domenica 27 aprile 2025

2^ prova Campionato Regionale di ECCELLENZA + Prova Unica GAM

Sede di Gara: JUVENIA GIUSTINIANA - Via Lonato, 62 - 00188 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 obbligatoriamente accedere 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: 2,5' - 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. JB - S + L2 CAT. E - JUN 1+ L3 CAT. MM B - M1 - TOT. 17

Riscaldamento generale (sul quadrato) h. 9.40

Inizio gara h. 10.00

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
L2 E - A. SINAPSI **1**	*L3 M1* - LUPA **1**	*L3 MMB* - HEAVEN **5**	*L1 JB* - BABY MELODY **1**
L1 S - GYM POINT **1**	*L2 J1* - LUPA **3**		*L1 S* - A. TALENTI **4**
L1 S - PRO SEDE **1**			
3	4	5	5

Termine gara previsto h. 11.15 - A seguire premiazioni

2° TURNO: L1 CAT. E - AB - JA + L2 CAT. AB - TOT. 23

Riscaldamento generale h. 11.30

Inizio gara previsto h. 11.50

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
L1 AB - G. ACROGYM **3**	*L2 AB* - MINNIE GYM **2**	*L2 AB* - LUPA **5**	*L1 AB* - LUPA **7**
L1 JA - G. ACROGYM **2**	*L1 E* - A. TALENTI **2**		
5	4	5	7

Termine gara previsto h. 13.10 - A seguire premiazioni

PAUSA PRANZO 13.30 - 14.30

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.

4° TURNO: L1

Riscaldamento generale primo gruppo h. 14.10

Inizio gara primo gruppo previsto h. 14.30

SOCIETÀ	N° GINNASTI	INGRESSO IN CAMPO
ESORDIENTI		**h. 14.30**
PETER PAN	**3**	
DYNAMICA	**2**	
ATLETICO TALENTI	**1**	
ALLIEVI		**h. 14.45**
FIT TOGETHER	**1**	
GYMNASIA ACROGYM	**2**	
GYM POINT	**3**	
PEGASO	**1**	
PETER PAN	**6**	**h. 15.00**
DYNAMICA	**4**	
ATLETICO TALENTI	**3**	**h. 15.20**
SINAPSI	**2**	

Termine gara previsto h. 15.50 - A seguire premiazioni

5° TURNO: L2 + MASTER L1

Riscaldamento generale primo gruppo h. 15.55

Inizio gara primo gruppo previsto h. 16.15

SOCIETÀ	N° GINNASTI	INGRESSO IN CAMPO
ESORDIENTI		h. 16.15
GYMNASIA ACROGYM	**2**	
SINAPSI	**1**	
MASTER L1		
SINAPSI	**3**	
ATLETICO TALENTI	**2**	h. 16.30
FIT TOGETHER	**2**	
PETER PAN	**1**	
ALLIEVI A		
PETER PAN	**1**	
GYMNASIA ACROGYM	**1**	h. 16.45
SENIOR		
GYM POINT	**2**	
ALLIEVI B		
GYM POINT	**2**	
SINAPSI	**1**	
ATLETICO TALENTI	**3**	
PETER PAN	**2**	h. 17.05
GYMNASIA ACROGYM	**1**	
JUNIOR		
GYM POINT	**1**	
GYMNASIA ACROGYM	**1**	
PETER PAN	**1**	

Termine gara previsto h. 17.50 - A seguire premiazioni