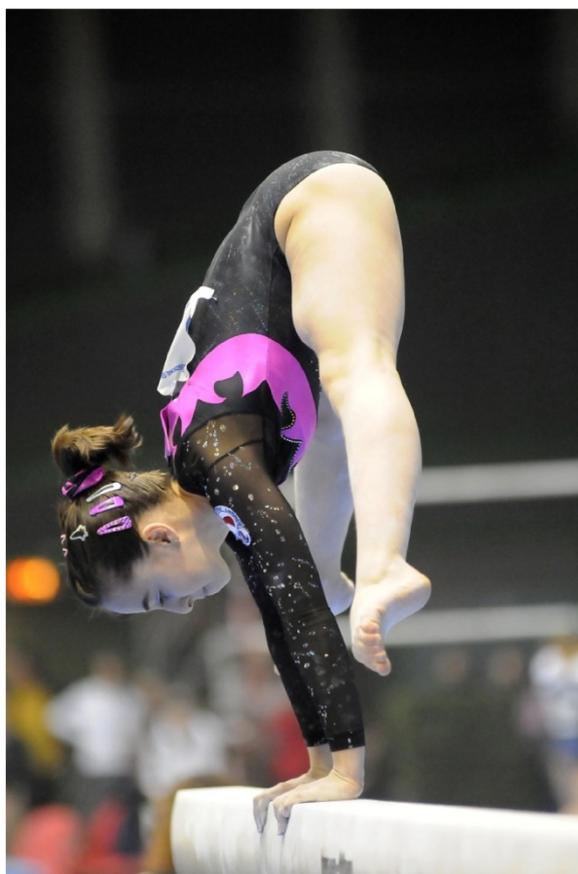

**GARA A TRE PROVE E
PERCORSO MOTORIO
2013/2014**



PROGRAMMA:

sono previste quattro categorie determinate dal livello tecnico di difficoltà, suddivise a loro volta in "allieve", "junior", "senior" e "over" in base all'età.

	1 categoria	2 categoria	3 categoria	4 categoria
1a - 2a elementare anno nascita 07/06	1A	2A	3A	4A
3a - 4a - 5a elementare anno nascita 05/04/03	1J	2J	3J	4J
1a -2a - 3a media anno nascita 02/01/00	1S	2S	3S	3S
Superiori - dall' anno di nascita 99		OVER	OVER	OVER

Per ogni categoria sarà stilata solo la classifica generale (data dalla somma dei punteggi ottenuti ai tre attrezzi); non è prevista classifica per attrezzo.

Gli istruttori dovranno presentarsi in campo gara con le schede delle proprie ginnaste già compilate. Sarà sufficiente inserire nelle schede i dati delle ginnaste, evidenziare se "allieve" (a), "junior" (j) o "senior" (s) ed evidenziare (con l'evidenziatore) gli elementi scelti.

Per rendere più fluida la gara e per agevolare il lavoro dei giudici gli elementi devono essere eseguiti nell'ordine riportato sulla scheda.

ATTREZZI ED ESIGENZE RICHIESTE:

Minitrampolino 1° e 2° categoria: altezza 40 cm

esecuzione di due salti uguali o differenti. Vale il punteggio migliore.

Volteggio 3° e 4° categoria: altezza 60 cm

esecuzione di due salti uguali o differenti. Vale il punteggio migliore.

Trave: altezza 50 cm

l'esercizio risulta composto da una o due traslocazioni comprendente entrata, uscita e 4 elementi da effettuare sopra alla trave, scelti tra quelli elencati ed eseguiti in successione come riportato sulla scheda; i passi di collegamento e/o assecondamento con le braccia sono liberi.

Corpo libero: striscia 12 X 2 mt

L'esercizio risulta composto da 6 elementi scelti tra quelli elencati che andranno eseguiti in successione (senza elementi di coreografia aggiunti) come riportato sulla scheda.