



Prot.n. 13/2022 RG/tm
Milano, 8 Marzo 2022

A TUTTE LE ASSOCIAZIONI
DI GINNASTICA DELLA LOMBARDIA
con sezione **GINNASTICA PER TUTTI**

e per conoscenza,

ALLA DTN sez. GpT

A TUTTI I DD.TT.RR.

LORO INDIRIZZI

OGGETTO: note generali e note tecniche regionali **PROGRAMMI ATTIVITA' GPT 2022**

Il Consiglio Direttivo del C.R. Lombardia, su proposta della Direzione Tecnica Regionale della sez. GpT, invia le seguenti informazioni:

Sul sito federale sono state pubblicate le Norme Tecniche 2022, Linee Guida per le Attività GpT 2022 e le FAQ Programmi Tecnici GpT 2022 (aggiornati al 27/02/2022):

<https://www.federginnastica.it/documenti-federali/category/238-procedure-federali-e-norme-tecniche-2022.html>

<https://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/246-programmi-tecnici-gpt-2022.html>

A integrazione di quanto pubblicato si portano in **evidenza** alcune note e precisazioni sulle attività:

➤ **TESSERAMENTO PER LE ATTIVITA' GPT**

TESSERA NON AGONISTA SF	Attività propedeutica alle specialità	GYMGIOCANDO
		PRE-AGONISTICA
QUALSIASI TESSERA FGI <i>(atleta, tecnico, dirigente, ecc)</i>	Attività di gruppo	GYMNAESTRADA
		TROFEO GOLDEN AGE
		ITALIAN GYM FOR LIFE CHALLENGE
		ATTIVITA' INTERNAZIONALI
	Attività di benessere	GREEN PROGRAM TRAINING
TESSERA AGONISTA GPT (o AGONISTA altre Sezioni)	Attività di interazione tra le sezioni	COPPA ITALIA
		SINCROGYM
		PROMOGYM A SQUADRE e INDIVIDUALE
		MASTER CHALLENGER
		ROPESKIPPING A SQUADRE e INDIVIDUALE



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

➤ FASCE DI ETÀ':

- Tutte le rappresentative composte da ginnasti appartenenti a due o più diverse fasce di età, parteciperanno nella categoria OPEN (dove prevista)

• INDICAZIONI TECNICHE ATTUATIVE REGIONALI 2022

Di seguito sono elencate le indicazioni che verranno adottate nelle **fasi regionali** (per le fasi nazionali si fa riferimento alle Norme Tecniche 2022):

- GYMGIOCANDO: il programma tecnico regionale prevede la prova ai percorsi motori e al collettivo: per il Primo Livello un solo percorso (PERCORSO N.1 allegato e pubblicato sul sito regionale), per il Secondo Livello due percorsi (PERCORSO N.1 e N.2 allegato e pubblicato sul sito regionale)
- PRE-AGONISTICA: tutte le attività sono condivise e gestite in collaborazione con le Direzioni Tecniche Regionali delle altre Sezioni, le cui indicazioni sono:
 - ❖ **GAF** Esigenze Tecniche e di Composizione : le ginnaste dovranno comporre una successione di movimenti anche collegati tra di loro
Livello Silver: durata: max 30", senza musica
Livello Gold: durata max 40", musica FACOLTATIVA
Area di lavoro/attrezzi: max striscia mt 12x2
 - ❖ **GAM** Esigenze Tecniche e di Composizione: esecuzione degli elementi realizzati singolarmente o in rapida successione
Durata: libera. Area di lavoro/attrezzi: max striscia mt 12x2
 - ❖ **GR** Esigenze Tecniche e di Composizione : come da indicazioni nazionali pubblicate nelle FAQ Programmi Tecnici GpT 2022
 - ❖ **TE** Esigenze Tecniche e di Composizione : come da indicazioni nazionali pubblicate nelle FAQ Programmi Tecnici GpT 2022
 - ❖ **TG**: in attesa di pubblicazione del programma nazionale
- COPPA ITALIA: la musica agli esercizi individuali con i piccoli attrezzi di ritmica è FACOLTATIVA; agli esercizi individuali a corpo libero e agli altri attrezzi **OBBLIGATORIO** senza musica
- SINCROGYM: nei 2 esercizi a coppie a corpo libero o con i piccoli attrezzi di ritmica la musica è OBBLIGATORIA; alla Trave è FACOLTATIVA; alle Parallele Pari **OBBLIGATORIO** senza musica
- PROMOGYM INDIVIDUALE e SQUADRE: esercizi a corpo libero o con i piccoli attrezzi di ritmica **OBBLIGATORIO** senza musica, durata min 30"
- MASTER CHALLENGE: la musica negli esercizi a corpo libero o con i piccoli attrezzi della ritmica è OBBLIGATORIA. (Il maschio può non usare la musica).
- ROPE SKIPPING: pubblicato sul sito regionale materiale video/didattico:
<http://www.fgilombardia.it/presentazione-attivita-didattiche.html>



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

- Per le altre attività previste nei programmi tecnici GpT 2022 (GYMNAESTRADA, TROFEO GOLDEN AGE, ITALIAN GYM FOR LIFE CHALLENGE, GREEN PROGRAM TRAINING, ROPE SKIPPING) seguiranno ulteriori chiarimenti
- I ginnasti, le squadre/rappresentative dovranno presentarsi alle manifestazioni con le SCHEDE DI SEGRETERIA che verranno pubblicate sul sito regionale:
<http://www.fgilombardia.it/documentazioni.html>.
- Per le SCHEDE DICHIARAZIONE ATTREZZI e le musiche, verrà specificato prima di ogni manifestazione se andranno presentate in campo gara o caricate sul portale gymresult.

In tutte le Attività competitive, come da Procedure Federali 2022, i partecipanti hanno l'obbligo di applicare sull'abbigliamento il distintivo della Società per la quale gareggiano. I tecnici accompagnatori hanno l'obbligo di indossare l'abbigliamento tecnico della Società prescelta nel tesseramento.

Per ulteriori chiarimenti è possibile inviare una e-mail al DTR GpT Gabriella Luzzara: gabry66@alice.it.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO
f.to Rosario Gandolfo