



domenica 26 aprile 2026

## 2<sup>a</sup> prova Campionato Regionale di ECCELLENZA + GAM + Prova Unica ACROBAT L2/3

Sede di Gara: ESCHILO SPORTING VILLAGE - Via Eschilo, 85 - 00125 Roma

### ORGANIZZAZIONE GENERALE:

- **GLI AVRANNO ACCESSO ALL'AREA DI RISCALDAMENTO 20 MINUTI PRIMA DELL'ORARIO D'INGRESSO IN CAMPO GARA**
  - In campo gara potranno sostare solo le atlete partecipanti al turno di gara in corso
- **I tecnici dovranno effettuare il CONTROLLO TESSERE ed accedere obbligatoriamente al campo gara con ciabatte o scarpe di ricambio**
  - Una volta terminato il proprio giro, le ginnaste DOVRANNO lasciare ordinatamente il campo gara
  - Caricare musiche su Ginnerhub - portare pennetta USB di emergenza
  - Sarà presente un fotografo ufficiale

### ECCELLENZA (Rotazioni olimpiche)

Corpo Libero: 40" a ginnasta - provano provano le prime due, gareggia la 1°, prova la 3°, gareggia la 2°, etc. (L3 provano tutte insieme)

Trave: 30" a ginnasta - provano le prime due, gareggia la 1°, prova la 3°, gareggia la 2°, etc.

Parallele: un es. di prova - provano le prime due, gareggia la 1°, prova la 3°, gareggia la 2°, etc.

Volteggio: due salti di prova - provano le prime due, gareggia la 1°, prova la 3°, gareggia la 2°, etc.

### 1° TURNO: L1 CAT. AB - AC - JA = TOT. 30

Riscaldamento generale (in saletta) h. 8.10

Inizio gara h. 8.30

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
L1 AB - MINNIE <b>8</b>	L1 AC - MINNIE <b>3</b> L1 AB - SINAPSI <b>2</b> L1 JA - MINNIE <b>2</b>	L1 AC - AGORA' <b>5</b> L1 JA - AGORA' <b>3</b>	L1 AB - KAIROS <b>4</b> L1 AB - G. ACROGYM <b>1</b> L1 JA - G. ACROGYM <b>2</b>
8	7	8	7

**Termine gara previsto h. 10.00 - A seguire premiazioni**



**2° TURNO: L1 CAT. E - AA + L2 CAT. E - AA - AB = TOT. 30**

Riscaldamento generale (in saletta) h. 9.50

Inizio gara previsto h. 10.15

<b>VOLTEGGIO</b>	<b>PARALLELE</b>	<b>TRAVE</b>	<b>CORPO LIBERO</b>
L1 E - HEAVEN <b>3</b>	L1 E - FIAMMA A. <b>2</b>	L1 AA - MINNIE <b>5</b>	L2 AB - B. MELODY <b>1</b>
L2 E - HEAVEN <b>3</b>	L1 AA - FIAMMA A. <b>1</b>	L1 AA - VIGOR <b>2</b>	L2 AB - SINAPSI <b>4</b>
L2 AA - HEAVEN <b>1</b>	L1 AA - AGORA' <b>1</b>	L2 AB - VIGOR <b>1</b>	L1 AA - SINAPSI <b>1</b>
	L1 AA - KAIROS <b>1</b>		L1 E - CIAMPINO <b>2</b>
	L2 E - KAIROS <b>1</b>		
	L2 AA - KAIROS <b>1</b>		
7	7	8	8

**Termine gara previsto h. 11.50 - A seguire premiazioni**

**3° TURNO: L1 CAT. JB + L2 CAT. AC - J1 - J2 - S2 + L3 CAT. MMA - MMB - M1 - M2 = TOT. 26**

Riscaldamento generale (in saletta) h. 11.40

Inizio gara previsto h. 12.05

<b>VOLTEGGIO</b>	<b>PARALLELE</b>	<b>TRAVE</b>	<b>CORPO LIBERO</b>
L1 JB - MINNIE <b>4</b>	L2 J1 - MINNIE <b>4</b>	L2 J2 - GYM POINT <b>1</b>	L2 AC - G. ACROGYM <b>1</b>
L2 S2 - MINNIE <b>3</b>	L2 J2 - MINNIE <b>2</b>	L2 J2 - B. MELODY <b>1</b>	L2 AC - SINAPSI <b>1</b>
		L2 S2 - GYM POINT <b>1</b>	L2 J1 - KAIROS <b>2</b>
		L3 MMA - B. MELODY <b>1</b>	L2 J2 - SINAPSI <b>1</b>
		L3 M2 - MINNIE <b>2</b>	L3 MMB - SINAPSI <b>1</b>
			L3 M1 - SINAPSI <b>1</b>
7	6	6	7

