

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA



## “VIVA VOX”

Via Pisticci N.10/3 93012 Gela CL

Tel 349 430 81 60 Fax 0933 93 83 54 C.F. 900.139.40.854

e-mail [vivavoxgela@gmail.com](mailto:vivavoxgela@gmail.com) [www.ginnasticagela.it](http://www.ginnasticagela.it)

E per quanto di competenza:  
Al Comitato Regionale Sicilia F.G.I. – CATANIA  
Al D.T.R.G.p.T. – SICILIA  
Al D.G.R.G.p.T. – SICILIA  
Alle A.S.D. Federate della Regione Sicilia - LORO SEDI

### Oggetto: **GYMGIOCANDO e GYMTEAM 19 APRILE 09**

Le due gare si svolgeranno contemporaneamente.

**SEDE DI GARA:** Palestrone I.T.I.S. (istituto Tecnico Industriale) Via delle Ande, trav. Via Pitagora, sito in c/da Piano Notaro (quartiere Capo Soprano) la palestra si trova all'interno di un complesso di scuole e più precisamente: I.T.I.S. (istituto Tecnico Industriale), il Geometri, il liceo scientifico.

**ISCRIZIONI:** dovranno pervenire **entro domenica 12 Aprile'09.**

L'ordine di lavoro sarà a disposizione delle A.S.D. partecipanti il giorno antecedente l'inizio della competizione, [www.ginnasticagela.it](http://www.ginnasticagela.it),

- ❖ **Dalle Ore 08:00 alle Ore 09:30 PROVE LIBERE**
- ❖ **Ore 09:15 Riunione Giuria, controllo tessere.**
- ❖ **Ore 09:45 Presentazione società e atleti**
- ❖ **Ore 09:55 Inizio gara**
- ❖ **Al termine Premiazione**

Si chiede, agli illustrissimi colleghi, il **rispetto degli orari** per la buona riuscita della stessa.

**GYMTEAM:** Verranno premiate le prime 4 squadre di ogni fascia di età, di ciascuna classifica.

**GYMGIOCANDO:** classifica unica per ciascuna fascia, tutte le squadre verranno premiate con una coppa di partecipazione.

Inoltre verrà comunicato al momento della premiazione le 9 società, oltre le 4 avente diritto, che passano il turno per la fase nazionale 2009.

Si fa presente che le **Basi musicali** (preferibilmente CD) devono essere **consegnate all'atto del controllo documenti** e iscrizione gara.

Il Presidente  
Di Tavi Luigi

Gela 06 aprile 2009

Anno Sportivo 2009	Codice C.R.	Codice Società
	16	

## ISCRIZIONE ALLE GARE FEDERALI

(DA INVIARE SOLO ALL'ENTE ORGANIZZATORE)

Società richiedente: _			
Via: _	CAP: _	Città: _	
Tel: _	Fax: _	E-mail: _	

Gara:	GYMGIOCANDO 3/4anni <input type="checkbox"/>	GYMGIOCANDO 5/7anni <input type="checkbox"/>	segnare con una <b>X</b>
Sede:	GELA presso Palestrone I.T.I.S. Via Pitagora		Data: <b>19/04/2009</b> ore 08:30

Sezione	
Maschile	<input type="checkbox"/>
Femminile	<input type="checkbox"/>
Ritmica	<input type="checkbox"/>
Ginnastica per Tutti	<input checked="" type="checkbox"/>
Aerobica	<input type="checkbox"/>

Tipo di Gara	
Provinciale	<input type="checkbox"/>
Regionale	<input checked="" type="checkbox"/>
Interregionale	<input type="checkbox"/>
Nazionale	<input type="checkbox"/>
Altra	<input type="checkbox"/>

Partecipazione	
Individuale	<input type="checkbox"/>
Rappresentativa	<input type="checkbox"/>
Squadra	<input checked="" type="checkbox"/>

### Elenco Ginnasti/e iscritti/e

	Cognome	Nome	3/4 anni	5/7 anni	N. Tessera	Data di Nascita
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						

### Allenatori

	Cognome Nome	Qualifica	N. Tessera
01			
02			

Data:

Timbro

Firma:

