

**PRIMAVERA CUP BABY , 1° LIVELLO ALLIEVE, 1° LIVELLO JUNIOR , SENIOR  
1° PROVA ROMAN SPORT CITY - VIA PONTINA KM 30 (POMEZIA)  
SABATO 8 FEBBRAIO 2025**

Il riscaldamento avrà una durata di circa 15 - 20 minuti (il tempo varia in base al numero di ginnaste), le società entreranno in campo riscaldamento una alla volta, si scaldano sulla striscia e proveranno una bozza del corpo libero, poi si sposteranno a trave per permettere alla società successiva di iniziare il riscaldamento sulla striscia. Entreranno in campo gara partendo dal trampolino ( 1 salto di prova e direttamente gara), trave, suolo. Al termine premiazione.

**CHIEDIAMO ALLE SOCIETA' CHE HANNO DUE ISTRUTTORI PRESENTI IN GARA DI PASSARE ALL'ATTREZZO SUCCESSIVO APPENA LE GINNASTE SCENDONO DAL PRECEDENTE.**

**PRIMAVERA CUP ALLIEVE 1° LIVELLO + BABY**

ALLIEVE 1° LIVELLO + BABY 1° Girone	
INGRESSO RISCALDAMENTO ORE 15:40	
1.CBF (27) risc 15:40	3. ROMAN (18 B) risc 16:25
2. TUFELLO (15) risc 16:05	4. DEA GYM (6 ) risc 16:45

*Premiazione prevista per le 17:15*

ALLIEVE 1° LIVELLO 2° Girone + BABY	
INGRESSO RISCALDAMENTO ORE 17:00	
1.ROMAN (27) risc 17:10	3. PROGETTO SPORT (9 ) risc 17:55
2. SAN GIUDA (15 + 4 B) risc 17:35 + BABY	

*Premiazione prevista per le 18:30*

**PRIMAVERA CUP JUNIOR 1° LIVELLO**

JUNIOR + SENIOR 1° LIVELLO UNICO GIRONE	
RISCALDAMENTO ORE 18:20	
1. TUFELLO (14 + 12 S ) risc 18:20	3. PROGETTO SPORT (10) risc 19:00
2. CBF (17) risc 18:40	4. ROMAN (8 + 3 S) risc 19:20

*Premiazione prevista per le 20:00*

**Al trampolino le ginnaste verranno inserite in un unico elenco, alla trave metà ginnaste nel foglio di un giudice e metà nell'altro. Al corpo libero bisognerà consegnare un foglio per ogni squadra.**

## **PRIMAVERA INDIVIDUALE**

**1° - 2° LIVELLO ALLIEVE, 1°-2° LIVELLO JUNIOR , 1° -2° LIVELLO SENIOR**  
**1° PROVA ROMAN SPORT CITY - VIA PONTINA KM 30 (POMEZIA)**  
**DOMENICA 9 FEBBRAIO 2025**

### **1° Turno - Categoria ALLIEVE 2° LIV + SENIOR 1° LIV**

**ORE 9:10 Accredito / Ore 9:15 Risc. Generale /**

**ORE 9:35 SFILATA /**

**ORE 9:40 Inizio Gara (34 ginnaste)**

**ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio.**

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
<u>PROGETTO SPORT</u> 1 Senior 1°	<u>GIN CIVITAV.</u> 8 allieve 2°	<u>DEA GYM</u> 4 all 2° e 2 Senior 1°
<u>CBF</u> 9 senior 1°	<u>TUFELLO</u> 3 allieve 2°	<u>LA RUSTICA</u> 7 allieve 2°

