

COD SOCIETA'

DENOMINAZIONE SOCIETA'

COGNOME E NOME GINNASTA

PARALLELE ASIMMETRICHE

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA		SEZIONE	CLASSIFICA (solo per torneo GpT 3° livello)
Coppa Italia	INDIVIDUALE	1^	2^	AM	Specialità
		3^	4^	AF	1 attrezzo ----- 2 attrezzi
Torneo GpT 3° livello		3/4^		Mix	Assoluta

Nota: chi partecipa alla classifica assoluta (min. 3 attrezzi) rientra anche nella classifica di specialità.

PARALLELE ASIMMETRICHE						
		A	B	C	D	E
		0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
1	ENTRATE (è possibile l'utilizzo di una pedana fino ad altezza spalle - staggio)	Saltare all'app. ritto frontale	Infilata a 1 in presa poplitea con oscill.e intermedia	Infilata a 1 in presa poplitea	Infilata a 1 gamba tesa	Infilata a 2 gambe
		Capovolta dietro con spinta degli a.i. uniti	Capovolta dietro di forza a.i. uniti		Kippe	Kippe slancio a gambe unite oltre l'orizzontale
2	SLANCI ED OSCILLAZIONI	Slancio dietro	Slancio dietro sopra lo staggio	Slancio dietro all'orizzontale	Slancio dietro oltre l'orizzontale	Slancio alla Verticale a gambe divaricate
		Salire con posa dei piedi alternati sullo s.i.	Slancio a posa dei piedi sullo s.l. a gambe unite o divaricate	Da ritto, staggio inferiore, saltare alla scspensione s.s.	Oscillando avanti, capovolta all'appoggio ritto	2 oscillazioni allo s.s.
3	PASSAGGI DI GAMEA e VARIE	Sottentrare una gamba	Sottuscire una gamba	Dall'app. in div. sagitt. cambio di fronte all'app. frontale	Dall'app. dorsale, 1/2 giro all'app. frontale	Dall'app. front., slancio dietro e app. dei piedi uniti + giro di pianta a gambe unite
4	ELEMENTI VICINO ALLO STAGGIO	Dall'app. in div. sagittale, giro indietro (Impugnatura dorsale)	Dall'app. in div. sagittale, giro avanti (impugnatura palmare)	Giro addominale dietro	Kippe	Kippe breve
		Basculare in presa poplitea	Basculare a gamba tesa	Giro addominale avanti a gambe flesse (ochetta)	Giro addominale avanti a gambe tese (ochetta)	Tempo di capovolta, apertura all'orizzontale
5	USCITE	Dall'app. slancio dietro e arrivo di fronte allo staggio	Dall'appoggio slancio dietro con 1/2 giro	Dall'oscillazione dietro in sospensione saltare a terra (esecuzione anche dallo s.i. con g. flesse sotto lo staggio)	Guizzo: dall'app. cadere indietro lanciando il corpo in avanti alto (mezza capovolta)	Salto giro dietro raccolto (esecuzione anche dallo s.i. con g. flesse sotto staggio)
		Dall'appoggio capovolta avanti	Fioretto a gambe unite o divaricate (s.i.)	Fioretto a gambe unite o divaricate (s.s.)	Fioretto a gambe unite o divaricate con 1/2 giro	Fioretto a gambe unite o divaricate con 1 giro
Coppa Italia 1° F.		4 Elementi di 3 differ. Gruppi				
Coppa Italia 2° F.		4 Elementi di 3 differ. Gruppi			+1	
Coppa Italia 3°/4° F.		4 Elementi di 3 differ. Gruppi			+2	
Torneo GPT 1° L.		Atrezzo non contemplato nel programma				
Torneo GPT 2° L.		Atrezzo non contemplato nel programma				
T. GPT 3° L. 1° e 2° F.		3 Elementi di 3 Differ. Gruppi + Uscita				
T. GPT 3° L. 3° e 4° F.		5 Elementi di 3 Differ. Gruppi + Uscita				
Serie D		5 Elementi di 3 Differ. Gruppi + Uscita				

Legenda abbreviazioni: a.i. = arti inferiori; s.s.: staggio superiore; s.i.: staggio inferiore; div.: divaricata; sagitt.: sagittale, app.: appoggio, oscill.e: oscillazione, oscill.i: oscillazioni

NOTA D

NOTA E

PENALITA'

PUNTEGGIO TOTALE
(D+E-penalità)

Firma giuria

		-	=	
--	--	---	---	--

PARALLELE ASIMMETRICHE

COD SOCIETA'

COGNOME E NOME GINNASTA

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA		SEZIONE	CLASSIFICA (solo per torneo GpT 3° livello)
Coppa Italia	INDIVIDUALE	1^	2^	AM	Specialità
		3^	4^		1 attrezzo ----- 2 attrezzi
Torneo GpT 3° livello		3/4^		Mix	Assoluta

Nota: chi partecipa alla classifica assoluta (3 attrezzi) rientra anche nella classifica di specialità.

Copia per il Tecnico
Accompagnatore

PUNTEGGIO

Firma giuria