

ODL Campionato Serie D LC/LC3 - ZTE

Domenica 02 maggio 2021 – Via delle olimpiadi 4

Ricordiamo a tutti gli istruttori di seguire scrupolosamente l'ultimo Protocollo Covid pubblicato sul sito federale, con particolare attenzione alla documentazione richiesta:

- dichiarazione di Adempimento al Protocollo di Sicurezza firmata dal Presidente dell'associazione
- copia dei certificati medici delle atlete in corso di validità.
- autocertificazione per ogni atleta e per ogni tecnico, in originale e firmata.
- In caso la ginnasta avesse contratto il Covid-19 precedentemente, deve essere in possesso del certificato medico agonistico **RETURN TO PLAY** oltre al certificato di **FINE QUARANTENA**.
- E' vietato l'uso promiscuo della magnesia, degli spruzzini e del miele. Ogni atleta dovrà usare il proprio materiale personale. (Per la magnesia occorre portare con sé un sacchetto o un tapperware). La magnesia sarà comunque reperibile, in caso di necessità, presso la postazione di controllo tessere.
- Si invitano i partecipanti alle competizioni ad usare sempre e solo la propria borraccia/bottiglietta personale, eventualmente contrassegnata con il proprio nome. E' vietato bere dal rubinetto. **E' vietato lasciare in giro vestiario, paracalli, protezioni e qualsiasi tipo di materiale personale. I propri effetti personali andranno riposti nelle proprie borse posizionate CHIUSE nelle aree adibite, ivi compreso ciò che riguarda l'igiene personale. E' necessario portare una borsa CAPIENTE DA CONTENERE TUTTI i propri effetti personali (giubbotti, scarpe) anche ISTRUTTORI, GIUDICI E PERSONALE DI GARA. Le ginnaste devono avere anche una borsa piccola/sacca da portare in campo gara che contenga TUTTO IL MATERIALE DI GARA (polsini, paracalli, cinghietti, magnesia, spruzzino, borraccia, bendaggi, calzini).**
- **Tecnici e ginnasti devono essere in possesso di CERTIFICAZIONE DI TAMPONE NEGATIVO effettuato entro le 24/48 ore antecedenti la gara.**

Riscaldamento generale: **15 minuti**

N.B.: la società organizzatrice allestirà 2 ZONE DI RISCALDAMENTO (campo 1 – campo 2)

Ingresso in campo gara a **SERPENTONE**: Parallele, Trave, Corpo Libero, Volteggio.

Trave, Corpo Libero e Parallele A.: **45" di prova a ginnasta** (provano le prime 2 ginnaste a seguire **GARA-PROVA**)

Volteggio: 2 salti di prova (provano tutte le ginnaste a seguire gara)

Per ogni squadra saranno ammessi in campo gara massimo 2 allenatori.

SERIE D LC ZTE JUNIOR/SENIOR

Turno 1		Turno 2		Turno 3		Turno 4	
Triage	8.35	Triage	8.45	Triage	8.55	Triage	9.05
Risc. campo1	8.45	Risc. campo2	8.55	Risc. campo1	9.05	Risc. campo2	9.15
GARA	9.00	GARA	9.10	GARA	9.20	GARA	9.30
S.G. Solaris sq.2		Vis Academy		Libertas Fiorano sq.1		Atletic	

<p style="text-align: center;">Turno 5</p> <p>Triage 9.15 Risc. campo1 9.25 GARA 9.40</p>	<p style="text-align: center;">Turno 6</p> <p>Triage 9.25 Risc. campo2 9.35 GARA 9.50</p>	<p style="text-align: center;">Turno 7</p> <p>Triage 9.35 Risc. campo1 9.45 GARA 10.00</p>	<p style="text-align: center;">Turno 8</p> <p>Triage 9.45 Risc. campo2 9.55 GARA 10.10</p>
Castellata sq.1	Persicetana sq.1	Virtus	S.G. Solaris sq.3

<p style="text-align: center;">Turno 9</p> <p>Triage 9.55 Risc. campo1 10.05 GARA 10.20</p>	<p style="text-align: center;">Turno 10</p> <p>Triage 10.05 Risc. Campo2 10.15 GARA 10.30</p>	<p style="text-align: center;">Turno 11</p> <p>Triage 10.15 Risc. campo1 10.25 GARA 10.40</p>	<p style="text-align: center;">Turno 12</p> <p>Triage 10.25 Risc. campo2 10.35 GARA 10.50</p>
La Palestrina sq. 3	PGF sq.1	Castellata sq2	Persicetana sq.2

