



Comitato Regionale della Toscana

organizza

con il Comitato Provinciale di Prato

e

con la collaborazione dell' A.S.D. Kosen-Firenze

Gara Regionale di Ginnastica Artistica Femminile

per

DOMENICA 5 APRILE 2009

presso

**IL
PALAZZETTO dello SPORT BUZZI**

di

PRATO

(Viale della Repubblica ,9)

Le ginnaste dovranno presentare i contenuti del programma tecnico provinciale 2005-2009 che verra' allegato a tale locandina. Le categorie e i livelli in cui si possono iscrivere le ginnaste sono descritti nella pag.1 del programma tecnico provinciale.

PROGRAMMA

Apertura Palazzetto ore 8,00

LIVELLO C e LIVELLO D ritrovo ore 8.20

Allenamento generale 8.30 – 8.50

Sfilata rappresentative 8.55

Inizio gara ore 9.00

LIVELLO B :

CATEGORIA ALLIEVE

CATEGORIA RAGAZZE

CATEGORIA GIOVANI

CATEGORIA ADULTE

Ritrovo ore 10.30

Allenamento generale 10.30 –10.50

Sfilata rappresentative 10.55

Inizio gara ore 11.00

CATEGORIA PULCINI Ritrovo ore 14.00
CATEGORIA PICCOLISSIME Allenamento generale 14.00 – 14.20
Sfilata rappresentative 14.25
Inizio gara ore 14.30

LIVELLO A : Ritrovo ore 16.30
CATEGORIA ALLIEVE Allenamento generale 16.30 – 16.50
CATEGORIA RAGAZZE Sfilata rappresentative 16.55
Inizio gara ore 17.00

Le ginnaste devono presentare 3 attrezzi:volteggio,trave (h. cm 50) ,corpo libero.Le classifiche verranno stilate sulla somma dei punteggi delle 3 prove.

SVOLGIMENTO RISCALDAMENTO GINNASTE:Ogni ginnasta avrà a disposizione 20 minuti di riscaldamento generale prima della sfilata.Per ogni attrezzo verranno assegnati 5 minuti di prova,poi gara a quell'attrezzo.

Il programma orario potrà subire delle variazioni in base al numero delle ginnaste iscritte alle singole categorie.

LE ISCRIZIONI,indirizzate all'A.S.D.Kosen-Firenze (ass.organizzatrice della segreteria), DOVRANNO PERVENIRE ENTRO e NON OLTRE IL 27-3-2009 compreso,tramite fax (055571809) o E-MAIL (monicaacconcia@alice.it).

La quota di iscrizione è di € 3,00 a ginnasta . La quota di iscrizione per Associazione è di € 30,00. Le quote dovranno essere versate direttamente alla segreteria sul campo gara.No pagamenti con assegno,verrà rilasciata ricevuta da parte di società organizzatrice della segreteria.

PER INFORMAZIONI RIVOLGERSI ALLA COORDINATRICE REGIONALE DEL SETTORE ACCONCIA MONICA CELL.3394467950 o 055.571809.

Ogni Associazione partecipante potrà mettere a disposizione giurate di cui dovranno essere forniti dati anagrafici e codice fiscale all'associazione organizzatrice. I nominativi delle giurate devono essere inoltrati rispettando lo stesso termine delle iscrizioni .Le giurate dovranno attenersi alle penalizzazioni del programma provinciale che verrà allegato.

Cordiali saluti

La coordinatrice del settore

Monica Acconcia