

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

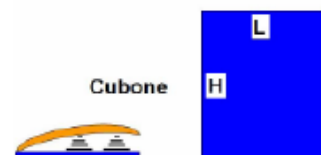
MINITRAMPOLINO-VOLTEGGIO

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF GAM MIX	SPECIALITA'
Torneo GpT 1° livello	SQUADRA	3 [^] 4 [^]		ASSOLUTA
Torneo GpT 2° livello		3 [^] /4 [^]		
Torneo GpT 3° livello		ALLIEVE OPEN		

MINITRAMPOLINO								
		A	B	C	D	E	F	G
Valori di Penetrazione	Coppa Italia	1,80	2,00	2,20	2,40	2,50	2,70	3,00
	Torneo GpT 1° L.	1,60	2,00		Max 2 ^a fascia			Max 3 ^a /4 ^a fascia
	Torneo GpT 2° L.	1,70	1,90	2,10	2,40	2,70		
	Torneo GpT 3° L. 1 ^a e 2 ^a F.		2,40	2,70	3,00	3,30	3,60	
	Torneo GpT 3° L. 3 ^a e 4 ^a F.		2,40	2,70	3,00	3,30	3,60	4,20
	Serie D	1,70	2,40	2,70	3,00	3,30	3,60	4,20
1	SALTI VERTICALI	Pennello	Pennello 180° a/l Carpinato divaricato	Pennello 360° a/l				
2	SALTI CON ARRIVO IN CAPOVOLTA			Tuffo a corpo teso				
3	SALTI CON POSA DELLE MANI			Flic-flac avanti				
4	SALTI GIRO				Salto giro avanti racc.	Salto giro avanti carpinato	Salto giro avanti teso	Salto giro avanti teso con 1/2 avvitemento
Per la 1 ^a e 2 ^a fascia della Coppa Italia e del Torneo GpT è possibile l'utilizzo di panche o rialzi per la rincorsa.								

Nota: L'altezza dei tappetoni all'arrivo deve essere massimo quanto il bordo più alto del Minitrampolino (soltanto il bordo prossimale alla direzione del salto se il Minitrampolino è inclinato) a cui si possono aggiungere uno o più tappetini tipo Sameige adiacenti e non sovrapposti. La dimensione dei tappetoni d'arrivo è libera e appropriata a garantire la completa incolumità del ginnasta

VOLTEGGIO CUBONE						
		A	B	C	D	E
Valori di Penetrazione	Coppa Italia	1,80	2,00	2,20	2,40	3,00
	Torneo GpT 1° L.	Attrezzatura non contemplata nel programma				
	Torneo GpT 2° L.	1,70	2,20	2,70		
	Torneo GpT 3° L. 1 ^a e 2 ^a f.		2,40	2,80	3,20	3,60
	Torneo GpT 3° L. 3 ^a e 4 ^a f.		2,40	3,00	3,60	4,20
	Serie D	1,70	2,40	3,00	3,60	4,20
1	SALTI NON PASSANTI PER LA VERTICALE	Framezzo raccolto con posa dei piedi + pennello	Framezzo raccolto con posa dei piedi + pennello con 1/2 giro	Framezzo raccolto	Staccata	
2	SALTI PASSANTI PER LA VERTICALE			Ruota		Ribaltata Rondata
Coppa Italia e Torneo GpT (H=cm 80 L=cm 100 per 1 ^a fascia; H=cm 100 L=cm 80 per 2 ^a , 3 ^a e 4 ^a fascia)						
Serie D (H=cm 100 L=cm 80)						



Zona di arrivo: materassone di m. 4x2x0,20
Il cubone può essere sostenuto lateralmente

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

MINITRAMPOLINO-VOLTEGGIO

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF MIX	SPECIALITA'
Torneo GpT 1° livello	SQUADRA	3 [^] 4 [^]		ASSOLUTA
Torneo GpT 2° livello		3 [^] /4 [^]		
Torneo GpT 3° livello		ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

PARALLELE ASIMMETRICHE GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF	SPECIALITA'
Torneo GpT 1° livello		3 [^] 4 [^]		
Torneo GpT 2° livello	SQUADRA	3 [^] /4 [^]	MIX	ASSOLUTA
Torneo GpT 3° livello		ALLIEVE OPEN		

PARALLELE ASIMMETRICHE

		A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 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 e posa dei piedi sullo s.i. a gambe unite o divaricate	Da ritti, staggio inferiore, saltare alla sospensione s.s.	Oscillando avanti, capovolta all'appoggio ritto	2 oscillazioni allo s.s.
3	PASSAGGI DI GAMBA 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