Anno Sportivo 2009	Codice C.R.	Codice Società
	16	

## ISCRIZIONE ALLE GARE FEDERALI

(DA INVIARE SOLO ALL'ENTE ORGANIZZATORE)

Società richiedente: _			
Via: _	CAP: _	Città: _	
Tel: _	Fax: _	E-mail: _	

Gara:	<b>GYMTEAM</b>		
Sede:	<b>GELA presso Palestrone I.T.I.S. Via Pitagora</b>	Data:	<b>19/04/2009</b> ore 08:30

Sezione	
Maschile	<input type="checkbox"/>
Femminile	<input type="checkbox"/>
Ritmica	<input type="checkbox"/>
Ginnastica per Tutti	<input checked="" type="checkbox"/>
Aerobica	<input type="checkbox"/>

Tipo di Gara	
Provinciale	<input type="checkbox"/>
Regionale	<input checked="" type="checkbox"/>
Interregionale	<input type="checkbox"/>
Nazionale	<input type="checkbox"/>
Altra	<input type="checkbox"/>

Partecipazione	
Individuale	<input type="checkbox"/>
Rappresentativa	<input type="checkbox"/>
Squadra	<input checked="" type="checkbox"/>

### Elenco Ginnasti/e iscritti/e

	Cognome	Nome	1/2 Fascia	3/4 Fascia	N. Tessera	Data di Nascita
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						

### Allenatori

	Cognome Nome	Qualifica	N. Tessera
01			
02			

Data:

Timbro

Firma:

**DTRG SICILIA FGI**

Direttore Tecnico Regionale

Ginnastica per Tutti

Cell. 347 611 67 81

e-mail [dtrg16@federginnastica.it](mailto:dtrg16@federginnastica.it)

Fax 0933.93.83.54

**LOGISTICA HOTEL E RISTORANTE – GELA**

<b>Daniela garden Hotel (4 stelle)</b> <b>via Menta contrada Manfria s.n. GELA</b> <b>Tel/fax 0933.90.90.03 0933.90.94.69.</b> <a href="http://www.danielagardenhotel.it">www.danielagardenhotel.it</a>		
--	--	--

Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>TRIPLA</u>	€26,70		
Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>DOPPIA</u>	€30,00		
Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>SINGOLA</u>	€55,00		

Al momento della prenotazione dire che userete la convenzione con la Federazione Ginnastica come da accordi presi col Direttore Tecnico Regionale Prof. Valter Miccichè.

**VITTO:**

Pranzo e/o Cena presso il ristorante, pizzeria, PARADISEA PARK, sito in Via fontanarossa, contrada Macchitella accanto alla clinica Santa Barbara - GELA –  
La convenzione è valida solo se si **prenota almeno 2 giorni prima** - bisogna contattare il Sig. Fraglica Emanuele al seguente numero: cell. **335 57 26 177 e concordare il tipo di pranzo o cena.**

- lasagne o tortellini o penne (al forno)
- petto di pollo o bistecca con o senza panatura
- acqua

---

**Totale €10,00**

- pizza a scelta
- acqua

---

**Totale €7,00**

**D.T.R.G (Sicilia)**  
Direttore Tecnico Regionale sez. Generale  
*Prof. Valter Miccichè*

# Federazione Ginnastica d'Italia

## COMITATO REGIONALE "SICILIA"

**Valter Miccichè**  
DTRGGpT  
Cell. 347.611 67 81  
e-mail [dtrg16@federginnastica.it](mailto:dtrg16@federginnastica.it)  
Fax 0933.93.83.54



**Spett.le Direttore**  
**Daniela Garden Hotel** (4 Stelle)  
via Menta contrada Manfria s.n. GELA  
Tel/fax 0933.90.90.03 0933.90.94.69  
[www.danielagardenhotel.it](http://www.danielagardenhotel.it)

**Oggetto:** convenzione tra la vostra struttura alberghiera e il Comitato Regionale Sicilia della F.G.I. (Federazione Ginnastica d'Italia).

Il sottoscritto **Valter Miccichè** nella qualità di Direttore Tecnico Regionale Ginnastica per Tutti, con la presente ringrazia per la convenzione stipulata e comunica che gli Istruttori che dovranno pernottare presso il vostro Hotel si metteranno in contatto direttamente con Voi.

