



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA
COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA

OGGETTO: ALLENAMENTO GOLD PER SQUADRE PARTECIPANTI AI CAMPIONATI DI SERIE A/B/C GR ANNO 2023

INDICAZIONI SULL'ALLENAMENTO:

- Ogni società potrà accedere alla palestra un'ora prima dell'orario stabilito per potersi riscaldare anticipatamente
- Sono stati suddivisi gli orari per dar modo alla tecnica di seguire tutte le società ammesse in modo equo.
- All'interno del proprio orario ogni società potrà far visionare le ginnaste e gli esercizi che preferisce.
- Si chiede di rispettare gli orari stabiliti in modo da rendere l'allenamento il più proficuo possibile per tutte le società partecipanti.

SQUADRE AMMESSE:

ORE 9.00/10.00 - ESTENSE PUTINATI

ORE 10.00/11.00 - GINNIC CLUB

ORE 11.00/12.00 - LO ZODIACO

ORE 12.00/13.00 - UNIONE EDERA RAVENNA

ORE 13.00/14.00 PAUSA PRANZO

ORE 14.00/15.00 - CERVIA GINNASTICA RITMICA

ORE 15.00/16.00 - BIBBIANESE

ORE 16.00/17.00 - CLUB GIARDINO

ORE 17.00/18.00 - PROGETTO RITMICA ROMAGNA

ORE 18.00/19.00 - SAN MARINO

La DTR GR Prof.ssa Livia Ghetti

