

ORDINE DI LAVORO DUO LC-LC3
palazzetto dello sport via Olimpia -Ghedi (BS) 22-23 ottobre 2022

SABATO 22 OTTOBRE 2022 RIUNIONE DI GIURIA ORE 14.00

Controllo Tessere ore 13.20

Riscaldamento ore 13.30 -13.55

Ad ogni attrezzo 8 minuti di riscaldamento (1minuto a ginnasta)

Inizio gara ore 14.00

VOLTEGGIO	PAUSA	TRAVE	C.LIBERO
Estate 83 J2 3444	Mirtillo J2 3559	Gym Joy J2 3138	Rivoltana J3 465
Estate 83 J3 3444	Mirtillo J3 3559	Gym Joy A J1 3138	Invictus J3 2922
Liberi e F. S1 734	Mirtillo J1 3559	Gym Joy B J1 3138	Invictus J2 2922

Al termine premiazione J1+J2+J3+S1

Controllo Tessere ore 15.20

Riscaldamento ore 15.30 -15.55

Ad ogni attrezzo 8 minuti di riscaldamento (1minuto a ginnasta)

Inizio gara ore 16.00

VOLTEGGIO	PAUSA	TRAVE	C.LIBERO
Gym Joy Open	Vighenzi Open	Estate 83 Open	Art.82 A3 2359
Gym Joy Mix	Vighenzi A2	Estate 83 Mix 3444	Art.82 Mix 2359
Gym Joy A2	Vighenzi A4 3082	Dafne Mix 3401	Liberi e F.Open 734
Gym Joy A1 3138	Art.2006 Open 2847		

Al termine premiazione OPEN+MIX+A1+A2+A3+A4

DOMENICA 23 OTTOBRE 2022 RIUNIONE DI GIURIA ORE 9.00

1° GRUPPO OPEN LC

Controllo Tessere ore 9.20

Riscaldamento ore 9.30-9.55

Ad ogni attrezzo 8 minuti di riscaldamento (1minuto a ginnasta)

Inizio gara ore 10.00

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO
Laudense 3161	Pavese A 81	Bollate A 835	Brixia A 967
Mirtillo 3559	Pavese B 81	Bollate B 835	Brixia B 967
C.S.Europa 378	Pavese C 81	Palazzolo A 3002	Brixia C 967
Rivoltana 465	Art.82 2359	Palazzolo B 3002	Ginfit A 2797

3° GRUPPO J1 + Allieve LC

Controllo Tessere ore 16.35

Riscaldamento ore 16.45-16.510

Ad ogni attrezzo 8 minuti di riscaldamento (1minuto a ginnasta)

Inizio gara ore 17.15

VOLTEGGIO	PARALLELE	TRAVE	C.LIBERO
Bollate A J1 835	Rivoltana J1 465	Futuregym Mix 3214	Art.2006 J1 2847
Bollate B J1 835	Perseverant J1 55	Archè J1	Invictus J1 2922
Bollate C J1 835	Dafne A2 3401	Archè A4 3523	C.S.Europa A4 378
Ginn.96 J1 1689	Dafne A3 3401	Archè Mix 3523	Art.2006 S1 2847

Al termine premiazione J1 + A2 + A3 + A4 + MIX + S1

2° GRUPPO OPEN + J2 + S1 LC

Controllo Tessere ore 12.20

Riscaldamento ore 12.30-12.55

Ad ogni attrezzo 8 minuti di riscaldamento (1minuto a ginnasta)

Inizio gara ore 13.00

VOLTEGGIO open	PARALLELE	TRAVE J2	C.LIBERO
Ginfit A 2797	Ginn.96 A 1689	Rivoltana J2 465	Provagliese S1 3193
Ginfit B 2797	Ginn.96 B 1689	Bollate J2 835	Palazzolo S1 3002
Ginfit C 2797	Ginn.96 C 1689	Estate 83 J2 3444	Provagliese A4 3193
Ginfit D 2797	Ginn.96 J2 1689	Gym Joy A4 3138	Mirtillo S1 3559

Al termine premiazione OPEN + J2

SI RICORDA DI PORTARE TUTTA LA DOCUMENTAZIONE DI GARA NECESSARIA
L'ORDINE DI SALITA DELLE SQUADRE RIMANE INVARIATO