

## PROGRAMMA AGGIORNAMENTO OBBLIGATORIO UDG 1L e 2L - TE 2024

Giorno	Orario	Argomenti	
<b>7 gennaio 2024</b>	<b>9:30- 12:30</b>	PARTE TEORICA	REVISIONE CRITERI PER IL GIUDIZIO ALL'ESECUZIONE:
			- SALTII SEMPLICI
			- SALTII CON ROTAZIONE (DALLE ROTAZIONI SINGOLE ALLE ROTAZIONI MULTIPLE)
			- INSTABILITA' FINALE
	<b>14:30- 17:00</b>	ESERCITAZIONE PRATICA	- SIMULAZIONE GIUDIZIO 3 GRUPPI DI GARA (ALLIVI/JUNIOR/SENIOR)
			- ANALISI GIUDIZIO
<b>14:30- 17:00</b>	ESERCITAZIONE PRATICA	REVISIONE DEL SISTEMA DI IL CALCOLO DELLA DIFFICOLTA'	
		- SIMULAZIONE GIUDIZIO 3 GRUPPI DI GARA (ALLIEVI/JUNIOR/SENIOR)	
		- RICONOSCIMENTO DEI REQUISITI E CALCOLO DELLA DIFFICOLTA DEGLI ESERCIZI	

Giorno	Orario	Argomenti	
<b>10 gennaio 2024</b>	<b>21:00- 23:00</b>	PARTE TEORICA	- PARAMETRI PER IL GIUDIZIO DELL'ESECUZIONE DEI SALTII AL MINI TRAMPOLINO - PARAMETRI PER IL GIUDIZIO DELL'ESECUZIONE DEI SALTII AL TUMBLING - RICONOSCIMENTO DEGLI ELEMENTI AL TUMBLING E RELATIVA DIFFICOLTA'

Gli Ufficiali di Gara 1L si devono iscrivere al corso con **ID: 5511**

Gli Ufficiali di Gara 2L e 2LI si devono iscrivere al corso con **ID: 5512**