



A.P.D.G.
QUASAR dal 1976
ALESSANDRO IMBALDI

ALBO NAZ. CONI N. 58960

Via Nazionale delle Puglie, 234 - 80026 Casoria (Na)

Tel. e fax: 0817599111 C.F.: 93010750631

E-MAIL. : quasar.1977@libero.it Part.IVA 07414161211

CAMPIONATO REGIONALE F.G.I

DOMENICA 23 MARZO ORARI GARA:

LA3/LA BASE E AVANZATO

APERTURA PALAZZETTO ORE 8:00

CAMPO A :LA BASE E AVANZATO

1°TURNO Cat.A1+ S1+S2 BASE

A1 AVANZATO

Riscaldamento ore 8:30 ,inizio gara ore 9:00

2°TURNO Cat.A2+A5 BASE

A3+A5 AVANZATO

Riscaldamento: ore 11:30

Inizio gara:ore 12:00

3°TURNO Cat.A4 BASE

A2+S2 AVANZATO

Riscaldamento ore 15:00

Inizio gara ore 15:30

4°TURNO Cat. A3+J3+J2 +J1 BASE

A4+J1+J2+S1 AVANZATO

Riscaldamento ore 18:00

Inizio gara 18:30

CAMPO B LA3 BASE E AVANZATO

1°TURNO Cat. A2+S2 BASE

A3+A1+J2 AVANZATO

Riscaldamento ore 8:30

Inizio gara ore 9:00

2°TURNO Cat.A1+A4 BASE

S2 AVANZATO

Riscaldamento ore 11:30

Inizio gara ore 12:00

3°TURNO Cat.A3+J1 BASE

A5+S1 AVANZATO

Riscaldamento ore 15:00

Inizio gara ore 15:30

4°TURNO Cat.A5+J2+S1 BASE

A2+A4+J1 AVANZATO

Riscaldamento ore 18:00

Inizio gara 18:30

Comunicazione x le Società partecipanti

LA GARA SI SVOLGERA' nel PALAZZETTO DI CASORIA ,SITO IN VIA MICHELANGELO 16. LE AUTO POTRANNO PARCHEGGIARE NEL COMPLESSO DEL PALAZZETTO FINO A EUSARIMENTO POSTI.

L'ACCESSO AL PUBBLICO È ESCLUSIVAMENTE DAL PRIMO INGRESSO (CANCELLO GRANDE LATO PISCINA)

L'accesso ,agli spogliatoi e al campo gara, è consentito ai soli Tecnici con le ginnaste iscritte in gara. L'ingresso sarà consentito 10 minuti prima dell'inizio del riscaldamento .All'interno della struttura troverete il personale della società QUASAR che vi guiderà nei percorsi.

NOTE X GLI ISTRUTTORI: POSSONO STARE SUL CAMPO GARA N° 2 ISTRUTTORI PER SOCIETA' IN TUTA E CON SCARPE DA GINNASTICA UTILIZZATE ESCLUSIVAMENTE PER IL CAMPO GARA.

RISCALDAMENTO:

Il riscaldamento generale dura 30 minuti.

Ad ogni rotazione le prime 2 ginnaste avranno 1 minuto di prova ,a seguire ogni ginnasta tra una gara e l'altra.

SFILATA INIZIALE: LE GINNASTE DISPOSTE IN FILA INDIANA SI DIPORRANNO DIRETTAMENTE AL PRIMO ATTREZZO DI GARA PER IL SALUTO ALLA GIURIA

PREMIAZIONI: SARANNO PREMIATE LE PRIME 5 GINNASTE IN CLASSIFICATA.

SVOLGIMENTO DEGLI ESERCIZI: IN ATTESA DEL TURNO DI GARA, LE GINNASTE ATTENDERANNO SEDUTE E IN ORDINE

CAMBIO ATTREZZO: *DA FARSI SOLO AL VIA DELLO SPEAKER*

OGNI SOCIETÀ AVRÀ CURA CHE LE GINNASTE AL CAMBIO CUSTODIRANNO TUTA E OGGETTI PERSONALI SENZA LASCIARE NULLA SUL CAMPO (felpa bottiglie ecc

PREGHIAMO LE SOCIETÀ DI DIVULGARE LA PRESENTE A TUTTI I GENITORI .

BENVENUTI AL PALACASORIA

GRAZIE A TUTTI PER LA COLLABORAZIONE.

Il presidente

ISABELLA DE LUCA