

ODL Campionato Serie D LC/LC3 - ZTR

Sabato 01 maggio 2021 – Via Euterpe, 5 – Rimini

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**. Trave, Corpo Libero, Volteggio, Parallele.

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 ZTR

ALLIEVE

Turno 1		Turno 2		Turno 3		Turno 4	
Triage	9.05	Triage	9.15	Triage	9.25	Triage	9.35
Risc. campo1	9.15	Risc. campo2	9.25	Risc. campo1	9.35	Risc. campo2	9.45
GARA	9.30	GARA	9.40	GARA	9.50	GARA	10.00
U.S. R. Serra sq.1		Celle sq. 1		LIBERTAS Cesenatico		San Marino	

Turno 5	Turno 6	Turno 7	Turno 8
Triage 9.45 Risc. campo1 9.55 GARA 10.10	Triage 9.55 Risc. Campo2 10.05 GARA 10.20	Triage 10.05 Risc. campo1 10.15 GARA 10.30	Triage 10.15 Risc. Campo2 10.25 GARA 10.40
EDERA FORLI' sq. 3	U.S. R. Serra sq.2	Celle sq. 2	Atletico Faenza sq.1

Al termine premiazioni serie D - LC ALLIEVE 11.15 circa

LC - JUNIOR/SENIOR

Turno 9	Turno 10	Turno 11	Turno 12
Triage 10.25 Risc. campo1 10.35 GARA 10.50	Triage 10.35 Risc. campo2 10.45 GARA 11.00	Triage 10.45 Risc. Campo1 10.55 GARA 11.10	Triage 10.55 Risc. Campo2 11.05 GARA 11.20
U.S. R. Serra sq.3	Endas Cesena sq. 1	EDERA FORLI' sq. 1	Edera Ravenna sq. 1

Turno 13	Turno 14	Turno 15	Turno 16
Triage 11.05 Risc. Campo1 11.15 GARA 11.30	Triage 11.15 Risc. Campo2 11.25 GARA 11.40	Triage 11.25 Risc. Campo1 11.35 GARA 11.50	Triage 11.35 Risc. Campo2 11.45 GARA 12.00
Atletico Faenza sq.2	Biancoverde	U.S. R. Serra sq.4	Endas Cesena sq. 2

Turno 17 Triage 11.45 Risc. Campo1 11.55 GARA 12.10	Turno 18 Triage 11.55 Risc. campo2 12.05 GARA 12.20	Turno 19 Triage 12.05 Risc. campo1 12.15 GARA 12.30	
EDERA FORLI' sq. 2	Forti E Liberi	Edera Ravenna sq. 2	

Al termine premiazioni 13.15 circa serie D - LC JUNIOR/SENIOR

SERIE D - LC3 J/S

Turno 20 Triage 13.35 Risc. Campo1 13.45 GARA 14.00	Turno 21 Triage 13.45 Risc. Campo2 13.55 GARA 14.10	Turno 22 Triage 13.55 Risc. Campo1 14.05 GARA 14.20	Turno 23 Triage 14.05 Risc. Campo2 14.15 GARA 14.30
Celle sq.1	Edera Ravenna sq.1	Medicina	Cava sq.2

Turno 24	Turno 25	Turno 26	Turno 27
Triage 14.15 Risc. Campo1 14.25 GARA 14.40	Triage 14.25 Risc. Campo2 14.35 GARA 14.50	Triage 14.35 Risc. Campo1 14.45 GARA 15.00	Triage 14.45 Risc. Campo2 14.55 GARA 15.10
Cervia Equipe sq.2	S.A.G.A. Alfonsine	Celle sq. 2	Edera Ravenna sq.2

al termine premiazioni LC3 J/S 15.45 circa

LC3 ALLIEVE

Turno 28	Turno 29	Turno 30	Turno 31
Triage 15.00 Risc. Campo1 15.10 GARA 15.25	Triage 15.10 Risc. Campo2 15.20 GARA 15.35	Triage 15.20 Risc. Campo1 15.30 GARA 15.45	Triage 15.30 Risc. Campo2 15.40 GARA 15.55
Endas Cesena sq.1	Cava sq.1	Cervia Equipe sq.1	Endas Cesena sq.2

al termine premiazioni LC3 ALLIEVE 16.30 circa