Breve riepilogo della convenzione stipulata tra il vostro Hotel e la FGI

### Prezzo speciale

Camera singola	€55,00 B.B
Camera doppia	€60,00 B.B
Camera tripla	€80,00
Camera singola	€70,00 H.B.
Camera doppia	€90,00 H.B.
Camera tripla	€115,00

Si ringrazia anticipatamente per la sensibilità con cui le S.S.L.L. vorranno attenzionare la presente richiesta.

Gela ottobre 2008

**D.T.R.G (Sicilia)**  
Direttore Tecnico Regionale sez. Ginnastica per Tutti  
*Prof. Valter Miccichè*

<b>Gymgiocando 3- 4 anni</b>			
<b>Società</b>		<b>n° ginnasti</b>	
<b>VALUTAZIONE TEMPO</b>		<b>VALUTAZIONE ESECUZIONE</b>	
T.T.S.	pen.GENERALI	TTS+GENERALI	
divido per n° ginnasti		T.M.S.	
.....			
<i>tabella per convertire T.M.S. in parziale TEMPO in punti.(*)</i>			
T.M.S.	<i>punti</i>	T.M.S.	<i>punti</i>
40 "	<b>4</b>	60 "	<b>2</b>
41 "	<b>3,9</b>	61 "	<b>1,9</b>
42 "	<b>3,8</b>	62 "	<b>1,8</b>
43 "	<b>3,7</b>	63 "	<b>1,7</b>
44 "	<b>3,6</b>	64 "	<b>1,6</b>
45 "	<b>3,5</b>	65 "	<b>1,5</b>
46 "	<b>3,4</b>	66 "	<b>1,4</b>
47 "	<b>3,3</b>	67 "	<b>1,3</b>
48 "	<b>3,2</b>	68 "	<b>1,2</b>
49 "	<b>3,1</b>	69 "	<b>1,1</b>
50 "	<b>3</b>	70 "	<b>1</b>
51 "	<b>2,9</b>	71 "	<b>0,9</b>
52 "	<b>2,8</b>	72 "	<b>0,8</b>
53 "	<b>2,7</b>	73 "	<b>0,7</b>
54 "	<b>2,6</b>	74 "	<b>0,6</b>
55 "	<b>2,5</b>	75 "	<b>0,5</b>
56 "	<b>2,4</b>	76 "	<b>0,4</b>
57 "	<b>2,3</b>	77 "	<b>0,3</b>
58 "	<b>2,2</b>	78 "	<b>0,2</b>
59 "	<b>2,1</b>	79 "	<b>0,1</b>
		80"e più	<b>0</b>
<b>VALUTAZIONE COREOGRAFIA</b>			
ESEGUITO		1 Punto	
ESEGUITO BENE		2 Punti	
ESEGUITO OTTIMO		3 Punti	
<b>RIEPILOGO PARZIALI</b>			
TEMPO			
ESECUZIONE			
COREOGRAFIA			
<b>PUNTEGGIO</b>			
<b>TOTALE</b>			
firma giudice			
(*)sbarrare il punteggio da attribuire; i punti attribuiti verranno riportati in tabella nel parziale TEMPO			

## Gymgiocando 5-7 anni

<b>Società</b>				<b>n° ginnasti</b>	
<b>VALUTAZIONE TEMPO</b>				<b>VALUTAZIONE COREOGRAFIA</b>	
T.T.S.	PENALITA'	TTS+PENALITA'			
divido per n° ginnasti			T.M.S.		
.....					
<i>tabella per convertire T.M.S. in parziale TEMPO in punti. (*)</i>					
T.M.S.	<i>punti</i>	T.M.S.	<i>punti</i>		
40 "	7	60 "	5		
41 "	6,9	61 "	4,9		
42 "	6,8	62 "	4,8		
43 "	6,7	63 "	4,7		
44 "	6,6	64 "	4,6		
45 "	6,5	65 "	4,5		
46 "	6,4	66 "	4,4		
47 "	6,3	67 "	4,3		
48 "	6,2	68 "	4,2		
49 "	6,1	69 "	4,1		
50 "	6	70 "	4		
51 "	5,9	71 "	3,9		
52 "	5,8	72 "	3,8		
53 "	5,7	73 "	3,7		
54 "	5,6	74 "	3,6		
55 "	5,5	75 "	3,5		
56 "	5,4	76 "	3,4		
57 "	5,3	77 "	3,3		
58 "	5,2	78 "	3,2		
59 "	5,1	79 "	3,1		
		80" e più	3		
				<b><u>RIEPILOGO PARZIALI</u></b>	
				TEMPO	
				COREOGRAFIA	
				<b>PUNTEGGIO TOTALE</b>	
				firma giudice	
<i>(*)sbarrare il punteggio da attribuire; i punti attribuiti verranno riportati in tabella nel parziale TEMPO</i>					

