








## PROGRAMMI TECNICI CAMPIONATO DI SQUADRA ALLIEVE GR - GOLD 2021

**Sq. All. 3      2011-12-13**

	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Collaborazioni C		Elementi Imposti
 COLLETTIVO	da 0,10 a 0,50 Min 3 - Max 6	Salto - Min 1 - Max 2 Equilibri - Min 1 - Max 2 Rotazioni - Min 1 - Max 2	0,30 Min 2 S	0,10 - 0,20 - 0,30 - 0,40 Min 3 <b>MAX 4 DA 0,30</b> <b>MAX 4 DA 0,40</b>		
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Difficoltà d'attrezzo AD	Elementi Imposti
 SUCCESSIONE	da 0,10 a 0,50 4 BD	Salto - 1 cerchio + 1 palla Equilibri - 1 Rotazioni - 1 (1 cerchio e 1 palla a scelta)	0,30 Min 2 S  (1 cerchio e 1 palla)	No Min - Max 1 R in ciascun attrezzo	0,20/0,30/0,40 no min - max 4 AD in ciascun attrezzo max 1 da 0,30 max 1 da 0,40 in ciascun attrezzo	
 INDIVIDUALE	da 0,10 a 0,50 Min 3 - Max 6 di più alto valore	Salto - Min 1 Equilibri - Min 1 Rotazioni - Min 1	0,30 <b>Min 3 S</b>	Min 1 R - Max 2R	0,20/0,30/0,40 min 1 AD max 8 AD max 2 da 0,40 max 3 da 0,30	

**L'ELEMENTO PREACROBATICO PUO' ESSERE UTILIZZATO UNA VOLTA NEL R O NELLA AD (NO RIPETIZIONE DI PREACROBATICA)**

Sq. All. 2 2010-11-12-13





	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Collaborazioni C		Elementi Imposti
 COLLETTIVO	Min 3 - Max 6	Salto - Min 1 - Max 2 Equilibri - Min 1 - Max 2 Rotazioni - Min 1 - Max 2	0,30 Min 2 S	0,10 - 0,20 - 0,30 - 0,40 Min 4 <b>MAX 5 DA 0,30</b> <b>MAX 5 DA 0,40</b>		
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Difficoltà d'attrezzo AD	Elementi Imposti
 SUCCESSIONE	6 BD	Salto - 1 fune + 1 palla Equilibri - 1 fune + 1 palla Rotazioni - 1 fune + 1 palla	0,30 Min 2 S (1 palla e 1 fune)	Max 1 R in ciascun attrezzo	0,20/0,30/0,40 no min - max 5 AD in ciascun attrezzo max 1 da 0,30 max 1 da 0,40 in ciascun attrezzo	
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Collaborazioni C	Elementi Imposti
 COPPIA	Min 3 BD	Min 3 ED	0,30 Min 1 S	No Min - Max 1 R di entrambe le ginnaste	CdP 2017-20 Min 4 C  <b>massimo 8 collaborazioni con rischio (CR CRR CRRR)</b>	
	<b>Max 7 Difficoltà (1 a scelta)</b>					
	Gruppi Corporei GC					
	Salto - 1 Equilibri - 1 Rotazioni - 1					
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Difficoltà d'attrezzo AD	Elementi Imposti
 INDIVIDUALE	Min 3 - Max 6 di più alto valore	Salto - Min 1 Equilibri - Min 1 Rotazioni - Min 1	0,30 Min 3 S	Min 1 R - Max 3 R	0,20/0,30/0,40 Min 1 AD max 10 AD max 3 da 0,40 max 3 da 0,30	

