



A.S.D. GINNASTICA PRO CARATE
1° Manifestazione Supergym GAM
1° Prova reg. Camp. Allievi Gold 1-2-3
25 OTTOBRE 2026



SUPERGYM					
TURNO 1	Controllo tessere SUPERGYM	08.20			
	Warm up in zona apposita	08.30-08.55			
	Inizio gara	09.00			
				Termine Attività	09.50

GOLD 3					
	Controllo tessere GOLD 3	9.15			
	Warm up in zona apposita	9.25-9.55			
	Inizio gara	10.00		Termine della Gara e Premiazione	11.10

GOLD 1					
TURNO 1	Controllo tessere GOLD 1	10.45			
	Warm up in zona apposita	10.55-11.25			
	Inizio gara	11.30			
				Termine della Gara e Premiazione	13.10

GOLD 2					
TURNO 1	Controllo tessere GOLD 2	13.15			
	Warm up in zona apposita	13.25-13.55			
	Inizio gara	14.00			
				Termine della Gara e Premiazione	15.45

Si ricorda a tutti i tecnici che le schede di dichiarazione degli elementi sono obbligatoriamente da consegnare debitamente compilate.

08.25 Controllo Tessere 08.30 Warm Up nella palestra adiacente al campo gara 09.00 Inizio Gara - 2'30" di riscaldamento all'attrezzo					
Corpo Libero	Fungo	Volteggio	Parallele	Sbarra	Trampolino
Ginnastica Gioy 5	Ginnastica Gioy 4	Pro Mortara 6	Ghislanzoni Gal 4	La Costanza 1884 3	Sampietrina 6

1^ Prova Campionato di Squadra Gold 3

1'30" riscaldamento attrezzo + gara

1 ^a R	CL - Striscia 17m		CM - Funghetto		Anelli		VO - Cubone		Parallele Pari		Sbarra	
	TREVICASS	G3	MEDA	G3	PRO CARATE A	G3	PRO CARATE C	G3	SAMPIETRINA A	G3	GHISLANZONI	G3
	PRO LISSONE	G3			PRO CARATE B				SAMPIETRINA B	G3		

1^ Prova Campionato di Squadra Gold 1 - 1° TURNO

1° sottogruppo = 2'30" riscaldamento attrezzo + gara
2° sottogruppo = 2'30" riscaldamento attrezzo + gara

1 ^a R	CL - Striscia 17m		CM - senza maniglie		Anelli		VO - Tavola		Parallele Pari		Sbarra	
	SAMPIETRINA A	G1	PERSEVERANT	G1	GHISLANZONI	G1	VIMOGYM	G1	PRO CARATE A	G1	GIOY A	G1
	SAMPIETRINA B	G1	MELZO	G1			MEDA	G1	PRO CARATE B	G1	GIOY B	G1

1^ Prova Campionato di Squadra Gold 2

1° sottogruppo = 2'30" riscaldamento attrezzo + gara
2° sottogruppo = 2'30" riscaldamento attrezzo + gara
3° sottogruppo = 2'30" riscaldamento attrezzo + gara

1 ^a R	CL - Striscia 17m		VO - Tavola		Parallele Pari		Sbarra	
	GINN. GIOY A	G2	P.P. BUSTESE	G2	PRO LISSONE A	G2	LA COSTANZA	G2
	GINN. GIOY B	G2	PRO CARATE	G2	PRO LISSONE B	G2	VARESINA	G2
	TREVICASS	G2	GHISLANZ GAL	G2	PRO PATRIA 1883	G2		