



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA
COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA

OGGETTO: **GINNASTE AMMESSE ALL'ALLENAMENTO GOLD DEL 14/09/2022**

CATEGORIA JUNIOR 3 e SENIOR

INDICAZIONI SULL'ALLENAMENTO:

- Ogni ginnasta potrà accedere alla palestra un'ora prima dell'orario stabilito per potersi riscaldare anticipatamente
- Sono stati suddivisi gli orari per dar modo alla tecnica esterna di seguire tutte le ginnaste ammesse in modo individualizzato e sugli esercizi di gara suddividendo gli orari in modo equo per tutte: 35 minuti a ginnasta

1° GRUPPO: ORE 9.00/11.55

1. CESARI MARTINA - JUNIOR 3 - PUTINATI
2. COTTAFAVA NATALHIE - JUNIOR 3 - PUTINATI
3. CAPRA SARA - SENIOR - PUTINATI
4. PECCHENINI SILVIA - SENIOR - PUTINATI
5. VITALI MADDALENA - SENIOR - PUTINATI

2° GRUPPO: ORE 11.55/13.05

6. JAKIC ALLEGRA - JUNIOR 3 - ENDAS CERVIA
7. GRAMELLINI NICOLE - JUNIOR 3 - ENDAS CERVIA

ORE 13.05/14.05 PAUSA PRANZO

3° GRUPPO: ORE 14.05/15.50

8. EVANGELISTI GRETA - SENIOR - PONTEVECCHIO
9. ROSA SOFIA - SENIOR - PONTEVECCHIO
10. POPOVA MARTINA - SENIOR PONTEVECCHIO

4° GRUPPO: ORE 15.50/17.00

11. BULZONI EMMA - SENIOR - EDERA RAVENNA
12. PIERALISI MARTINA - JUNIOR 3 - EDERA RAVENNA

La DTR GR Prof.ssa Livia Ghetti

