



Associazione dilettantistica
Ginnica Giglio

Orari di Gara:

Sabato 5 Maggio 2012 CATEGORIA Allieve L4:

12:45 Controllo Tessere e iscrizione

12:45/13:05 Riscaldamento generale

13:05/14:00 Riscaldamento guidato (12 minuti ad attrezzo) 6 ginnaste

Sfilata inizio gara

Per ogni attrezzo 5 minuti di prova e gara.

Al termine Premiazione

Sabato 5 Maggio 2012 CATEGORIA Allieve L3:

16:20 Iscrizione e controllo tessere

16:30/16:50 Riscaldamento generale

16:50/17:40 Riscaldamento guidato (10 minuti per attrezzo) 5 ginnaste

Sfilata inizio gara

Per ogni attrezzo 4 minuti di prova e gara.

Al termine Premiazione

Domenica 6 Maggio 2012 CATEGORIA Allieve L1:

08:10 Iscrizione e controllo tessere

08:10/08:30 Riscaldamento generale

08:30/09:45 Riscaldamento guidato (15 minuti per attrezzo) 8 ginnaste

Sfilata inizio gara

Per ogni attrezzo 7 minuti di prova e gara.

Al termine Premiazione

Domenica 6 Maggio 2012 CATEGORIA Allieve L2:

13:30 Iscrizione e controllo tessere

13:40/14:00 Riscaldamento generale

14:00/15:10 Riscaldamento guidato (14 minuti per attrezzo) 7 ginnaste

Sfilata inizio gara

Per ogni attrezzo 6 minuti di prova e gara.

Al termine Premiazione

Venerdì pomeriggio dalle ore 17:00 prove libere