

2° PROVA CAMPIONATO REGIONALE UISP GAF

DOMENICA 14 APRILE 2013

PALAZZETTO DI SAN MAURIZIO CANAVESE (TO)

Via Ceretta Inferiore 38

Società organizzatrice: A.S.D. SPAZIO DISPARI

DALLA 1° CATEGORIA ALLA 3° e OVER:

E' prevista una prova agli attrezzi di 1 minuto per ginnasta (al volteggio 2 salti di prova), durante la valutazione della ginnasta precedente. Le prime due ginnaste provano consecutivamente (per un totale di 2 minuti/4 salti). Al Volteggio provano/gareggiano prima le ginnaste che utilizzano la tappetatura/tavola già in uso.

RITROVO ISTRUTTORI: ORE 08.50 (sarà indispensabile l'aiuto degli istruttori del primo turno per montare il campo gara e poter così iniziare con puntualità, si ringrazia anticipatamente).

RIUNIONE DI GIURIA: ORE 9.15

1° TURNO - 2° CATEGORIA (JUNIOR E SENIOR)

RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRINA: ORE 9.15

INIZIO GARA: ORE 09.45

27 GINNASTE - 20 minuti a rotazione - Totale 1h20 (09.45 – 11.05)

DERTHONA GINNASTICA	2	VOLTEGGIO
GINNASTICA GRUGLIASCO	1	
GINNASTICA SERRAVALLESE	2	
ZELIG' 84	2	
ARTISTICA CONCERTOSPORT	5	PARALLELE
FORZA E VIRTU'	2	
VIRTUS GRUGLIASCO	1	TRAVE
ARSGYMNICA CONCERTOSPORT	1	
DON BOSCO GYM	4	
CH4	7	CORPO LIBERO

PREMIAZIONE: 2° CATEGORIA (JUNIOR E SENIOR) ORE 11.20

2° TURNO - 1° CATEGORIA (ALLIEVE-JUNIOR-SENIOR)

RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRINA: ORE 11.10

INIZIO GARA: ORE 11.40

42 GINNASTE - 30 minuti a rotazione - Totale 2h (11.40 – 13.40)

FORZA E VIRTU'	3	VOLTEGGIO
DON BOSCO GYM	7	
GINNASTICA SERRAVALLESE	4	PARALLELE
2 VALLI	4	
ZELIG'84	2	
DERTHONA GINNASTICA	10	TRAVE
GINNASTICA GRUGLIASCO	1	
ARSGYMNICA CONCERTOSPORT	4	CORPO LIBERO
ARTISTICA CONCERTOSPORT	6	
VIRTUS GRUGLIASCO	1	

PREMIAZIONE: 1° CATEGORIA ORE 13.55**PAUSA GIURIA 14.10-14.30****3° TURNO : 3° CATEGORIA (JUNIOR-SENIOR) E CATEGORIA OVER**

RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRINA: ORE 14.00

INIZIO GARA: ORE 14.30

27 GINNASTE - 20 minuti a rotazione - Totale 1h20 (14.30 – 15.50)

ARSGYMNICA CONCERTOSPORT	1 (3CAT.)	VOLTEGGIO
SPAZIO DISPARI	1 (3CAT.)	
GINNASTICA SERRAVALLESE	2 (3CAT.)	
DERTHONA GINNASTICA	2 (3CAT.)	
GINNASTICA GRUGLIASCO	1 (3CAT.)	PARALLELE
CH4	2 (3CAT.)	
VIRTUS GRUGLIASCO	2 (3CAT.)	
ARTISTICA CONCERTOSPORT	1 (OVER)	

VIRTUS GRUGLIASCO	8 (OVER)	TRAVE
ZELIG'84	4 (2+2)	CORPO LIBERO
FORZA E VIRTU'	3 (3CAT.)	

PREMIAZIONE: 3° CATEGORIA (JUNIOR-SENIOR) E CATEGORIA OVER ORE 16.05

RIUNIONE DI GIURIA (16.20-16.35)

DALLA 4° CATEGORIA – 6D – SPECIALITA'

E' prevista una prova generale ad ogni attrezzo di 6 minuti (1minuto e 30 secondi a ginnasta).

A seguire gara all'attrezzo di prova.