<p style="text-align: center;">Turno 13</p> <p>Triage 10.35 Risc. Campo1 10.45 GARA 11.00</p>	<p style="text-align: center;">Turno 14</p> <p>Triage 10.45 Risc. campo2 10.55 GARA 11.10</p>	<p style="text-align: center;">Turno 15</p> <p>Triage 10.55 Risc. campo1 11.05 GARA 11.20</p>	<p style="text-align: center;">Turno 16</p> <p>Triage 11.05 Risc. Campo2 11.15 GARA 11.30</p>
Edilcoop Qt8 sq.1	Masi sq.1	S.G. Solaris sq.4	La Palestrina sq.2

Turno 17	Turno 18	Turno 19	Turno 20
Triage 11.15 Risc. Campo1 11.25 GARA 11.40	Triage 11.25 Risc. Campo2 11.35 GARA 11.50	Triage 11.35 Risc. Campo1 11.45 GARA 12.00	Triage 11.45 Risc. Campo2 11.55 GARA 12.10
PGF sq.2	Antares	Edilcoop Qt8 sq.2	MONTEVEGLIO

al termine premiazioni LC J/S 12.50 circa

LC - ALLIEVE

Turno 21	Turno 22	Turno 23	Turno 24
Triage 12.45 Risc. Campo1 12.55 GARA 13.10	Triage 12.55 Risc. Campo2 13.05 GARA 13.20	Triage 13.05 Risc. Campo1 13.15 GARA 13.30	Triage 13.15 Risc. Campo2 13.25 GARA 13.40
Masi sq.2	Libertas Fiorano sq.2	Future Club	YUPPIES

Turno 25	Turno 26	Turno 27	Turno 28
Triage 13.25 Risc. Campo1 13.35 GARA 13.50	Triage 13.35 Risc. Campo2 13.45 GARA 14.00	Triage 13.45 Risc. Campo1 13.55 GARA 14.10	Triage 13.55 Risc. Campo2 14.05 GARA 14.20
S.G. Solaris sq.1	Ginnastica Reggiana	Masi sq.3	Libertas Fiorano sq.3

Turno 29 Triage 14.05 Risc. Campo1 14.15 GARA 14.30	Turno 30 Triage 14.15 Risc. Campo2 14.25 GARA 14.40	Turno 31 Triage 14.25 Risc. Campo1 14.35 GARA 14.50	Turno 32 Triage 14.35 Risc. Campo2 14.45 GARA 15.00
Edilcoop Qt8 sq.3	La Palestrina	MONTEVEGLIO	Spilambertese

Turno 33 Triage 14.45 Risc. Campo1 14.55 GARA 15.10	<h1>LC3 J/S</h1>		Turno 34 Triage 15.05 Risc. Campo2 15.15 GARA 15.30
Masi sq.4	premiazioni LC ALLIEVE 16.00 circa		Energym sq.3

Turno 35 Triage 15.15 Risc. Campo1 15.25 GARA 15.40	Turno 36 Triage 15.25 Risc. Campo2 15.35 GARA 15.50	Turno 37 Triage 15.35 Risc. Campo1 15.45 GARA 16.00	Turno 38 Triage 15.45 Risc. Campo2 15.55 GARA 16.10
INZANI	Future Club	La Patria sq.1	Energym sq.4

Turno 39		Turno 40		Turno 41		Turno 42	
Triage	15.55	Triage	16.05	Triage	16.15	Triage	16.25
Risc. Campo1	16.05	Risc. Campo2	16.15	Risc. Campo1	16.25	Risc. Campo2	16.35
GARA	16.20	GARA	16.30	GARA	16.40	GARA	16.50
Masi		Athena		Artistica Barca		Energym sq.5	

al termine premiazioni LC3 J/S 17.30 circa

LC3 ALLIEVE

Triage 17.20
Risc. 17.35
Gara 17.50

Volteggio	Trave	Corpo Libero
Energym sq.1	Energym sq.2	La Patria sq.2

al termine premiazioni LC3 ALLIEVE 18.30 circa