

CAMPIONATO REGIONALE SILVER SERIE D LC LC3 LD LD3

FORMIGINE, VIA DELLE OLIMPIADI 4

Ingresso in campo gara a **SERPENTONE** ; **TRAVE** ,**CORPO LIBERO**, **VOLTEGGIO**, **PARALLELE**

Volteggio: 1 salto di prova (provano tutte le ginnaste) a seguire gara.

Trave e CL : Provano le prime 2 ginnaste e poi gara

Parallele: 1 esercizio di prova (provano tutte le ginnaste) a seguire gara.

I tecnici sono invitati a controllare rigorosamente il tempo delle prove del proprio gruppo.

SABATO 7 maggio

LC/LC3: 15' RISCALDAMENTO

LC/LC3: 30" TR - CL- 1 SALTO DI PROVA A VOLTEGGIO- 1 SALITA A PARALLELE

LD: 20' RISCALDAMENTO

LD: 45" TR - CL- 1 SALTO DI PROVA A VOLTEGGIO- 1 SALITA A PARALLELE

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 8,30		
SOLARIS	LC - 1° SQ	JS
SOLARIS	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 8,50		
VIS	LC - 2° SQ	JS
VIS	LC - 3° SQ	JS

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 9,10		
PERSICETANA	LC - 2° SQ	JS
PERSICETANA	LC - 3° SQ	JS

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 9,30		
ACROBATIC	LC - 2° SQ	JS
ACROBATIC	LC - 3° SQ	JS

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 9,50		
GALLO	LC - 1° SQ	JS
GALLO	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 10,10		
SOLARIS	LC - 3° SQ	JS
SOLARIS	LC - 4° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 10,30		
MONTEVEGLIO	LC - 1° SQ	JS
MONTEVEGLIO	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 10,50		
ANTARES	LC - 1° SQ	JS
ATLETIC	LC - 1° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 11,10		
PGF	LC - 2° SQ	JS
MASI	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 11,30		
CASTELLATA	LC - 1° SQ	JS
VIRTUS	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 11,50		
ENERGYM	LD3 1° SQ	JS
ATHENA	LD3 -2° SQ	JS
Pranzo	12,20	

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 13,10		
LA PALESTRINA	LD -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 13,20		
FIORANO	LD -3° SQ	ALL
FIORANO	LD -4° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 13,50		
ATHENA	LC3 - ALL	1° SQ
ENERGYM	LC3 - ALL	2° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,10		
AMATORI	LC3 - ALL	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,30		
FUTURE CLUB	LC3 - JS	1° SQ
ANTARES	LC3 - JS	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,50		
BARCA	LC3 - JS	1° SQ
ENERGYM	LC3 - JS	3° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 15,10		
LA PALESTRINA	LC3 - JS	2° SQ
LA PALESTRINA	LC3 - JS	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 15,30		
SPILAMBERTESE	LC3 - JS	1° SQ
INZANI	LC3 - JS	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 15,50		
ACROBATIC	LC -1° SQ	ALL
ANTARES	LC - 2° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,10		
MASI	LC -1° SQ	ALL
MASI	LC -3° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,30		
QT8	LC -1° SQ	ALL
PGF	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,50		
VIRTUS	LC -1° SQ	ALL
VIS	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 17,10		
SPILAMBERTESE	LC -1° SQ	ALL
SPILAMBERTESE	LC - 2° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 17,30		
MASI	LC -4° SQ	ALL
PERSICETANA	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE -----		
RISCALDAMENTO		
GARA 17,50		
PANARO	LC -1° SQ	ALL
REGGIANA	LC -1° SQ	ALL

DOMENICA 8 maggio

LC: 15' RISCALDAMENTO

LC: 30" TR - CL- 1 SALTO DI PROVA A VOLTEGGIO- 1 SALITA A PARALLELE

LD: 20' RISCALDAMENTO

LD: 45" TR - CL- 1 SALTO DI PROVA A VOLTEGGIO- 1 SALITA A PARALLELE

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	8,30	
FIORANO	LD -1° SQ	JS
FIORANO	LD -2° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	9,00	
PANARO	LD -1° SQ	JS
PGF	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	9,30	
PERSICETANA	LD -1° SQ	JS
PERSICETANA	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	10,00	
ATLETIC	LD -1° SQ	JS
GINNIC	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	10,30	
AMATORI	LD -1° SQ	JS
FUTURE CLUB	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	11,00	
ENERGYM	LD -1° SQ	JS
MASI	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	11,30	
QT8	LD -1° SQ	JS
ACROBAATIC	LD -1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
	12,00	
LIBERTAS 94	LD -1° SQ	JS
ARCOBALENO	LD -1° SQ	JS
Pranzo	12,30	

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 13,10		
CA FAENZA	LD -1° SQ	JS
EDERA FO	LD -1° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 13,40		
ENDAS CESENA	LD -1° SQ	JS
CELLE	LD -1° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,10		
INFINITY	LD -1° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,30		
LIBERTAS 94	LC -1° SQ	ALL
SAN MARINO	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 14,50		
CELLE	LC -1° SQ	ALL
CLUB AT FAENZA	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 15,10		
EDERA FORLI'	LC -1° SQ	ALL
INFINITY	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 15,30		
SAGA	LC -1° SQ	ALL

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,00		
EDERA RA	LC - 3° SQ	JS
R. SERRA	LC - 3° SQ	JS

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,20		
RICCIONE	LC3 - JS	1° SQ
MERCURIALE	LC3 - JS	1° SQ
ENDAS	LC3 - JS	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 16,40		
CERVIA	LC3 - JS	1° SQ
CAVA	LC3 - JS	1° SQ
ARCOBALENO	LC3 - ALL	1° SQ

TRIAGE ----- RISCALDAMENTO GARA 17,00		
FORTIE LIBERI	LC3 - ALL	1° SQ
CELLE	LC3 - JS	1° SQ

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
MEDICINA	LC - 1° SQ	JS
EDERA FORLI'	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
ARCOBALENO	LC - 1° SQ	JS
CELLE	LC - 1° SQ	JS
BIANCOVERDE	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
EDERA RA	LC - 1° SQ	JS
EDERA RA	LC - 2° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
R. SERRA	LC - 2° SQ	JS
R. SERRA	LC - 1° SQ	JS

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
BIANCOVERDE	LC - 1° SQ	ALL
ACROBATIC	LC - 1° SQ	ALL

TRIAGE RISCALDAMENTO GARA		
ENDAS CESENA	LC - 1° SQ	JS
ENDAS CESENA	LC - 2° SQ	JS