## ALLEGATO n° 2 - GYMTEAM

### PROGRAMMA COLLETTIVO A CORPO LIBERO

#### PIVOTS/PIROUETTES

I giri si diversificano per:

- a) Senso di rotazione;
- b) Angolo superiore o inferiore a 90° della gamba libera
- c) Numero di giri

L'atteggiamento del busto durante l'esecuzione dei pivots è libero.

CODICE	ELEMENTO	VALORE	FASCE	
P1	Giro sul bacino 360°	0,10	TUTTE	
P2	Giro a passi (minimo 4)			
P3	Chainée (serie 2 o 3)	0,20		
P4	Giro in avanti di 360° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero sotto l'orizzontale (<90°)			
P5	Giro indietro di 360° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero sotto l'orizzontale (<90°)			
P6	Giro in avanti di 360° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero all'orizzontale o oltre (=>90°)	0,30		SOLO 3^/4^
P7	Giro indietro di 360° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero all'orizzontale o oltre (=>90°)			
P8	Fouettè (360° + 360°) con estensione-flessione della gamba libera con ripresa di appoggio ad ogni rotazione.			
P9	Giro in avanti di 540° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero sotto l'orizzontale (<90°)			
P10	Giro indietro di 540° con arto di appoggio disteso o piegato. Arto libero sotto l'orizzontale (<90°)			
P11	Giro in avanti di 720°	0,40		
P12	Giro indietro di 720°			

#### EQUILIBRIO

Posizione statica tenuta 2"

Se non specificato, l'arto (o gli arti) in appoggio è/sono tesolo/i

CODICE	ELEMENTO	VALORE	FASCE
B1	In appoggio sulla pianta del piede, arto libero sotto l'orizzontale (<90°)	0,20	TUTTE
B2	Orizzontale frontale, arto d'appoggio disteso o piegato		
B3	Carpio libero in appoggio sul bacino - seduta a V		
B4	Candela		
B5	Verticale in appoggio su fronte e mani		
B6	Attitude/Arabesque in appoggio sulla pianta del piede	0,30	SOLO 3^/4^
B7	In appoggio sulla pianta del piede, arto libero tenuto all'orizzontale (=90°)		
B8	In appoggio sulla pianta del piede, arto libero tenuto, con l'aiuto di una o due mani, oltre l'orizzontale (>90°)		
B9	In appoggio su un avampiede (relevè), arto libero sotto l'orizzontale (<90°)		
B10	Orizzontale frontale in appoggio su un avampiede (relevè)	0,40	
B11	Attitude/Arabesque in appoggio su un avampiede (relevè)		
B12	In appoggio sulla pianta del piede, arto libero tenuto oltre l'orizzontale (>90°)		
B13	In appoggio su un avampiede (relevè), arto libero tenuto, con l'aiuto di una o due mani, oltre l'orizzontale (>90°)		
B14	Verticale		
B15	Orizzontale dorsale in appoggio su tutto il piede o sull'avampiede		
B16	Penchée (in appoggio su un avampiede, busto in max flessione avanti, gamba libera distesa in alto, sulla stessa linea della gamba di appoggio)		

## SALTI

- Nel salto Entrelassè gli arti inferiori sono paralleli al suolo alternatamente
- L'arrivo dall'Enjambée può essere eseguito con 1 o 2 piedi