4° TURNO : 4° CATEGORIA (JUNIOR-SENIOR) – 6D (JUNIOR-SENIOR) – SPECIALITA'

RISCALDAMENTO GENERALE NELLA PALESTRINA: ORE 16.00

INIZIO GARA: ORE 16.40

11 GINNASTE - 20 minuti a rotazione - Totale 1h20 (16.40 – 18.00)

VIRTUS GRUGLIASCO	4 (2 di 4°cat. + 2 di 6°D)	VOLTEGGIO
ARSGYMNICA CONCERTOSPORT	2 (1 di Spec. + 1 di 6°D)	PARALLELE
ARTISTICA CONCERTOSPORT	1 (6°D)	
CH4	2 (4°cat.)	TRAVE
SPAZIO DISPARI	2(1 di 3°cat. + 1 di 6°D)	CORPO LIBERO

PREMIAZIONE: 4° CATEGORIA (JUN.-SEN.) – 6D (JUN.-SEN.) – SPECIALITA' ORE 18.15

Disallestimento del campo gara con l'ausilio delle società presenti.

INFORMAZIONI GENERALI

- ▶ Il costo dell'iscrizione è di € 8,00 a partecipante, da versare anche in caso di defezione. Iscrizioni e controllo tessere vanno effettuati almeno mezz'ora prima dell'inizio della gara della propria società (ciò può essere fatto al primo controllo tessere cumulativamente per tutti i propri iscritti). Le ginnaste devono essere munite di tessera UISP (codice 22B) valida per l'anno 2013 (non è ammessa la dicitura "tesseramento in corso") e certificato medico di idoneità all'attività sportiva AGONISTICA, oppure un'autocertificazione del Presidente societario, con allegato un elenco delle ginnaste in possesso di certificato medico, il quale si assume in tutto e per tutto la responsabilità civile e penale di ciò che dichiara.
- ▶ Come da programma 2013 le società sono responsabili della corretta iscrizione delle ginnaste alla categoria UISP idonea, secondo le limitazioni previste per le ginnaste tesserate anche FGI.

Specifiche importanti per i tecnici:

Gli istruttori devono presentarsi in campo gara in tuta e scarpe da ginnastica, con i moduli dei punteggi ufficiali debitamente compilati (Reperibili sul sito della Lega Nazionale:

<http://www.uisp.it/leginnastiche/index.php?idArea=12&contentId=80> e allegati alla presente mail)

- 4 FOGLIETTI PER ATTREZZO (CON I GIUSTI COLORI) PER GINNASTA (VD. ALLEGATO)
- DICHIARAZIONE DEGLI ELEMENTI DELL'ESERCIZIO A PARTIRE DALLA 3° CATEGORIA, UNA PER OGNI ATTREZZO PER GINNASTA (VD. ALLEGATO)

Per ogni rotazione ad attrezzo, gli istruttori dovranno consegnare al giudice i foglietti relativi all'attrezzo, già nell'ordine di esecuzione degli esercizi delle proprie ginnaste. Inoltre, per evitare che la prima società al primo attrezzo passi sempre prima a tutti gli altri 3 attrezzi, verrà osservata la regola che: "la prima società passa ultima" per ogni rotazione (Esempio partendo da Volteggio: Società 1 - Società 2 – Società 3 – Società 4; all'attrezzo successivo, Parallele, la Società n. 1 "passa ultima" e il turno di rotazione sarà: Società 2 - Società 3 – Società 4 – Società 1. E così via).

- ▶ Si specifica alle società partecipanti che non essendo il campo gara fornito del "quadrato", in tutte le categorie l'esercizio di CORPO LIBERO verrà svolto SENZA LE DIREZIONI, su una corsia facilitante della lunghezza di 16 metri.
- ▶ Si consiglia di preparare un unico CD contenente tutte le musiche delle proprie ginnaste, in modo da limitare il più possibile le perdite di tempo.
- ▶ Non vi sarà la sfilata all'inizio della gara, ma una presentazione delle società schierate agli attrezzi di partenza. La sfilata verrà fatta al momento della premiazione.
- ▶ Si ricorda che potranno accedere al campo gara solo gli istruttori in regola con le norme previste dal regolamento UISP, muniti del cartellino tecnico UISP 2013 e massimo due per società.
- ▶ Per quanto non esplicitamente indicato si fa riferimento al codice internazionale dei punteggi, ai regolamenti e programmi UISP nazionali vigenti, consultabili sul sito www.uisp.it/leginnastiche.

Specifiche importanti per i giudici:

- ▶ I giudici sono tenuti a presentarsi in campo gara con maglia o camicia bianca e pantalone o gonna di colore blu o nero.
- ▶ Tutti i giudici devono essere in possesso del cartellino di giuria UISP 2013 ed avere un cronometro, una calcolatrice, programmi di gara e C.d.P aggiornati.