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

PARALLELE ASIMMETRICHE GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF	SPECIALITA'
Torneo GpT 1° livello		3 [^] 4 [^]		
Torneo GpT 2° livello	SQUADRA	3 [^] /4 [^]	MIX	ASSOLUTA
Torneo GpT 3° livello		ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

TRAVE GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	AF	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

TRAVE						
		A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50
1	ENTRATE (possibilità di utilizzo della pedana)	Framezzo (gambe piegate o tese)	Pennello	Pennello + arabesque	Capovoita Avanti	Capovoita avanti + pennello
		Salire con piedi alternati (con o senza fase di volo)	Salire con piedi alternati con arrivo in accosciata (con o senza fase di volo)	Squadra a gambe divaricate	Squadra a Gambe divaricate 2"	Verticale d'impostazione
2	SALTI ARTISTICI	Salto Pennello	Salto raccolto	Sissonne	Cosacco (spinta ad 1 o 2 piedi) Pennello con 1/2 giro	Enjambé
		Chassé	Salto del Gatto	Sforbiata a gambe tese	Enjambée sul posto (apertura min. 160°)	Salto del Gatto+Salto in estensione ad arco
3	GIRI	1/2 Giro (180°) su 2 piedi in relevé	1/2 Giro (180°) gamba libera tesa	1/2 Giro (180°) gamba libera tesa a 90°	1 Giro (360°) gamba libera tesa a 45°	1 Giro (360°) gamba libera tesa a 90°
		1/2 Giro (180°) gamba libera flessa	1/2 Giro gamba libera flessa+1/2 giro su 2 piedi in relevé	Sfiancio avanti gamba tesa+sfiancio dietro completando 1/2 giro in relevé	1 Giro (360°) gamba libera flessa	1+1/2 Giro (540°) gamba libera flessa (in passé)
4	ELEMENTI DI TENUTA e STATICI	Gamba avanti o laterale a 45° 2"	Candela 2"	Orizzontale prona 2"	Posizione a l 2"	Verticale divaricata sagittale 2"
		Mani sulla trave, sfiancio arti inferiori con sforbiciata	Da accosciata, spinta a piedi pari uniti portando il bacino in verticale a gambe flesse	Ponte 2"	Da accosciata, spinta a piedi pari uniti portando il bacino in verticale a gambe flesse e distenderle	Dalla Verticale, discesa in squadra a gambe divaricate 2"
5	ACROBATICA	Capovoita avanti	Capovoita avanti + salto pennello	Ruota	Roveciata avanti	Roveciata avanti + sissonne
		Capovoita indietro (partenza ed arrivo liberi)	Capovoita indietro arrivo in piedi (partenza libera)	Da supini, salire in ponte +roveciata dietro	Roveciata indietro	Filo-fiac smezato
6	USCITE (*= min. un passo presalto, battuta a piedi pari. I salti da 0,10 anche senza * e anche laterali)	Pennello	Pennello con 1/2 giro (180°) al*	Pennello con 1 giro (360°) al*	Rondata con appoggio delle mani all'estremità	Salto giro avanti*
		Salto a X	Salto in alto raccolto avanti*	Salto in alto raccolto con 1/2 giro (180°) al*	Carpiato Divaricato *	Salto giro dietro (da fermo)

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

TRAVE GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	AF	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

CORPO LIBERO GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF	SPECIALITA'
Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	SQUADRA	3 [^] 4 [^] 3 [^] /4 [^] ALLIEVE OPEN	MIX	ASSOLUTA

