

ORGANIZZAZIONE: Società Ginnastica VICTORIA Torino a.s.d.

PARTECIPANTI : 28 SQUADRE (3/6 ginnaste x squadra - 3 ginnaste all'attrezzo)  
24 squadre + 4 squadre di Società in serie A

### **BOZZA DI ORDINE GARA**

**Zona di attesa-riscaldamento generale:** palestra mt. 10x20

ORE 9.00: Apertura del PalaGinnastica

ORE 9.30: Controllo Tessere 1° Turno

1° TURNO: 12 squadre (2 ore in campo gara)

ORE 9.15: 30' Riscaldamento Generale in pedana CL

**ORE 9.45: Prove guidate all'attrezzo (72 min.):** 18 min. riscaldamento all'attrezzo delle 9 ginnaste (3 ginnaste x 2' per 3 squadre) x 4 rotazioni a partire dall'attrezzo successivo di gara

ORE 10.00: Riunione di Giuria e Controllo Tessere 1° Turno

**ORE 10.57:** Sfilata e presentazione delle prime 12 squadre e delle Giurie (5 min.)

ORE 11.00: INIZIO GARA - 6 minuti riscaldamento all'attrezzo delle 6 ginnaste (3 ginnaste per 2 squadre) e GARA all'attrezzo stesso (una rotazione 6' Risc + 18' gara = circa 25 minuti) – 5 ROTAZIONI con zona stanby dopo parallele.

ORE 11.25: 2° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 11.50: 3° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 12.15: 4° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 12.40: 5° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 13.05 Termine 1° Turno

### **ORE 13.10-14.10 PAUSA PRANZO X LE GIURIE**

2° TURNO: 8 squadre

ORE 12.30: Controllo Tessere 2° Turno (Ginnaste in Zona di attesa in palestra)

ORE 13.15: 15' Riscaldamento Generale in pedana CL

**ORE 13.30: Prove guidate all'attrezzo (48 min.):** 12 min. riscaldamento all'attrezzo delle 6 ginnaste (3 ginnaste x 2' per 2 squadre) x 4 rotazioni a partire dall'attrezzo successivo di gara

**ORE 14.20:** Sfilata e presentazione delle 8 squadre e delle Giurie (5 min.)

ORE 14.25: INIZIO GARA - 6 minuti riscaldamento all'attrezzo delle 6 ginnaste (3 ginnaste per 2 squadre) e GARA all'attrezzo stesso (una rotazione 6' Risc + 18' gara = circa 25 min.)

ORE 14.50: 2° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 15.15: 3° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 15.40: 4° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 16.05 Termine 2° Turno

### **ORE 16.10 – 17.10 PAUSA X LE GIURIE**

3° TURNO: 8 squadre

ORE 15.30: Controllo Tessere 3° Turno (Ginnaste in Zona di attesa in palestra)

ORE 16.15: 15' Riscaldamento Generale in pedana CL

**ORE 16.30: Prove guidate all'attrezzo (48 min.):** 12 min. riscaldamento all'attrezzo delle 6 ginnaste (3 ginnaste x 2' per 2 squadre) x 4 rotazioni a partire dall'attrezzo successivo di gara

**ORE 17.20:** Sfilata e presentazione delle 8 squadre e delle Giurie (5 min.)

ORE 17.25: INIZIO GARA - 6 minuti riscaldamento all'attrezzo delle 6 ginnaste (3 ginnaste per 2 squadre) e GARA all'attrezzo stesso (una rotazione 6' Risc + 18' gara = circa 25 min.)

ORE 17.50: 2° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 18.15: 3° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 18.40: 4° attrezzo di Gara (6 min Risc. x 6 ginnaste)

ORE 19.05 Termine 3° Turno

**ORE 19.15 PREMIAZIONI**

Torino, 11-04-2012

Patrizia Signor