

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A 1 A 2 DI GINNASTICA ARTISTICA
MASCHILE E FEMMINILE

9 FEBBRAIO 2013 - PALAROSSINI DI ANCONA

PROVE VENERDÌ 08 Febbraio 2013

ore 15.00 - 16.50	Serie A2 GAM e GAF
ore 15.00 - 15.30	Riscaldamento generale
ore 15.30 - 16.50	Riscaldamento agli attrezzi GAM libero
ore 15.30 - 16.50	Riscaldamento guidato agli attrezzi GAF (16 ' x 5 rotazioni - 8 ' per squadra)
ore 17.00 - 18.50	Serie A1 GAM e GAF
ore 17.00 - 17.30	Riscaldamento generale
ore 17.30 - 18.50	Riscaldamento agli attrezzi GAM libero
ore 17.30 - 18.50	Riscaldamento guidato agli attrezzi GAF (16 ' x 5 rotazioni - 8 ' per squadra)

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A 1 A 2 DI GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE

9 FEBBRAIO 2013 - PALAROSSINI DI ANCONA

GARA SABATO 09 Febbraio 2013

MATTINA

SERIE A2 GAM e GAF

Apertura Palasport

ore 08.15	Controllo tessere e accreditamento Serie A2 GAM e GAF
ore 08.30 - 09.00	Riscaldamento generale Serie A2
ore 08.45 - 09.45	Riunione di Giuria Serie A2
ore 09.00 - 09.50	Riscaldamento agli attrezzi GAM A2 libero
ore 09.00 - 09.50	Riscaldamento guidato agli attrezzi GAF A2 (10 ' x 5 rotazioni)
ore 09.50 - 10.00	Presentazione Serie A2 e presentazione Ginnasti/e agli attrezzi
ore 10.00	INIZIO GARA Serie A2 GAM e GAF
ore 13.00 circa	Premiazioni Serie A2

POMERIGGIO

SERIE A1 GAM e GAF

Apertura Palasport

ore 14.00	Controllo tessere Squadre Serie A1 GAM e GAF
ore 14.30 - 15.00	Riscaldamento generale Serie A1
ore 15.00 - 15.50	Riscaldamento agli attrezzi GAM A1 libero
ore 14.30 - 15.50	Riscaldamento guidato agli attrezzi GAF A1 (10 ' x 5 rotazioni)
ore 15.50	Presentazione Serie A1 e Presentazione Ginnasti e agli attrezzi
ore 16.00	INIZIO GARA Serie A1 GAM e GAF
ore 19.00 circa	Premiazione Serie A1