

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZI COLLETTIVI GpT 2014

| | | | |
|--|--|------------------|--|
| DENOM. SOCIETA' | | COD. SOC. | |
| <i>Compilare i campi in maniera corretta e possibilmente al PC</i> | | SQUADRA | |

| | | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------------------|------------------|
| TROFEO GIOVANI | TROFEO RAGAZZI | COPPA ITALIA MIX | SINCROGYM |
| | | | Fascia |
| | | | Tipologia |

| | Cod. | ELEMENTI A (p. 0,50) | Cod. | ELEMENTI B (p. 1,00) |
|---|------|---|------|--|
| PRE-ACROBATICA | 1 | Capovolta avanti con partenza ed arrivo libero | 21 | Capovolta avanti saltata |
| | 2 | Capovolta rotolata indietro (anche con passaggio dalla verticale) o Capovolta laterale sulle spalle | 22 | Verticale e capovolta avanti |
| | 3 | Ruota | 23 | Ruota con una mano |
| | 4 | Rondata | 24 | Ruota ¼ di giro con arrivo di spalle |
| | 5 | Verticale o Sforbiciata sagittale degli arti inferiori, in appoggio sugli arti superiori | 25 | Verticale con giro di 180° A/L |
| | 6 | 2 Premulinelli (a destra e/o sinistra) | 26 | Capovolta Avanti + Verticale a gambe flesse |
| SALTI | 7 | Salto verticale (pennello) con spinta a 2 piedi | 27 | Salto verticale (pennello) con 1 giro di 360° A/L in volo con spinta a 2 piedi |
| | 8 | Salto groupè (raccolto) con spinta ad 1 o 2 piedi | 28 | Salto cosacco (con gamba tesa avanti all'orizzontale, l'altra flessa) spinta libera |
| | 9 | Salto del gatto | 29 | Salto del gatto con 360° A/L |
| | 10 | Salto sforbiciata a gambe tese | 30 | Enjambée sagittale (con spinta ad 1 o 2 piedi) o frontale Salto carpio (unito o divaricato) |
| | 11 | Salto biche (cervo) con spinta ad 1 o 2 piedi | 31 | Entrelacés |
| EQUILIBRI | 12 | Candela | 32 | Squadra in appoggio sul bacino (equilibrata) o sulle mani (di forza) a gambe tese (unite o divaricate), tenuta |
| | 13 | Equilibrio in passè sull'avampiede | 33 | Equilibrio in attitude o in arabesque sull'avampiede |
| | 14 | Equilibrio su 1 piede, gamba libera flessa oltre 90° senza aiuto. | 34 | Equilibrio su 1 piede, gamba libera tesa oltre 90° senza aiuto. |
| GIRI | 15 | Giro a passi o Chainée | 35 | Pivot in passè 360° |
| | 16 | Giro perno sul bacino 360°, da seduti | 36 | Pivot in arabesque o attitude 360° |
| | 17 | Giro minimo 360° su un piede mediante piccoli saltelli (sauté) gamba libera sollevata (av., ind., laterale) | 37 | Giro con gamba libera a 90° |
| SCIOLTEZZA | 18 | Da seduti a gambe divaricate e tese, flessione del busto avanti per arrivare con petto a terra | 38 | Grand ecart con aiuto (av./lat.) sulla pianta |
| | 19 | Penchée sulla pianta con mani a terra | 39 | Tour plongè (infilata) con 1 o senza mani |
| | 20 | Staccata frontale o sagittale | 40 | Onda del busto scendendo in ginocchio |
| TR. GIOVANI – COPPA ITALIA MIX 1^ e 2^ Fascia – SINCROGYM 1^ e 2^ Fascia | | | | |
| SINCROGYM 3^/4^ Fascia – COPPA ITALIA MIX 3^/4^ Fascia | | | | |

| ATTREZZO <i>Solo Trofeo Ragazzi</i> | DIFFICOLTA' <i>No Trofeo Ragazzi</i> | ESECUZIONE | COMPOSIZIONE | TOTALE |
|--|---|------------|--------------|--------|
| | | | | |

Firma Giuria _____



SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZI COLLETTIVI GpT 2014

| | | | |
|------------------------|--|------------------|--|
| DENOM. SOCIETA' | | COD. SOC. | |
| Firma Giuria _____ | | SQUADRA | |
| | | TOTALE | |

| | | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------------------|------------------|
| TROFEO GIOVANI | TROFEO RAGAZZI | COPPA ITALIA MIX | SINCROGYM |
| | | | Fascia |
| | | | Tipologia |

Copia per il Tecnico accompagnatore