

ORDINE DI LAVORO RASSEGNA 2 Marzo 2014

Palazzetto dello Sport S.Bitossi – Via Marconi – Montelupo F.no

Ore 8.00 – Apertura Palestra.

Ore 8.10 – Controllo tessere Livello D GAF (Duo, Trio e Quartetto)

Ore 8.20 – 10' Riscaldamento generale

Ore 8.30 – 5' di prova all'attrezzo e inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Coccinella 1T	Sangiov. 1Q	Rosignano 1D+1T	Sesto 4D+2T
AGL 3Q	Anchetta 5D+1Q	Poggetto Iso 1D+2T	Dicomano 1D
CGF 2T+2Q		Tica 1T	
		La Pira 1D	

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 9.40 – Controllo tessere Livello C Avanzato GAF(Duo, Trio e Quartetto)

Ore 9.50 – 10' Riscaldamento generale

Ore 10.00 – 5' di prova all'attrezzo e inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
UPP 1D	AGL 3T+1Q	CGF 3Q+3T	Casellina 1D
Rosignano 1D+1T			Sangiov. 1D+1Q
Poggetto Iso 1Q			

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 11.10 – Controllo tessere SETTORE GAM (Tutti i LIVELLI)

Ore 11.20 – 10' riscaldamento generale

Ore 11.30 – 5' di prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE PARI	SBARRA	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Aurora Mont. 5Bb	RossoSS 3Bb+4Ca	Giglio Mont. 2Bb+2Ca+1D	Mugello 88 1Cb NRC 1Ba Piombinese 1Bb Tre Pietre 1Bb

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 12.40 – Controllo tessere Livello A (Anatroccoli'07, Pulcini'08, Coccinelle'09)

Ore 12.50 – 10' riscaldamento generale

Ore 13.00 – Inizio percorso a tempo

La Pira(7), Coccinella(10)

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 14.20 – Controllo tessere Livello B Base DUO TRIO e QUARTETTO

Ore 14.30 – 10' riscaldamento generale

Ore 14.40 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
AGL 6Q Dicomano 1D	Giglio M. 1D+1Q Tica 1T UPP 1D NRC 2D Oasi Sport 1D	Piombinese 2T Art. Mugello 1T RossoSS 1Q La Pira 1Q Sangiov. 1D Rosignano 1T	AGL 3D+4T

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 15.50 – Controllo tessere Livello B Avanzato e C Base TRIO

Ore 16.00 – 10' riscaldamento generale

Ore 16.10 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
AGL 8T	Rosso SS 1T Tre Pietre 1T Montelupo 1D+1T+1Q Dicomano 1T	Art. Mugello 1T CGF 3T NRC 1T Giglio M. 1T	Coccinella 2T+1Q Sangiov. 1T+1D Oasi Sport 1T

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

Ore 17.20 – Controllo tessere Livello C Base DUO e QUARTETTO

Ore 17.30 – 10' riscaldamento generale

Ore 17.40 – 5' prova all'attrezzo ed inizio gara

PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO	VOLTEGGIO
Sangiov. 1D Rosignano 1Q Montelupo 1D Tica 1Q	Mugello 88 1D+1Q Oasi Sport 1D AGL 2D	Piombinese 1Q Tre Pietre 1D La Pira 1Q NRC 4D	RossoSS 4D CGF 1Q Art. mugello 1D

AL TERMINE VERRA' EFFETTUATA LA PREMIAZIONE

TERMINE GARA PREVISTO ORE 19.30 ca.

ATTENZIONE!!!!!!

DA QUESTO ANNO SPORTIVO, COME RIPORTATO ANCHE SUL REGOLAMENTO DELLA RASSEGNA, TUTTE LE ATLETE APPARTENENTI ALLA STESSA SQUADRA DEVONO AVERE LA STESSA MUSICA DEL CORPO LIBERO PER PERMETTERE L'ESECUZIONE IN COPPIA.

Il livello A MISTO prevede classifica individuale. Per tutti gli altri livelli sono previste classifiche DUO, TRIO e QUARTETTO (vedere dal programma lo schema degli attrezzi richiesti).

Si prega di prendere bene visione e di rispettare l'ODL in quanto per motivi di sicurezza, al termine di ogni turno verrà stilata la classifica per evitare inutile confusione all'interno dell'impianto.

Come previsto da regolamento inviato a tutte le società e pubblicato sul sito UISP Le Ginnastiche di Pisa (sito ufficiale regionale), le premiazioni individuali di atleti/e che non hanno ancora compiuto gli 8 anni avverrà con medaglie tutte uguali.

Discorso diverso sarà per le squadre in quanto viene premiata la società e non le atlete.

Ricordiamo a tutte le società che, devono presentarsi sul campo gara tassativamente munite di bigliettini per la giuria recanti :

- **Nome dell'atleta**
- **Categoria e/o squadra di appartenenza**
- **Fascia d'età (Indicata nelle parentesi nell'ordine di lavoro)**

Pena l'esclusione dalla classifica!!!

Sul campo gara sarà allestito il doppio attrezzo per quanto riguarda trave e corpo libero, che ci permetterà di accorciare un po' i tempi di prova.

NB. Per non allungare i tempi della rassegna, vi preghiamo di anticipare le eventuali variazioni di squadra, comunicandocelo al più presto anche nei gg antecedenti alla manifestazione. GRAZIE!

L'accesso sul campo gara è consentito ai soli istruttori ed accompagnatori autorizzati con apposite scarpe da ginnastica e tuta societaria.