**L'ELEMENTO PREACROBATICO PUO' ESSERE UTILIZZATO UNA VOLTA NEL R O NELLA AD (NO RIPETIZIONE DI PREACROBATICA)**

## PROGRAMMI TECNICI CAMPIONATO DI SQUADRA ALLIEVE GR - GOLD 2021

Sq. All. 1

2009-10-11-12-13

	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Collaborazioni C	Elementi Imposti	
 COLLETTIVO	Min 3 Max 6	Salto - Min 1 - Max 2 Equilibri - Min 1 - Max 2 Rotazioni - Min 1 - Max 2	0,30 Min 2 S	0,10 - 0,20 - 0,30 - 0,40 Min 4 <b>MAX 6 DA 0,30</b> <b>MAX 6 DA 0,40</b>		
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Difficoltà d'attrezzo AD	Elementi Imposti
 SUCCESIONE	6 BD	Salto - 1 nastro + 1 cerchio Equilibri - 1 nastro + 1 cerchio Rotazioni - 1 nastro + 1 cerchio	0,30 Min 2 S (1 nastro e 1 cerchio)	No Min - Max 1 R in ciascun attrezzo	0,20/0,30/0,40 no min - max 5 AD in ciascun attrezzo	
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Collaborazioni C	Elementi Imposti
 COPPIA	Min 3 BD <b>Max 7 Difficoltà (1 a scelta)</b>	Min 3 ED  Gruppi Corporei GC Salto - 1 Equilibri - 1 Rotazioni - 1	0,30 Min 1 S	No Min - Max 1 R di entrambe le ginnaste	CdP 2017-20 Min 4 C  <b>massimo 8</b> <b>collaborazioni</b> <b>con rischio</b> <b>(CR CRR)</b>	
	Difficoltà corporee BD	Gruppi Corporei GC	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Difficoltà d'attrezzo AD	Elementi Imposti
 INDIVIDUALE	Min 3 - Max 6 di più alto valore	Salto - Min 1 Equilibri - Min 1 Rotazioni - Min 1	0,30 Min 2 S	Min 1 R - Max 4 R	0,20/0,30/0,40 min 1 AD	

**L'ELEMENTO PREACROBATICO PUO' ESSERE UTILIZZATO UNA VOLTA NEL R O NELLA AD (NO RIPETIZIONE DI PREACROBATICA)**

## PROGRAMMI TECNICI SERIE A / B / C di GR - GOLD 2021

**Serie A - Serie B - Serie C**



**A4, JUNIOR, SENIOR**

	Difficoltà corporee <b>BD</b>	Gruppi Corporei <b>GC</b>	Combinazione Passi di danza <b>S</b>	Elementi Dinamici con Rotazione <b>R</b>	Difficoltà d'attrezzo <b>AD</b>
	Min 3 Max 9	Salti - Min 1 Equilibri - Min 1 Rotazioni - Min 1	0,30 Min 1	Min 1 Max 5	0,20/0,30/0,40 Min 1



## PROGRAMMI TECNICI INSIEME GR - GOLD 2021

## ALLIEVE




(da 1'45" a 2')

PRIMO CAMPIONATO	SECONDO CAMPIONATO	Difficoltà senza scambio: Difficoltà corporee BD	Difficoltà di Scambio ED	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Collaborazioni C
5 	5 	3 BD	3 ED	0,30 Min 2 S	No Min Max 1 R di tutte le ginnaste	CdP 2017-20 Min 4 C  massimo 8 collaborazioni con rischio (CR CR2 CRR CRR2 CRRR)
		Gruppi Corporei GC				
		Salto - 1 Equilibri - 1 Rotazioni - 1				

## GIOVANILE

PRIMO CAMPIONATO	SECONDO CAMPIONATO	Difficoltà senza scambio: Difficoltà corporee BD	Difficoltà di Scambio ED	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Collaborazioni C
5 	5 	Min 3 BD	Min 3 ED	0,30 Min 2 S	No Min Max 1 R di tutte le ginnaste	CdP 2017-20 Min 4 C  massimo 12 collaborazioni con rischio (CR CR2 CRR CRR2 CRRR)
		Max 7 Difficoltà (1 a scelta)				
		Gruppi Corporei GC				
		Salto - 1 Equilibri - 1 Rotazioni - 1				

## OPEN

PRIMO CAMPIONATO	SECONDO CAMPIONATO	Difficoltà senza scambio: Difficoltà corporee BD	Difficoltà di Scambio ED	Combinazione Passi di danza S	Elementi Dinamici con Rotazione R	Collaborazioni C
5 	3 	Min 4 BD	Min 4 ED	0,30 Min 1 S	No Min Max 1 R di tutte le ginnaste	CdP 2017-20 Min 4 C  massimo 15 collaborazioni con rischio (CR CR2 CRR CRR2 CRRR)
		Max 9 Difficoltà (1 a scelta)				
		Gruppi Corporei GC				
	2 	Salto - 1 Equilibri - 1 Rotazioni - 1				