



ODL SECONDA PROVA CAMPIONATO REGIONALE GAF AICS 2016

SABATO 23 APRILE 2016

C\O PALESTRA ASSOCIAZIONE GINNASTICA LIVORNESE (LI) , VIA G. PICCIONI

APERTURA PALESTRA ORE 8.30

CATEGORIA PRIMO GRADO DUE ATTREZZI CAT. B

8.45 INIZIO RISCALDAMENTO PRIMO TURNO

9.00 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 4'30" (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
TICA 3	CEC 9	CASCINA 4
ARCOBALENO 3		PONTASSERCHIO 5
SUNRISE 3		

9.45 INIZIO RISCALDAMENTO secondo turno

10.00 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 4' 30" (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
CEC 3	IMPRUNETA 1	CASELLINA 6
LA TORRE 5	GHEZZANO 3	MDS 3
	PISANOVA 1	
CASCIANA TERME 1	SALTO AVANTI 4	

CATEGORIA PRIMO GRADO DUE ATTREZZI CAT. C

10.45 INIZIO RISCALDAMENTO PRIMO TURNO

11.00 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5' (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
ASCIANO 6	CASELLINA 4	AREZZO 5
CASCIANA 1	VALDISIEVE 1	SUNRISE 1
AGL 3	SALTO AVANTI 5	KOSEN 4

12.00 INIZIO RISCALDAMENTO SECONDO TURNO

12.15 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5' 30" (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
CEC 5	CASCINA 5	PONTASSERCHIO 3
IMPRUNETA 2	NICOSIA 1	GHEZZANO 7
IL CIGNO 2	OLIMPIA 1	MDS 1
OKAMI 1	ARCOBALENO 1	
	MEETING 2	

PAUSA PRANZO GIURIA 13.30- 14.00

CATEGORIA PRIMO GRADO DUE ATTREZZI CAT. S

13.45 INIZIO RISCALDAMENTO

14.00 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 3'30" (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
MEETING 5	KOSEN 5	VALDISIEVE 5
IL CIGNO 1	IMPRUNETA 2	PONTASSERCHIO 1
SALTO AVANTI 1		CASELLINA 1

CATEGORIA PRIMO GRADO DUE ATTREZZI CAT. J

14.45 INIZIO RISCALDAMENTO PRIMO TURNO

15.00 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5' 30" (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
VALDISIEVE 10	IMPRUNETA 4	ASCIANO 5
IL CIGNO 1	CEC 4	AREZZO 4
	GHEZZANO 3	SALTO AVANTI 2

16.00 INIZIO RISCALDAMENTO SECONDO TURNO

16.15 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5' (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	TRAVE	CORPO LIBERO
CASELLINA 4	VALDISIEVE 6	KOSEN 5
MEETING 2	OKAMI 4	OLIMPIA 5
NICOSIA 2		
CASCINA 2		



CATEGORIA PRIMO GRADO TRE ATTREZZI CAT. A-C

17.15 INIZIO RISCALDAMENTO

17.30 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 3' (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
ARCOBALENO 4	PORTAMMARE 4	LA TORRE 3	GHEZZANO 6
FALCIAI 2	PISANOVA 1+1	CASCINA 1	
		OLIMPIA 1	
		CASCIANA 1	

CATEGORIA PRIMO GRADO TRE ATTREZZI CAT. B

18.15 INIZIO RISCALDAMENTO

18.30 INIZIO RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 3' (30" A GINNASTA)

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	CORPO LIBERO
OLIMPIA 5	PISANOVA 6	LA TORRE 6	GHEZZANO 1
CASELLINA 1			NICOSIA 1
MDS 1			CASCINA 1
			CEC 1
			TICA 2

**NEL PRIMO GRADO DUE ATTREZZI, CHI FA PARALLELE, LE FARA' APPENA FINITO VOLTEGGIO,
SECONDO DICPOSIZIONI DELLA GIURIA**

**LE PREMIAZIONI VERRANNO FATTE, PER OGNI CATEGORIA, APPENA PRONTE LE
CLASSIFICHE**