CORPO LIBERO AF (Suolo)						
		A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50
1	ROTOLEMENTI	Capovolta avanti	Capovolta avanti saltata	Capov. avanti + vert. a g. flesse e discesa in capov. avanti	Capovolta avanti + verticale a gambe divaricate	Capov. av.- vert. a gambe unite e tese
		Capovolta dietro	Capovolta dietro con arrivo a gambe divaricate	Capovolta dietro in verticale a braccia piegate	Capovolta dietro alla verticale a braccia tese	Capovolta dietro alla verticale e 1/2 giro
2	ROVESCIAIMENTI	Verticale di passaggio	Verticale e capovolta avanti	Verticale 2"	Verticale con 1/2 giro	Verticale con 1 giro + capovolta avanti
		Ruota	Ruota 1/4 di giro con arrivo di spalle al verso di partenza	Rovesciata dietro	Rovesciata avanti	Rovesciata indietro + filic flac smezato
3	RIBALTAMENTI	Rondata	Rondata + salto pannello	Ribaltata ad una gamba	Flic-flac avanti	Ribaltata a 1+ ribaltata a 2+salto in estensione
			Kippe	Ribaltata a 2	Flic-flac indietro (anche smezato)	2 Flic-flac a gambe unite + salto in estensione
4	SALTI				Salto in verticale di passaggio	Salto giro avanti raccolto Salto giro dietro raccolto
5	SALTI ED ELEMENTI ARTISTICI	Salto del gatto	Salto carpio divaricato	Sissonne	Enjambé	Enjambé cambio
		Salto pannello	Storbiciata a gambe tese	Salto pannello con 360°	Salto Cosacco (spinta a 1 o 2 piedi)	Salto cosacco con 180° (spinta a 1 o 2 piedi)
6	PIVOT	1/2 giro (180°) gamba libera flessa	1/2 giro (180°) gamba libera tesa a 45°	1 giro (360°) gamba libera flessa	1 giro e 1/2 (540°) gamba libera flessa	2 giri (720°) gamba libera flessa
7	PARTI STATICHE E FLESSIBILITA' (tenute 2")	Da seduti, flessione del busto av. a gambe divaricate o unite	Ponte	Staccata sagittale	Staccata frontale	Verticale d'impostazione 2" (partenza con bacino al suolo)
		Equilibrio gamba libera tesa a 45°	Squadra equilibrata in appoggio sul bacino	Orizzontale prona in appoggio su una gamba (tesa)	Squadra in app. sulle mani a g. un. (mani estern. alle gambe) o divar. (mani inter.)	Capovolta avanti+verticale d'impostazione +capovolta avanti

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

CORPO LIBERO GAF

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello	INDIVIDUALE	1 [^] 2 [^]	AF	SPECIALITA'
Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	SQUADRA	3 [^] 4 [^] 3 [^] /4 [^] ALLIEVE OPEN	MIX	ASSOLUTA

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

SBARRA GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

SBARRA						
		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 - sbarra)	Saltare all'app. ritto frontale	Infilata a 1 in presa poplitea con oscill.e intermedia	Infilata a 1 in presa poplitea	Infilata a 1 a gamba tesa	Infilata a 2 gambe
		Capovolta indietro con spinta degli a.i. uniti	Capovolta indietro di forza a.i. uniti		Kippe	Kippe slancio a gambe unite oltre l'orizzontale
2	BLANCI ED OSCILLAZIONI	Slancio dietro		Slancio dietro all'orizzontale	Slancio dietro oltre l'orizzontale	
3	PASSAGGI DI GAMBA 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. piedi+giro di pianta a gambe unite
4	ELEMENTI VICINO ALLA SBARRA	Dall'app. In div. sagittale, giro indietro (Impugnatura dorsale)	Dall'app. In div. sagittale, giro avanti (Impugnatura palmare)	Giro addominale dietro	Kippe	Kippe breve
		Bascouille in presa poplitea	Bascouille 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 indietro e arrivo di fronte alla sbarra	Dall'appoggio slancio indietro con 1/2 giro	Dall'oscillazione dietro in sospensione saltare a terra. (Esecuzione possibile anche con g. flesse)	Guizzo: dall'app. cadere indietro lanciando il corpo in avanti alto (mezza capovolta)	Salto giro dietro raccolto. (Esecuzione possibile anche con g. flesse)
		Dall'appoggio capovolta avanti	Fioretto a gambe unite o divaricate		Fioretto a gambe unite o divaricate con 1/2 giro	

