1^PROVA CAMPIONATO SILVER LE3 BASE

DOMENICA 15 FEBBRAIO CAMP. A SQUADRE LE3 BASE

Cesena – Via di Vittorio, 275

PORTARE LA CHIAVETTA CON LE MUSICHE
I tecnici sono invitati a controllare rigorosamente il tempo delle prove del proprio gruppo.

SI RICORDA AI TECNICI DI PORTARE IL CDS DA CONSEGNARE ALLE GIURIE E AL TAVOLO DELLA MUSICA

RISCALDAMENTO GENERALE: 20 minuti

RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO:
LE3 BASE : PARALLELE, TRAVE, CORPO LIBERO: 4 minuti A SQUADRA a seguire gara
VOLTEGGIO : 5 minuti di prova a squadra a seguire gara

RIUNIONE DI GIURIA: 9.00

Controllo tessere e riscaldamento: 9.05
Spostamento al primo attrezzo di gara: 9.25
Gara: 9.30

LE3 BASE

VOLTEGGIO			TRAVE			CORPO LIBERO			BY		
SQ.1	Edera Forli	LE3 BASE	SQ.1	Polisportiva Cava	LE3 BASE	SQ.1	Renato Serra	LE3 BASE	SQ.1	Biancoverde	LE3 BASE

termine turno 10.30

Controllo tessere e riscaldamento: 10.30
Spostamento al primo attrezzo di gara: 10.50
Gara: 10.55

VOLTEGGIO			TRAVE			CORPO LIBERO			BY		
SQ.1	Celle Sq.1	LE3 BASE	SQ.1	Infinity	LE3 BASE	SQ.1	Atletica 75	LE3 BASE	SQ.1	Edera Ravenna	LE3 BASE
SQ.2	Celle Sq.2	LE3 BASE	SQ.1	C.Atl.Faenza	LE3 BASE	SQ.1	Athena	LE3 BASE	SQ.1	Persicetana	LE3 BASE

termine turno 12.50 **PAUSA PRANZO**

Controllo tessere e riscaldamento: 13.30
Spostamento al primo attrezzo di gara: 13.50
Gara: 13.55

VOLTEGGIO			TRAVE			CORPO LIBERO		
SQ.1	Activa nuoto	LE3 BASE	SQ.1	La Palestrina	LE3 BASE	SQ.1	Edilcoop QT8	LE3 BASE
SQ.1	Panaro	LE3 BASE	SQ.2	La Palestrina	LE3 BASE	SQ.2	Edilcoop QT8	LE3 BASE

termine turno 15.25

Controllo tessere e riscaldamento: 15.30
Spostamento al primo attrezzo di gara: 15.50
Gara: 15.55

VOLTEGGIO			TRAVE			CORPO LIBERO		
SQ.1	Yuppies Zavattaro	LE3 BASE	SQ.1	Vis Academy	LE3 BASE	SQ.1	Energym	LE3 BASE
SQ.1	Amatori	LE3 BASE	SQ.2	Vis Academy	LE3 BASE	SQ.2	Energym	LE3 BASE

TERMINE GARA E PREMIAZIONI 17.25