMIAZIONI 2 CAT. SENIOR ANNO 2005 + 2 CAT. SPECIALITA' ANNO 2005

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: SPECIALITA' SECONDA CAT. ANNI 2001 E PREC (16)

Ore 18,00 controllo tessere Ore 18,10-15' riscaldamento generale (zona riscaldamento) Ore 18,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 18,30 prova attrezzo, a seguire gara (1h)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ANCHETTA 3 MONTELUPO 1	LIBERTY 3 JUVENIA 1	CAMAIORE 2 MDS 1 FERRUCCI LIBERTAS 1	FUCECCHIO 2 SALTAVANTI 2

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: SPECIALITA' SECONDA CAT. ANNO 2003 (16)

Ore 18,00 controllo tessere Ore 18,10-15' riscaldamento generale (zona riscaldamento) Ore 18,25 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 18,30 prova attrezzo, a seguire gara (1h)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
CONCERTOSPORT 1 ANCHETTA 1 SOLARIS 1 TURSIOPE 1	PONSACCO 1 LIBERTY 1 POL. I' GIGLIO 1 JUVENIA 1	MDS 1 MARANELLO 1 VOLPONI 1 LIFEGYM 1	ATHENA 1 3 PIETRE 3

GIURIA BIANCA – TURNO UNICO: SPECIALITA' SECONDA CAT. ANNO 2002 (18)

Ore 19,10 controllo tessere, Ore 19,15-15' riscaldamento generale (PALESTRA riscaldamento) Ore 19,30 ginnaste pronte per la sfilata Ore 19,35 prova attrezzo, a seguire gara (1h 10')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MDS 2 ANCHETTA 1 MUGELLO '88 3	VOLPONI 2 FERRUCCI LIBERTAS 2	LIBERTY 2 POL I' GIGLIO 1 FENIX 1 SGEAM 1	HAPPY TIME 1 LIFEGYM 1 SOLARIS 1

GIURIA ROSSA – TURNO UNICO: SPECIALITA' SECONDA CAT. ANNO 2004 (22)

Ore 19,10 controllo tessere Ore 19,15-15' riscaldamento generale (zona riscaldamento) Ore 19,30 ginnaste pronte per la sfilata, Ore 19,35 prova attrezzo, a seguire gara (1h 10')

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
MARANELLO 2 ANCHETTA 1 LA RUSTICA 1	ELGA SPORT 2 FERRUCCI LIBERTAS 2 VOLPONI 1	METATO 2 PONSACCO 1 LIBERTY 1 POL. I' GIGLIO 1	JUVENIA 1 SOLARIS 7

ORE 20,45 CIRCA TERMINE GARA A SEGUIRE PREMIAZIONI SPECIALITA' SECONDA CATEGORIA ANNI 2001 e PREC, ANNO 2003, ANNO 2002, ANNO 2004