

PROGRAMMA UISP INDIVIDUALE TROFEO PROVINCIALE GAM - ANNO SPORTIVO 2014

REGOLAMENTO GENERALE

Partecipazione

Possono partecipare al programma provinciale GAM i bambini nati nell'anno 2008 (6 anni compiuti al momento dell'iscrizione alla gara) e anni precedenti. I bambini nati nel 2008 (6 anni non compiuti al momento dell'iscrizione alla gara) - 2009 – 2010 possono partecipare al programma mini-allievi/e (per gli esercizi vedi programma GAF).

Classifica

Verranno sommati i migliori tre punteggi su 4 attrezzi eseguiti.

Sarà possibile eseguire un solo salto, a scelta tra quelli presenti nella griglia, per il volteggio e un solo salto, a scelta tra quelli presenti nella griglia, per il mini trampolino.

Premiazione

Tutti i bambini verranno premiati. Le premiazioni verranno effettuate per fasce di punteggio. In base al punteggio totalizzato da ogni bambino verrà stilata la classifica rispettivamente in:

1. Fascia oro
2. Fascia argento
3. Fascia bronzo

CORPO LIBERO

Elementi	Valore
Capovolta avanti	0,60
Capovolta dietro arrivo libero	0,60
Ruota/Verticale	0,60
Passo, passo + pennello	0,60
Tenuta in atteggiamento arti superiori	0,60
Tenuta in posizione di barchetta prona	0,60
Da candela in piedi su due appoggi	0,60
Pennello 180°	0,60

Valore di partenza 5.00, valore di esecuzione 10.00

Ogni elemento vale 0.60 (0.20 esecuzione generale)

VOLTEGGIO su tappeto da 60 cm

Salto	Valore
Pennello	Valore di partenza 4.00
Capovolta avanti con tuffo	Valore di partenza 4.50
Verticale arrivo supino/Ruota	Valore di partenza 5.00

E' possibile eseguire un solo salto

MINI TRAMPOLINI su tappeto da 60 cm

Salto	Valore
Pennello	Valore di partenza 4.00
Raccolto/Divaricato	Valore di partenza 4.50
Pennello tornare su tappeto elastico + verticale	Valore di partenza 5.00

E' possibile eseguire un solo salto

PROVA DI FORZA

A TERRA	Valore	SU PARALLELE	Valore
5 Pennelli	0.50	STAGGIO INFERIORE	
Da seduti braccia alte, chiusura max del busto avanti	0.50	Entrata libera (non conteggiata)	-
5 crunch	0.50	Tenuta in atteggiamento per 3''	0.50
Candela 2''	0.50	3 spostamenti a DX + 3 spostamenti a SX	0.50
Candela + pennello	0.50	Uscita libera (non conteggiata)	-
Squadra divaricata tenuta 2''	0.50	STAGGIO SUPERIORE	
		Entrata libera (non conteggiata)	-
		5 crunch	0.50
		3 spostamenti a Dx + 3 spostamenti a SX	0.50
		Uscita libera (non conteggiata)	-

Valore di partenza 5.00 – Valore di esecuzione 10.00