

1^ PROVA REGIONALE UISP GAM

10 marzo 2013

Palaginnastica VIA PACCHIOTTI 71 TORINO

Controllo tessere h. 15,45.

Categorie agonistiche:

Il riscaldamento è libero a tutti gli attrezzi dalle h. 16 fino alle h. 16,30. Il ginnasta di 4^ fascia eseguirà il salto a volteggio con arrivo su tappetone in buca

Inizio gara h. 16,30 con riscaldamento all'attrezzo 3' (oppure 1 salita a testa a parallele / sbarra, max 2 salti di prova a volteggio e trampolino per 1^ e 2^ categoria). I 3' di riscaldamento non sono concessi al primo attrezzo di gara.

1° giro di gara

Corpo Libero	Anelli / C. Maniglie / pausa	Minitrampolino
Virtus Grugliasco (4) Don Bosco Gym (7)	Ginnastica Grugliasco (10)	CH4 (4) Il ginnasta (4)

2° giro di gara

Volteggio	Parallele	Sbarra
Virtus Grugliasco (4) Don Bosco Gym (7)	Ginnastica Grugliasco (10)	CH4 (4) Il ginnasta (4)

Premiazione insieme con campionato Acrogym: circa h. 18,30

Categorie promozionali:

INIZIO h. 18.30

Al termine delle premiazioni delle categorie agonistiche, sono previsti 20' di riscaldamento libero agli attrezzi, inizio gara dopo 20' dal via del riscaldamento, con riscaldamento all'attrezzo 3' (oppure 1 salita a testa a parallele / sbarra, max 2 salti di prova a volteggio e trampolino). Il riscaldamento è concesso anche al primo attrezzo

1° giro di gara

Corpo Libero	Minitrampolino
Ginnastica Grugliasco (7) Zelig (7), Il ginnasta (2)	Don Bosco Gym (7), Concerto Sport (3), Virtus Grugliasco (7)

2° giro di gara

Volteggio	Parallele
Ginnastica Grugliasco (7) Zelig (7), Il ginnasta (2)	Don Bosco Gym (7), Concerto Sport (3), Virtus Grugliasco (7)

Premiazione insieme con campionato Acrogym: circa h. 20,30