



Prot.n. 60/2022 RG/tm
Milano, 23 Ottobre 2022

A TUTTE LE ASSOCIAZIONI
DI GINNASTICA DELLA LOMBARDIA

e per conoscenza,

ALLA DTN sez. GpT

AI DD.TT.RR. di tutte le Sezioni

LORO INDIRIZZI

OGGETTO: 2^A PROVA “BREVETTI DI ABILITA’” ATTIVITA’ PRE-AGONISTICA 2022

Il Consiglio Direttivo del C.R. Lombardia, in attuazione dei programmi di avviamento alla pratica agonistica di tutte le sezioni, organizza:

**in data 27 NOVEMBRE 2022 la 2^A prova dei “BREVETTI DI ABILITA’”
attività “PRE-AGONISTICA 2022” riferiti alla fascia di età 4/8 anni**

L'attività è rivolta all'acquisizione di elementi di base della Ginnastica, attraverso elementi tecnici descritti nelle schede tecniche diverse per sezione (GAM-GAF-GR-TE-AE-ACRO-TG)

Il programma prevede due livelli tecnici: SILVER e GOLD, ogni livello tecnico prevede 3 diversi Livelli di Abilità: Livello Base, Livello Standard, Livello Avanzato

Ogni ginnasta (o coppia di ginnasti per ACRO) potrà eseguire le prove indicate nella scheda tecnica in riferimento alla propria fascia di età, la scelta del livello tecnico è libera. Ogni ginnasta potrà conseguire Brevetti di Abilità di più sezioni.

Si potranno conseguire anche dei **“SUPER BREVETTI”** cioè la combinazione di 2 Brevetti di uguale Livello e Abilità ma di due sezioni differenti così combinate:

- GAF+TE (Ginnastica Artistica Femminile + Trampolino Elastico)
- GAM+TE (Ginnastica Artistica Maschile + Trampolino Elastico)
- GR+GAF (Ginnastica Ritmica + Ginnastica Artistica Femminile)
- TE+TG (Trampolino Elastico + TeamGym)
- ACRO+GAF (Ginnastica Acrobatica + Ginnastica Artistica Femminile)
- AE+GAF (Aerobica + Ginnastica Artistica Femminile)

Seguirà circolare con successive informazioni e dettagli sulla manifestazione.

J..



INDICAZIONI TECNICHE ATTUATIVE REGIONALI 2022

L'attività "PRE-AGONISTICA" è un programma tecnico della sez. GPT ma è condivisa e gestita in collaborazione con le Direzioni Tecniche Regionali delle altre Sezioni, le cui indicazioni che verranno adottate in regione(*) 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: max striscia mt 12x2
- **GAM** Esigenze Tecniche e di Composizione: esecuzione degli elementi realizzati singolarmente
Durata: libera.
Area di lavoro: max striscia mt 12x2
- **GR** Esigenze Tecniche e di Composizione: come da indicazioni nazionali pubblicate nelle FAQ Programmi Tecnici GpT 2022
Area di lavoro: pedana mt 12x12
- **TE** Esigenze Tecniche e di Composizione: come da indicazioni nazionali pubblicate nelle FAQ Programmi Tecnici GpT 2022
Area di lavoro/attrezzi: airtrack / minitrampolino / trampolino gonfiabile
- **AE** Esigenze Tecniche e di Composizione: le ginnaste dovranno comporre una successione di movimenti anche collegati tra di loro
Durata: max 45", musica FACOLTATIVA
Area di lavoro: pedana max mt 7x7
- **ACRO** Esigenze Tecniche e di Composizione: esecuzione a coppie degli elementi realizzati singolarmente o in rapida successione (cliccando sugli elementi nelle schede sono visionabili filmati esplicativi)
Durata: libera, senza musica
Area di lavoro: max striscia mt 12x2
- **TG:** Esigenze Tecniche e di Composizione : come da indicazioni nazionali pubblicate nelle FAQ Programmi Tecnici GpT 2022, individuale o anche in gruppo (team)
Durata: libera, senza musica
Area di lavoro/attrezzi: max striscia mt 12x2 / airtrack / minitrampolino

(* per le fasi nazionali si fa riferimento alle Norme Tecniche 2022)

I programmi sono pubblicati sul sito federale: Norme Tecniche 2022 Sez. GpT, Linee Guida per le Attività GpT 2022 e le FAQ Programmi Tecnici GpT 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>

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