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

SBARRA GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

PARALLELE PARI GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

PARALLELE PARI						
		A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50
1	 ELEMENTI DI SLANCIO ALL'APPOGGIO	Oscillazione	Oscillazione con aggancio/seduta esterna e variabili a destra	Oscillazioni all'orizzontale	Oscillazione in verticale	Oscillazione in verticale 2"
		Dal suolo con mani sugli staggi, con spinta piedi pari uniti, salire all'appoggio	Oscillazione con aggancio/seduta esterna e variabili a sinistra	Capovolta avanti a gambe divaricate (anohe dalla posizione di quadrupedia)		Cambio avanti in verticale
2	ELEMENTI STATICI O DI FORZA	Appoggio ritto	Squadra a gambe unite e flesse 2"	Squadra a gambe unite tese 2"	Squadra a gambe divaricate 2"	Verticale d'impostazione 2"
					Verticale in appoggio brachiale 2"	
3	ELEMENTI DI SLANCIO DALLA SOSPENSIONE BRACHIALE	Oscillazione a corpo teso a 45°	Oscillazioni corpo teso all'altezza degli staggi	Kippe a gambe divaricate	Kippe a gambe divaricate e oscil.	Kippe
				Colpo di petto a gambe divaricate	Colpo di petto a gambe div. e oscil.	Capovolta indietro (rouleau)
4	ELEMENTI DI SLANCIO DALLA SOSPENSIONE ED ELEMENTI LATERALI SU UNO STAGGIO			Kippe lunga all'app. a gambe div.		Kippe lunga o Kippe l. squadra
					Kippe breve all'app. a gambe div.	Kippe breve o Kippe b. squadra
5	ELEMENTI LATERALI SU UNO STAGGIO			Dalla posizione di seduta esterna: 1/2 giro e portarsi in quadrupedia su 2 staggi, corpo proteso dietro		Squadra a gambe tese o divaricate 2"
6	USCITE	Oscillare indietro e spostamento laterale	Oscillare indietro e spostamento laterale con 1/2 giro esterno	Oscillare avanti e spostamento laterale con 1/2 giro esterno	Oscillare indietro e spost. laterale con 1/2 giro interno	Salto giro raccolto dietro o avanti
					Oscillare indietro alla verticale e spost. laterale	Perno dalla verticale

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

PARALLELE PARI GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello Torneo GpT 2° livello Torneo GpT 3° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
	SQUADRA	3^ 4^ 3^/4^	MIX	ASSOLUTA
		ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria

SCHEDE 2012 GPT

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

CORPO LIBERO GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
Torneo GpT 2° livello	SQUADRA	3^ 4^	MIX	ASSOLUTA
Torneo GpT 3° livello		3^/4^ ALLIEVE OPEN		

CORPO LIBERO AM (Suolo)

		A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50
1	ROTOLAMENTI	Capovolta avanti	Capovolta avanti saltata	Capov. avanti + vert. a g. flesse e discesa in capov. avanti	Capovolta avanti in verticale a gambe divaricate	Capov. av.+ vert. a gambe unite e tese
		Capovolta dietro	Capovolta dietro con arrivo a gambe divaricate	Capovolta dietro in verticale a braccia piegate	Capovolta dietro alla verticale a braccia tese	Capovolta dietro alla verticale e 1/2 giro
2	ROVESCIAIMENTI	Verticale di passaggio	Verticale e capovolta avanti	Verticale 2"	Verticale con 1/2 giro	Verticale con 1 giro + capovolta avanti
		Ruota	Ruota 1/4 di giro con arrivo di spalle al verso di partenza		Rovesciata avanti	
3	RIBALTAMENTI	Rondata	Rondata + salto pennello	Ribattata ad una gamba	Flic-flac avanti	Ribattata a 1+ ribattata a 2+salto in estensione
			Kippe	Ribattata a 2	Flic-flac indietro	2 Flic-flac a gambe unite + salto in estensione
4	SALTI		Tuffo		Salto in verticale di passaggio	Salto giro avanti raccolto Salto giro dietro raccolto
5	ELEMENTI ARTISTICI	Salto verticale a corpo teso (pennello)	Pennello con 360° di rotazione	Sforbiata		Rimbalzo ed arrivo a corpo proteso dietro
6	PREMULINELLI	1 premulinello		1/2 mulinello	Premulinello alla verticale di passaggio	1 mulinello
7	PARTI STATICHE E FLESSIBILITA' (denote 2")	Da seduti, flessione del busto av. a gambe divaricate o unite	Ponte	Staccata sagittale	Staccata frontale	Verticale d'impostazione 2" (partenza con bacino al suolo)
		Equilibrio gamba libera tesa a 45°	Squadra equilibrata in appoggio sul bacino	Orizzontale prona in appoggio su una gamba (tesa)	Squadra in app. sulle mani a g. un. (mani estern. alle gambe) o divar. (mani inter.)	Capovolta avanti+verticale d'impostazione +capovolta avanti

NOTA D	NOTA E	PENALITA'	PUNTEGGIO TOTALE(D+E)	Firma Giudice
		-	=	

COD. SOCIETA' _____

DENOMINAZIONE SOCIETA' _____

COGNOME E NOME GINNASTA _____

CORPO LIBERO GAM

GARA	TIPOLOGIA	FASCIA/CAT.	SEZIONE	CLASSIFICA
Coppa Italia Serie D Torneo GpT 1° livello	INDIVIDUALE	1^ 2^	GAM	SPECIALITA'
Torneo GpT 2° livello	SQUADRA	3^ 4^	MIX	ASSOLUTA
Torneo GpT 3° livello		3^/4^ ALLIEVE OPEN		

PUNTEGGIO Firma giuria