SABATO 4 OTTOBRE 2025 CAMPIONATO A SQUADRE GOLD ALLIEVE 3A – INDIVIDUALE LE3 BASE E AVANZATO

CESENA – VIA DI VITTORIO

GARA LE3 AVANZATO E BASE

- PORTARE LE CHIAVETTE CON LE MUSICHE
I tecnici sono invitati a controllare rigorosamente il tempo delle prove delle proprie ginnaste.

RIUNIONE DI GIURIA: 12.10

CONTROLLO TESSERE 5 MINUTI PRIMA DEL RISCALDAMENTO
LA GARA SI SVOLGERA' A SERPENTONE CL - VT – TR
RISCALDAMENTO GENERALE: 12.30 20 MINUTI su striscia facilitante

PROVE ALL'ATTREZZO:
LE3 AVANZATO: TRAVE: 1 minuto di prova, provano le prime due ginnaste a seguire gara (poi si alternano prova- gara ecc…)
CORPO LIBERO: 5 MINUTI (PROVA TUTTO IL GRUPPO)
VOLTEGGIO: 5 minuti di prova (PROVA TUTTO IL GRUPPO)
LE3 BASE : TRAVE: 1 minuto di prova, provano le prime due ginnaste a seguire gara (poi si alternano prova- gara ecc…)
CORPO LIBERO: 4 MINUTI (PROVA TUTTO IL GRUPPO)
VOLTEGGIO: 5 minuti di prova (PROVA TUTTO IL GRUPPO)

Riscaldamento: 12.30 Prove e gara: 12.50				Riscaldamento: 12.50 Prove e gara: 13.10				Riscaldamento:13.10 Prove e gara: 13.30				Riscaldamento:13.30 Prove e gara: 13.48				Riscaldamento:13.48 Prove e gara: 14.06			
Aldini	AMATORI	S2	LE3 AV.	Florio	EDILCOOP QT8	S2	LE3 AV.	Fava	YUPPIES Z.	S1	LE3 AV.	Bertoni Sbrighi	EDERA RAV.	J2	LE3 BASE	Caruso	FUTURE CLUB	S1	LE3 BASE
Lambruschi	AMATORI	S2	LE3 AV.	Rossi	EDILCOOP QT8	S2	LE3 AV.	Matteini	YUPPIES Z.	S1	LE3 AV.	Chiarini	EDERA RAV.	J2	LE3 BASE	Cremaschi	FUTURE CLUB	S2	LE3 BASE
Cucchi	REGGIANA	J1	LE3 AV.	Merisio	EDILCOOP QT8	J2	LE3 AV.	Sassi	YUPPIES Z.	S1	LE3 AV.	Lapenta	EDERA RAV.	S1	LE3 BASE	Lanzi	FUTURE CLUB	S2	LE3 BASE
Ruffini	REGGIANA	J2	LE3 AV.	Malchiodi	EDILCOOP QT8	J2	LE3 AV.	De Biasi	PALESTRINA	S1	LE3 AV.	Ricci	EDERA RAV.	J1	LE3 BASE	Marchetti	FUTURE CLUB	J1	LE3 BASE
Ravaglia	MEDICINA	S1	LE3 AV.	Bianchi	ATHENA	S2	LE3 AV.	Guidotti	PALESTRINA	S1	LE3 AV.	Scortesia	PERSICETANA	S2	LE3 BASE				

Riscaldamento:14.06 Prove e gara:14.24				Riscaldamento:14.24 Prove e gara:14.42				Riscaldamento:14.42 Prove e gara:15.00				Riscaldamento:15.00 Prove e gara:15.18			
Castellani	G.S. ATL.75	S1	LE3 BASE	Agnelli	PALESTRINA	S1	LE3 BASE	Magagni	ATHENA	J1	LE3 BASE	Ceci	YUPPIES Z.	J1	LE3 BASE
Zangheri S.	G.S. ATL.75	S1	LE3 BASE	Gilli	PALESTRINA	S1	LE3 BASE	Perrone	ATHENA	S1	LE3 BASE	Gherardi	YUPPIES Z.	J2	LE3 BASE
Cesarini	G.S. ATL.75	J2	LE3 BASE	Vitanova	PALESTRINA	J2	LE3 BASE	Sforzi	ATHENA	J1	LE3 BASE	Pedretti	YUPPIES Z.	S1	LE3 BASE
Tomassi	G.S. ATL.75	J2	LE3 BASE	Pellicciari	ENERGYM	J1	LE3 BASE	Dalla Villa	ANTARES	S2	LE3 BASE	Pepe	YUPPIES Z.	J1	LE3 BASE
Zangheri M.	G.S. ATL.75	J1	LE3 BASE	Tattini	ENERGYM	J1	LE3 BASE	Passini	ANTARES	S2	LE3 BASE				

TERMINE GARA LE3 BASE E AVANZATO E PREMIAZIONE: 16.00 circa

GARA GOLD 3A

LE SOCIETA' SONO INVITATE A PRESENTARSI ALMENO 20 MIN.PRIMA DELL'INIZIO DEL RISCALDAMENTO
- PORTARE LE CHIAVETTE CON LE MUSICHE
I tecnici sono invitati a controllare rigorosamente il tempo delle prove del proprio gruppo.
PORTARE IL MODULO CDS PER GIURIA E TAVOLO MUSICA

CONTROLLO TESSERE 5 MINUTI PRIMA DEL RISCALDAMENTO
RISCALDAMENTO GENERALE: 16.00 20 MINUTI
PROVE ALL'ATTREZZO GOLD 3A: 16.20
Trave e corpo libero 1 ' A GINNASTA TOTALE 4'
Parallele: 1'30" A GINNASTA TOTALE 6'
Volteggio: TOTALE 6'

VOLTEGGIO				PARALLELE				BY				TRAVE				CORPO LIBERO				BY		
GOLD 3A	QT8	SQ.1		GOLD 3A	MEDICINA	SQ.1		GOLD 3A	R.SERRA	SQ.1		GOLD 3A	LA PATRIA	SQ.1		GOLD 3A	CELLE	SQ.1				
																				GOLD 3A	PGF	SQ.1
GOLD 3A	MASI	SQ.1		GOLD 3A	MEDICINA	SQ.2		GOLD 3A	COOP PARMA	SQ.1		GOLD 3A	BIANCOVERDE	SQ.1		GOLD 3A	FIORANO	SQ.1				

TERMINE GARA GOLD 3A E PREMIAZIONE: 19,30 circa