

Prot. 12102/OT/Prom./gc del 21.09.2004

Ai	COMITATI REGIONALI	- Loro indirizzi
Al	DELEGATO REGIONALE MOLISE	- Termoli
Ai	DELEGATI PROVINCE DI TRENTO E DI BOLZANO	- Loro indirizzi

E, per conoscenza:

Alla	D.T.N.A – Prof.ssa M. Cristina Casentini	- Valmontone
Ai	DD.TT.RR. e DD.GG.RR. di Ginnastica Aerobica	- Loro indirizzi
Ai	Giudici Nazionali e Internazionali	- Loro indirizzi

Oggetto: Nuovi Elementi di Difficoltà da aggiungere al Codice dei Punteggi di Aerobica Sportiva

Si trasmette, in allegato, i nuovi Elementi di Difficoltà da aggiungere al Codice dei Punteggi di Aerobica con preghiera di darne ampia diffusione alle Società interessate all'attività della Sezione Aerobica.

Ringraziando per la consueta collaborazione si inviano i più cordiali saluti.

f.to IL SEGRETARIO GENERALE
(Michele Maffei)

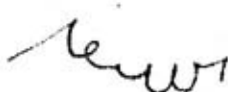
^^^^^^
All.: c.s.

NUOVI ELEMENTI

A 196 PUSH UP 1/1 TWIST TO WENSON
Val. 0.6



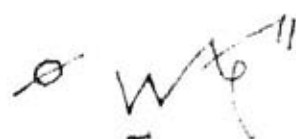
A 197 PUSH UP 1/1 TWIST TO LIFTED WENSON
Val. 0.7



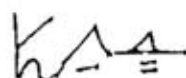
A 529 FLAIR TO LIFTED WENSON
Val. 0.9



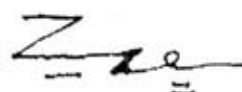
C 350 1 1/2 TURN COSSACK JUMP 1/2 TWIST TO PUSH UP
Val. 1.0



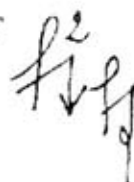
C 616 FRONTAL BALANCE FREE SUPPORT STRADDLE JUMP TO SPLIT
Val. 0.6



C 656 SWITCH SPLIT LEAP SWITCH TO SPLIT
Val. 0.6



D 109 FREE SUPPORT DOUBLE ILLUSION TO FREE VERTICAL SPLIT
Val. 0.9



D 195 2/1 TURN TO VERTICAL SPLIT
Val. 0.5



AGGIUNGERE SPECIFICAZIONI TRA PARENTESI AI SEGUENTI ELEMENTI

A 575 HELICOPTER TO SPLIT (OR FRONTAL PRONE SPLIT)
Val. 0.5

A 577 HELICOPTER TO 1 ARM 1 LEG PUSH UP (OR TO LIFTED WENSON)
Val. 0.7

C 308 1/1 TURN COSSACK JUMP 1/2 TURN (OR 1/2 COSSACK JUMP 1/1 TURN)
Val. 0.8