CODICE	ELEMENTO	VALORE	FASCE
J1	Pennello (anche con arco o con ½ giro)	0,20	TUTTE
J2	Salto a X, con divaricata frontale		
J3	Salto a raccolta (gambe al petto) anche con ½ giro		
J4	Sforbiciata avanti o dietro		
J5	Salto del gatto (anche con ½ giro)		
J6	Enjambée in avanti o sul posto, con stacco a 1 o 2 gambe (divaricata inferiore a 180°)		
J7	Salto del cervo in avanti o sul posto		
J8	Salto cosacco		
J9	Sisonne		
J10	Salto verticale con una gamba almeno all'orizzontale (=>90°) nelle diverse posizioni		
J11	Pennello con 1 giro (360°)		
J12	Fouettè, una gamba avanti con ½ giro. Stacco e arrivo sulla stessa gamba	0,30	SOLO 3^/4^
J13	Enjambée in avanti o sul posto, con stacco a 1 o 2 gambe (divaricata a 180°)		
J14	Carpio divaricato con arrivo a piedi pari		
J15	Sforbiciata (avanti o indietro) e ½ giro. Divaricata maggiore di 90° dopo il giro		
J16	Carpio unito (gambe parallele al suolo)		
J17	Salto a raccolta (gambe al petto) con giro di 360°		
J18	Salto cosacco con ½ giro		
J19	Salto verticale con ½ giro e una gamba almeno all'orizzontale (=>90°)		
J20	Enjambée con almeno ¼ di giro. Divaricata maggiore di 135°	0,40	
J21	Salto ad anello (biche a boucle). Stacco a uno o due piedi		
J22	Enjambée con cambio di gamba. Divaricata, dopo il cambio, maggiore di 135°		
J23	Salto cosacco con giro di 360°		
J24	Salto verticale con un giro 360°. Gamba libera almeno all'orizzontale (=>90°)		
J25	Salto entrelassè (girato) con divaricata, dopo il ½ giro) di 135°		
J26	Salto a raccolta (gambe al petto) con giro di 540°		
J27	Butterfly		
J28	Schushunova		

PROGRAMMA MINITRAMPOLINO

CODICE	ELEMENTO	VALORE	FASCE
MT1	Pennello	1,80	TUTTE
MT2	Salto con divaricata frontale (salto a X)		
MT3	Pennello con giro di 180° a/l	1,90	
MT4	Capovolta saltata (piccolo tuffo)		
MT4	Pennello con giro di 360° a/l	2,00	
MT5	Salto carpio (anche con ½ giro a/l)		
MT6	Salto con gambe a raccolta (anche con ½ giro a/l)		
MT7	Tuffo al di sopra del capo (con tutti i segmenti corporei in linea)		
MT8	Salto giro avanti raccolto	2,30	
MT9	Salto giro avanti carpiato		
MT10	Salto giro avanti teso	2,40	
MT11	Salto giro avanti raccolto con 180° a/l		
MT12	Salto giro avanti carpiato con 180° a/l	2,50	
MT13	Tuffo con giro di 360° a/l		
MT14	Salto giro avanti teso con 180° a/l	2,60	
MT15	Salto giro avanti raccolto con 360° a/l		
MT16	Salto giro avanti carpiato con 360° a/l		
MT17	Salto giro avanti teso con 360° a/l	2,70	Solo 3^/ 4^
MT18	Salto giro avanti teso con 540° a/l		
MT19	Doppio salto giro avanti raccolto	2,80	
MT20	Salto giro avanti teso con 720° a/l		
MT21	Doppio salto giro avanti carpiato	2,90	
MT22	Tsukahara raccolto		
MT23	Tsukahara carpio	3,00	
MT24	Tsukahara teso		

