

FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

CAMPIONATO DI SERIE A1 - A2 gara 4: Prove Generali del Venerdì

Riscaldamento Generale 1° TURNO 10.10 - 10.30

Riscaldamento guidato agli attrezzi: 10.30-11.50 (20 min. per attrezzo)

cl		1° Turno	2° Turno	3° Turno	4° Turno
13	JUVENTUS NOVA	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO
14	CORPO LIBERO PD				
17	BIANCOVERDE	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO
18	GHISLANZONI				
15	SG TORINO	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE
16	PRO PATRIA				
19	FRATELLANZA SAVONESE	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE
20	RENATO SERRA				

Riscaldamento Generale 2° TURNO 11.50- 12.10

Riscaldamento guidato agli attrezzi: 12.10-13.30 (20 min. per attrezzo)

cl		1° Turno	2° Turno	3° Turno	4° Turno
9	OLOS GYM 2000	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO
10	C.S. BOLLATE				
21	GINNASTICA ROMANA	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO
22	VICTORIA TORINO				
11	GINN CIVITAVECCHIA	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE
12	GYMNASIUM TV				
23	GINN SAMPIETRINA	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE
24	CASELLINA				

Riscaldamento Generale 3° TURNO 13.30 - 13.50

Riscaldamento guidato agli attrezzi: 13.50-15.10 (20 min. per attrezzo)

cl		1° Turno	2° Turno	3° Turno	4° Turno
1	BRIXIA	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO
2	GINN GIGLIO				
5	ARTISTICA 81	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO
6	ESTATE 83				
3	FORZA E VIRTU'	TRAVE	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE
4	G.A.L.LISSONE				
7	PRO LISSONE	C.LIBERO	VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE
8	WORDL SPORT ACADEMY				

FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA**CAMPIONATO DI SERIE A1 - A2 - B NAZIONALE GARA 4****GARA B NAZIONALE VENERDI'****Riscaldamento Generale 15.25 - 15.50****Riscaldamento guidato agli attrezzi: 15.50-17.26 (24 min. per attrezzo 4 TURNI 8' PER SQUADRA)**

ATTREZZO DI INIZIO RISCALDAMENTO

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
BLUKIPPE	EST VERONESE	GINNASTICA PONSACCO	VIRTUS PASQUALETTI
ANDREA DORIA	E MATTEI	POLISPORTIVA CELLE	POL FINO MORNASCO
ARDOR	ADESSO SPORT	CUNEOGINNASTICA	FANFULLA 1874

Inizio gara 17.30

6' di riscaldamento

3' per squadra

suolo 3' GAM 3'GAF

BYE	VOLTEGGIO	PARALLELE	BYE2	TRAVE	CORPO LIBERO
EST VERONESE	ADESSO SPORT	CUNEOGINNASTICA	VIRTUS PASQUALETTI	FANFULLA 1874	ARDOR
GINNASTICA PONSACCO	E MATTEI	POLISPORTIVA CELLE	BLUKIPPE	POL FINO MORNASCO	ANDREA DORIA

CAMPIONATO DI SERIE A1 - A2**GARA A2 SABATO****Riscaldamento Generale 8.15 - 8.40****Riscaldamento guidato agli attrezzi: 8.40-9.52 (18 min. per attrezzo 4 TURNI 6' PER SQUADRA)**

ATTREZZO DI INIZIO RISCALDAMENTO

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
VICTORIA TORINO	GINNASTICA ROMANA	CASELLINA	GINN SAMPIETRINA
RENATO SERRA	CORPO LIBERO PD	GHISLANZONI	PRO PATRIA
FRATELLANZA SAVONESE	JUVENTUS NOVA	BIANCOVERDE	SG TORINO

Inizio gara 10.00

6' di riscaldamento

3' per squadra

suolo 3' GAM 3'GAF

BYE1	VOLTEGGIO	PARALLELE	BYE2	TRAVE	CORPO LIBERO
GINNASTICA ROMANA	JUVENTUS NOVA	BIANCOVERDE	GINN SAMPIETRINA	SG TORINO	FRATELLANZA SAVONESE
VICTORIA TORINO	CORPO LIBERO PD	GHISLANZONI	CASELLINA	PRO PATRIA	RENATO SERRA

CAMPIONATO DI SERIE A1 - A2**GARA A1 SABATO****Riscaldamento Generale 13.45 - 14.10****Riscaldamento guidato agli attrezzi: 14.10-15.22 (18 min. per attrezzo 4 TURNI 6' PER SQUADRA)**

ATTREZZO DI INIZIO RISCALDAMENTO

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
C.S. BOLLATE	OLOS GYM 2000	GYMNASIUM TV	GINN CIVITAVECCHIA
WORDL SPORT ACADEMY	GINN GIGLIO	ESTATE 83	G.A.L.LISSONE
PRO LISSONE	BRIXIA	ARTISTICA 81	FORZA E VIRTU'

Inizio gara 15.30

6' di riscaldamento

3' per squadra

suolo 3' GAM 3'GAF

BYE1	VOLTEGGIO	PARALLELE	BYE2	TRAVE	CORPO LIBERO
OLOS GYM 2000	BRIXIA	ARTISTICA 81	GINN CIVITAVECCHIA	FORZA E VIRTU'	PRO LISSONE
C.S. BOLLATE	GINN GIGLIO	ESTATE 83	GYMNASIUM TV	G.A.L.LISSONE	WORDL SPORT ACADEMY