**PREMIAZIONE ORE 11:05 CIRCA**

### **2° Turno - Categoria ALLIEVE 1° LIV + BABY**

**ORE Accredito 11:15 / Ore 11:20 Risc. Generale /**

**ORE 11:40 Sfilata / ORE 11:45**

**Inizio Gara (35 ginnaste)**

**ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio.**

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
<u>SAN GIUDA</u> 8 allieve 1°	<u>TUFELLO</u> 1 allieve 1° + 2 Baby	<u>PROGETTO SPORT</u> 3 allieve 1°
<u>SAN GIUDA S.C.</u> 3 allieve 1°	<u>GIN CIVITA</u> 11 BABY	<u>CBF</u> 5 allieve 1°
		<u>LE TORRI</u> 2 allieve + 1 BABY

**PREMIAZIONE ORE 13:10 CIRCA**

### **3° Turno - Categoria JUNIOR 1 LIV**

**ORE Accredito 13:45 / Ore 13:50 Risc. Generale / ORE 14:15 Sfilata / ORE 14:20 Inizio Gara**

**(46 ginnaste)**

**ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio.**

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
<u>CBF</u> 14 junior 1°	<u>PROGETTO SPORT</u> 5 junior 1°	<u>CBF</u> 15 Junior 1°
	<u>SAN GIUDA</u> 4 junior 1°	
	<u>LE TORRI</u> 1 junior 1°	
	<u>DEA GYM</u> 7 junior 1°	

**PREMIAZIONE ORE 16:00 CIRCA**

**4° Turno - Categoria JUNIOR 2° LIV + SEN 1°LIV**

**ORE Accredito 16:15 / Ore 16:20 Risc. Generale /ORE 16:40 Sfilata / ORE 16:45 Inizio Gara  
(24 ginnaste)**

**ROTAZIONE AGLI ATTREZZI: il volteggio passa alla trave, la trave al corpo libero e il corpo libero al volteggio.**

<b>VOLTEGGIO</b>	<b>TRAVE</b>	<b>CORPO LIBERO</b>
<i>LE TORRI 4 JUN 2° + 2 SEN 1°</i>	<i>CBF 3 junior 2° + 4 SEN 1°</i>	<i>PROGETTO SPORT 4 jun 2°</i>
<i>DEA GYM 2 JUN 2°</i>		<i>GIN CIVITA 5 jun 2°</i>

**PREMIAZIONE ORE 18:00 CIRCA**

**N.B IL RISCALDAMENTO AVRA' UNA DURATA DI 20 MINUTI CIRCA, LE GINNASTE NON DOVRANNO SALIRE AGLI ATTREZZI, MA POTRANNO UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE LE POSTAZIONI ADIBITE.**

**AL MOMENTO DELLA GARA, LE PROVE CONSENTITE SONO:**

**VOLTEGGIO/ TRAMPOLINO \_\_\_\_\_ UN SALTO DI PROVA E SUBITO GARA**

**TRAVE \_\_\_\_\_ ENTRATA - UNA DIFFICOLTA' - USCITA**

**CORPO LIBERO \_\_\_\_\_ UNA STRISCIA DI ELEMENTI**

**AL FINE DI AVERE UNA GARA PIACEVOLE E VELOCE, VI CHIEDIAMO GENTILMENTE DI RISPETTARE LE PROVE RICHIESTE, NELLA TIPOLOGIA INDICATA.**

**PER AVERE UN VELOCE CAMBIO TURNO, VI CHIEDIAMO, AL TERMINE DELLA CLASSIFICA, DI AIUTARCI A FAR USCIRE LE GINNASTE SFILANDO VERSO GLI SPOGLIATOI COSÌ DA NON FAR SOSTARE I GENITORI SUGLI SPALTI E ACCELERARE L'INIZIO DEL RISCALDAMENTO DEL GRUPPO SUCCESSIVO.**

**LE MUSICHE DOVRANNO ESSERE CONSEGNATE SU PENNETTA (CON ETICHETTA INDICANTE LA SOCIETÀ) AL DESK, POSSIBILMENTE UNA TRACCIA A GINNASTA, SE HANNO TUTTE LA STESSA TRACCIA VA BENE INDICARE SOLO LA CATEGORIA.**

**BUON LAVORO!**