PROGRAMMA PROGRESSIONE ACROBATICA AL SUOLO

CODICE	ELEMENTO	VALORE	FASCE
T1	Pennello	0,80	TUTTE
T2	Pennello con ½ giro		
T3	Salto con divaricata frontale (salto a X)		
T4	Salto con gambe a raccolta (anche con ½ giro)		
T5	Capovolta avanti rotolata		
T6	Capovolta indietro rotolata		
T7	Salto carpiato (anche a gambe unite)	1,00	
T8	Capovolta avanti saltata (piccolo tuffo)		
T9	Ruota		
T10	Capovolta dietro con passaggio alla verticale		
T11	Mezza Kippe con posa della fronte (Kippe con arrivo a gambe piegate)		
T12	½ avvitamento e piccolo tuffo	1,30	
T13	Pennello con giro di 360°		
T14	Tuffo all'altezza del capo		
T15	Rondata	1,80	
T16	Kippe con posa della fronte		
T17	Ribaltata a 1		
T18	Ribaltata a 2		
T19	½ avvitamento e Tuffo all'altezza del capo	2,00	
T20	Flic Flac avanti		
T21	Flic Flac	2,20	
T22	Ruota senza mani		
T23	Ribaltata senza mani e arrivo su una gamba	2,70	
T24	Salto tempo		
T25	Salto giro avanti raccolto		
T26	Salto giro avanti smezzato		
T27	Salto giro dietro raccolto		
T28	Salto giro avanti carpiato	2,80	
T29	Salto giro dietro carpiato		
T30	Twist raccolto		
T31	½ avvitamento e flic flac avanti	2,90	
T32	Salto giro avanti teso		
T33	Salto giro dietro teso	3,00	
T34	Twist carpiato		
T35	Tuffo con giro di 360° a/l		
T36	Salto giro avanti con 180° a/l		
T37	Salto giro dietro con 180° a/l		
T38	Salto giro avanti con 360° a/l		
T39	Salto giro dietro con 360° a/l		
T40	Twist Teso		





SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - MINITRAMPOLINO

1<sup>^</sup>/2<sup>^</sup> Fascia

Società  Squadra  N° Gara

**ONDATA N° 1**  
(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valore Diff.
N°1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,4)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,4</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 1</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**ONDATA N° 2**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,4)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà (MEDIA)</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,4</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 2</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**ONDATA N° 3**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,4)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà (MEDIA)</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,4</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 3</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**PUNTEGGIO FINALE  
TOTALE  
Ondate (1+2+3) : 3**

<input type="text"/>
----------------------

SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - MINITRAMPOLINO

3^/4^ Fascia

Società  Squadra  N° Gara

**ONDATA N° 1**

*(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)*

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valore Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,0)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,0</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 1</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**ONDATA N° 2**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,0)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà (MEDIA)</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,0</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 2</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**ONDATA N° 3**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

<b>Penalità Composizione (2,0)</b>	<input type="text"/>	<b>Penalità Esecuzione (5,0)</b>	<input type="text"/>
--	----------------------	--------------------------------------	----------------------

<b>Valore Difficoltà (MEDIA)</b>	+	<b>Val. max Comp.+Esec. 7,0</b>	=	<b>Totale</b>	-	<b>Totale penalità</b>	=	<b>Punteggio finale Ondata n. 3</b>
<input type="text"/>				<input type="text"/>		<input type="text"/>		<input type="text"/>

**PUNTEGGIO FINALE  
TOTALE  
Ondate (1+2+3) : 3**

<input type="text"/>
----------------------

SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - PROGRESSIONE ACROBATICA AL SUOLO

1^/2^ Fascia

Società  Squadra  N° Gara

**ONDATA N° 1**

*(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)*

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,30)	

Valore Difficoltà	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,3</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 1
-------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**ONDATA N° 2**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,3)	

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,3</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 2
---------------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**ONDATA N° 3**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,30)	

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,3</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 3
---------------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**PUNTEGGIO FINALE  
TOTALE  
Ondate (1+2+3) : 3**

--

SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - PROGRESSIONE ACROBATICA AL SUOLO  
3^/4^ Fascia

Società  Squadra  N° Gara

**ONDATA N° 1**  
*(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)*

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,0)	

Valore Difficoltà	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,0</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 1
-------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**ONDATA N° 2**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,0)	

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,0</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 2
---------------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**ONDATA N° 3**

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1			
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	
Penalità Esecuzione (5,0)	

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec. <b>7,0</b>	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 3
---------------------------	---	---------------------------------------	---	--------	---	--------------------	---	---------------------------------

**PUNTEGGIO FINALE  
TOTALE**  
Ondate (1+2+3) : 3

<input style="width: 100%; height: 20px;" type="text"/>
---

## ESEMPIO COMPILAZIONE SCHEDA

in Verde ciò che spetta la Tecnico, in Rosso ciò che spetta al Giudice, in Nero alla Segreteria

SCHEMA DICHIARAZIONE GYMTEAM - COLLETTIVO A CORPO LIBERO 1<sup>^</sup>/2<sup>^</sup> Fascia

