CAMPIONATO SILVER SERIE D - LA3 LB3

INZANI - VIA Cesare Beccaria

14 maggio 2023

SERIE D LA3 LB3

Ingresso in campo gara a SERPENTONE : TRAVE ,CORPO LIBERO, VOLTEGGIO
TRAVE - CORPO LIBERO: Prove in campo prova - Gara: si alternano le ginnaste della giuria 1 e della giuria 2
VOLTEGGIO: provano tutte le ginnaste - 1 salto di prova

I tecnici sono invitati a controllare rigorosamente il tempo delle prove del proprio gruppo.
PORTARE LE **CHIAVETTE** CON LE MUSICHE !!!!

RISCALDAMENTO: 20' prima di inizio gara - i primi 10 minuri riscaldamento generale e a seguire 10 minuti di prova per Trave e Corpo libero in campo prova

GIURIA 1	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 9,20			
	INZANI	1° SQ	J/S	LB3
	INZANI	2° SQ	J/S	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 9,40			
	AMATORI	1° SQ	J/S	LB3
	AMATORI	2° SQ	J/S	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,00			
	GINNIC	3° SQ	J/S	LB3
	QT8	1° SQ	J/S	LB3

GIURIA 2	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 9,20			
	LA PALESTRINA	3° SQ	J/S	LA3
	INZANI	1° SQ	J/S	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 9,40			
	BARCA	2° SQ	J/S	LA3
	BARCA	4° SQ	J/S	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,00			
	MEDICINA	1° SQ	J/S	LA3
	GINNIC	1° SQ	J/S	LA3

GIURIA 1	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,20			
	CELLE	2° SQ	J/S	LB3
	CELLE	3° SQ	J/S	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,40			
	LA TROTTOLA	4° SQ	J/S	LB3
	EDERA RA	3° SQ	ALL	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,00			
	BARCA	3° SQ	ALL	LA3
	LA PALESTRINA	4° SQ	ALL	LA3

GIURIA 2	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,20			
	CELLE	2° SQ	J/S	LA3
	CELLE	1° SQ	ALL	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 10,40			
	EDERA RA	4° SQ	J/S	LA3
	EDERA RA	1° SQ	ALL	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,00			
	BARCA	1° SQ	J/S	LA3
	QT8	3° SQ	ALL	LB3

GIURIA 1	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,20			
	INZANI	2° SQ	ALL	LA3
	GINNIC	2° SQ	ALL	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,40			
	ENERGYM	1° SQ	ALL	LA3
	CELLE	1° SQ	ALL	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 12,00			
	EDERA RA	1° SQ	ALL	LA3
	EDERA RA	2° SQ	ALL	LA3

GIURIA 2	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,20			
	INZANI	1° SQ	ALL	LB3
	CERVIA EQ	1° SQ	ALL	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 11,40			
	ENERGYM	1° SQ	ALL	LB3
	EDEN SPORT	1° SQ	ALL	LB3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 12,00			
	MONTEVEGLIO	1° SQ	ALL	LB3
	MONTEVEGLIO	1° SQ	ALL	LB3

GIURIA 1	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 12,20			
	LA PALESTRINA	1° SQ	ALL	LA3
	LA PALESTRINA	2° SQ	ALL	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 12,40			
	INZANI	3° SQ	ALL	LA3
	INZANI	4° SQ	ALL	LA3

	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 13,00			
	PERSICETANA	1° SQ	ALL	LA3

GIURIA 2	TRIAGE RISCALDAMENTO GARA 12,20			
	QT8	2° SQ	ALL	LB3
	QT8	4° SQ	ALL	LB3