**Termine gara previsto h. 13.20 - A seguire premiazioni**

**PAUSA PRANZO 13.40 - 14.10**



## GAM (serpentone)

### SUCCESSIONE ATTREZZI:

corpo libero - volteggio - minitrampolino - parallele pari - sbarra

### PROVE ATTREZZI:

Corpo libero: 30" di prova - provano i primi due, gareggia il 1°, prova il 3°, gareggia il 2°, etc.

Volteggio/Minitrampolino: 2 salti di prova - provano i primi due, gareggia il 1°, prova il 3°, gareggia il 2°, etc.

Parallele pari: 1 esercizio di prova - provano i primi due, gareggia il 1°, prova il 3°, gareggia il 2°, etc.

Sbarra: 1 esercizio di prova - provano i primi due, gareggia il 1°, prova il 3°, gareggia il 2°, etc.

### 3° TURNO: L1 ESORDIENTI (15) + ALLIEVI (21) - TOT. 36

Riscaldamento generale primo gruppo h. 13.50

Inizio gara primo gruppo previsto h. 14.10

SOCIETÀ	N° GINNASTI	INGRESSO IN CAMPO
<b>ESORDIENTI</b>		<b>h. 14.10</b>
PETER PAN	5	
JUDO PRENESTE	1	
DYNAMICA	2	
GYMNASIA ACROGYM	1	
MINNIE GYM	1	
SINAPSI	4	<b>h. 14.35</b>
BUSEN	1	
<b>ALLIEVI</b>		
BUSEN	2	
GYM POINT	1	
SPIEL&SPORT	2	
PETER PAN	1	<b>h. 15.00</b>
JUDO PRENESTE	1	
DYNAMICA	4	
GYMNASIA ACROGYM	1	
MINNIE GYM	7	
SINAPSI	2	

**Termine gara previsto h. 16.00 - A seguire premiazioni**



**4° TURNO: + L2 ESORDIENTI + ALLIEVI A + ALLIEVI B + JUNIOR 1 + L1 MASTER - TOT. 28**

Riscaldamento generale primo gruppo h. 15.50

Inizio gara primo gruppo previsto h. 16.15

<b>SOCIETÀ</b>	<b>N° GINNASTI</b>	<b>INGRESSO IN CAMPO</b>
<b>ESORDIENTI</b>		<b>h. 16.15</b>
GYMNASIA ACROGYM	1	
SINAPSI	1	
PETER PAN	1	
<b>ALLIEVI A</b>		
PETER PAN	1	
GYM POINT	1	
<b>ALLIEVI B</b>		
PETER PAN	3	
GYM POINT	1	
ATLETIC OLIMPIA SPORT	1	
GYMNASIA ACROGYM	2	
SINAPSI	1	
<b>JUNIOR 1</b>		<b>h. 16.35</b>
AURELIO SG	3	
<b>MASTER</b>		
BUSEN	3	
DYNAMICA	1	
MINNIE GYM	4	
SINAPSI	4	

**Termine gara previsto h. 17.45 - A seguire premiazioni**



## ACROBAT

### 5° TURNO: ACROBAT L2/3 - TOT. 10 SQ.

Riscaldamento generale primo gruppo h. 17.40

Inizio gara primo gruppo previsto h. 18.00

SOCIETÀ	SQUADRA N°	INGRESSO IN CAMPO
<b>L2 ALLIEVI</b>		<b>h. 18.00</b>
SINAPSI	SQ. 3	
BABY MELODY	SQ. 1	
SINAPSI	SQ. 2	
SINAPSI	SQ. 1	
<b>L2 JUNIOR/SENIOR</b>		<b>h. 18.20</b>
CSEN MONTESSORI	SQ. 1	
LA FENICE	SQ. 1	
BABY MELODY	SQ. 1	
<b>L2 OPEN</b>		<b>h. 18.35</b>
BABY MELODY	SQ. 1	
<b>L3 ALLIEVI</b>		
SINAPSI	SQ. 1	
<b>L3 JUNIOR/SENIOR</b>		
SINAPSI	SQ. 1	

**Termine gara previsto h. 19.00 - A seguire premiazioni**