Società	<b>A.S.D. "FRAGOLA 2000"</b>	Squadra	<b>A</b>	N° Gara	<b>124</b>
Qualificazione		Finale			

Composizione p. 3,20		Richieste Specifiche p. 1,00		Esecuzione p. 5,60	
<b>Richieste Generali</b>		<b>Richieste Specifiche</b>		Lavoro di squadra	
Logicità nei collegamenti	da 0,10 a 0,50	4 Relazioni a coppie e/o		Precisione delle formazioni	
Corrisp. musica-movimento	da 0,10 a 0,50	terziglie	0,60	Tecnica, ampiezza, postura	
3 Livelli di lavoro	da 0,10 a 0,30	4 Formazioni	0,40	Sincronia	
Spazio (5 aree)	da 0,10 a 0,50				
Variazioni di Ritmo	0,20				
Espressività	da 0,10 a 0,20				
FORMAZIONI	PENALITA'	COD. DIFF. VALORE	DESCRIZIONE DIFFICOLTA'		
> > > > > >		P1	GIRO SUL BACINO 360°		
		0,1			
	0,1 +	B4	CANDELA		
	0,05 +	0,2			
	0,2 +	B6	ATTITUDE/AREBESQUE IN APPOGGIO SULLA PIANTA DEL PIEDE		
> > >	0,1 +	0,2			
>	0,3 =	J9	SISONNE'		
>	0,75	0,2			
>		J4	SFORBICIATA AVANTI O INDIETRO		
>		0,2			
>		P3	CHAINEE		
>		0,1			
< < <		<b>PENALITA'</b>	<b>2,555 di Esecuzione</b> (compreso p. 0,50 per elemento non riconosciuto o non eseguito da maggior parte dei componenti)		
<			• Non riconosciuto il J9 da p. 0,20		
<					
> >					
<					

VALORI DIFFICOLTA'	Valore 1	Valore 2	1 + 2
Giri – max 0,40 (almeno 2)	0,1	0,1	0,2
Salti – max 0,40 (almeno 2)	0,0	0,2	0,2
Equilibri – max 0,40 (almeno 2)	0,2	0,2	0,4

<b>Totale DIFFICOLTA'</b>	<b>Valore di partenza</b>
<b>0,8</b>	+ 8,8 = <b>9,6</b>
<b>Penalità da detrarre al Valore di partenza</b>	
Composizione	<b>0,75</b>
Esecuzione	<b>2,555</b>
<b>PUNTEGGIO FINALE</b>	<b>6,29</b>

Nota: Il punteggio Finale risulta p. 6,295 che arrotondato alla seconda cifra decimale è p. 6,29.

## ESEMPIO COMPILAZIONE SCHEDA

in Verde ciò che spetta la Tecnico, in Rosso ciò che spetta al Giudice, in Nero alla Segreteria

### SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - MINITRAMPOLINO

1<sup>^</sup>/2<sup>^</sup> Fascia

Società A.S.D. "FRAGOLA 2000" Squadra A N° Gara 124

#### ONDATA N° 1

(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valore Diff.
N°1	SALTO CARPIO	MT5	2,0
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	0,00	Penalità Esecuzione (5,4)	0,40
--------------------------------	------	------------------------------	------

Valore Difficoltà	+	Val. max Comp.+Esec.	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 1
2,0		7,4		9,40		0,40		9,000

#### ONDATA N° 2

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	PENNELLO	MT1	1,8
N°2	SALTO CON GAMBE A RACCOLTA	MT6	2,0
N°3	SALTO GIRO AVANTI RACOLTO	MT8	2,0

Penalità Composizione (2,0)	0,00	Penalità Esecuzione (5,4)	0,85
--------------------------------	------	------------------------------	------

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec.	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 2
1,933		7,4		9,333		0,85		8,483

#### ONDATA N° 3

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	SALTO CON DIVARICATA FRONTALE (SALTO A X)	MT2	1,8
N°2	TUFFO AL DI SOPRA DEL CAPO	MT7	2,0
N°3	PENNELLO CON GIRO DI 180° A/L	MT3	1,9

Penalità Composizione (2,0)	0,50	Penalità Esecuzione (5,4)	1,20
--------------------------------	------	------------------------------	------

Valore Difficoltà (MEDIA)	+	Val. max Comp.+Esec.	=	Totale	-	Totale penalità	=	Punteggio finale Ondata n. 3
1,9		7,4		9,3		1,7		7,600

#### PUNTEGGIO FINALE

TOTALE

Ondate (1+2+3) : 3

8,36
------

Nota: nella 3<sup>a</sup> Ondata manca l'Intensificazione (p. 0,50) in quanto non c'è crescita di valore nell'esecuzione dei salti (il salto da p. 2,0 precede quello da p. 1,9).

Il punteggio Finale Totale risulta p. 8,361 che arrotondato alla seconda cifra decimale è p. 8,36.

## ESEMPIO COMPILAZIONE SCHEDA

in Verde ciò che spetta la Tecnico, in Rosso ciò che spetta al Giudice, in Nero alla Segreteria

### SCHEDA DICHIARAZIONE GYMTEAM - PROGRESSIONE ACROBATICA AL SUOLO

1<sup>^</sup>/2<sup>^</sup> Fascia

Società	A.S.D. "FRAGOLA 2000"	Squadra	A	N° Gara	124
---------	-----------------------	---------	---	---------	-----

#### ONDATA N° 1

(uguale per tutti/e i/le ginnasti/e)

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	CAPOVOLTA AVANTI SALTATA - RUOTA - RONDATA	T8-T9-T15	1,0-1,0-1,3
N°2			
N°3			

Penalità Composizione (2,0)	0,0
Penalità Esecuzione (5,30)	1,2

Valore Difficoltà		Val. max Comp.+Esec.		Totale		Totale penalità		Punteggio finale Ondata n. 1
1,3	+	7,3	=	8,6	-	1,2	=	7,400

#### ONDATA N° 2

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	PENNELLO - SALTO GAMBE A RACCOLTA - RONDATA	T1-T4-T15	0,8-0,8-1,3
N°2	PENNELLO - SALTO GAMBE A RACCOLTA - RONDATA	T1-T4-T15	0,8-0,8-1,3
N°3	SALTO CARPIATO - KIPPE - FLIC FLAC AVANTI	T7-T16-T20	1,0-1,8-2,0

Penalità Composizione (2,0)	0,5
Penalità Esecuzione (5,30)	2,2

Valore Difficoltà (MEDIA)		Val. max Comp.+Esec.		Totale		Totale penalità		Punteggio finale Ondata n. 2
1,533	+	7,3	=	8,833	-	2,7	=	6,133

#### ONDATA N° 3

Ginnasta	Descrizione Difficoltà	Cod. Diff.	Valori Diff.
N°1	SALTO CARPIATO - KIPPE - FLIC FLAC AVANTI	T7-T16-T20	1,0-1,8-2,0
N°2	RUOTA - CAPOVOLTA DIETRO - FLIC FLAC	T9-T6-T21	1,0-0,8-2,0
N°3	RONDATA - FLIC FLAC - FLIC FLAC	T15-T21-T21	1,3-2,0-2,0

Penalità Composizione (2,0)	0,5 +=0,50 + 0,50
Penalità Esecuzione (5,30)	1,45

Valore Difficoltà (MEDIA)		Val. max Comp.+Esec.		Totale		Totale penalità		Punteggio finale Ondata n. 3
2,0	+	7,3	=	9,30	-	2,95	=	6,350

#### PUNTEGGIO FINALE

TOTALE

Ondate (1+2+3) : 3

6,63
------

Nota: nella 2<sup>a</sup> Ondata manca la Varietà (p. 0,50) perché 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> Serie sono uguali; nella 3<sup>a</sup> Ondata la 1<sup>a</sup> Serie non è Conforme (p. 0,50) perché mancano i due elementi indietro e manca la Varietà nella 3<sup>a</sup> Serie (p. 0,50) perché ci sono 2 elementi uguali (flic flac). Nella 3<sup>a</sup> Ondata non è presente l'intensificazione in quanto confrontando le 3 Serie non c'è una crescita di valore considerando gli elementi con valore maggiore. Il punteggio Finale Totale risulta p. 6,628 che arrotondato alla seconda cifra decimale è p. 6,63.