

Nome società _____ Data gara: _____

Nome cognome ginnasta _____ Data di nascita _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria

Classe: Bambini Allievi Junior Senior

Griglia elementi per gara individuale VOLTEGGIO						
A	B	C	D	E	F	G
7	7,50	8	8,50	9	9,50	10
Framezzo raccolto e arrivo in piedi	Framezzo raccolto con posa dei piedi + salto in estensione (pennello)	Framezzo raccolto con posa dei piedi + salto in estensione 180° a/l (pennello ½ giro)	Framezzo raccolto con posa dei piedi + salto in estensione 360° a/l (pennello 1 giro)	-	-	-
Salto Pennello	Salto raccolto	Salto pennello 180°	Salto pennello 360° (1 giro)	-	-	-
-	-	Capovolta saltata	Verticale con arrivo supino (senza repulsione)	Verticale spinta con arrivo supino	Ribaltata	Salto avanti
-	-	-	-	Ruota arrivo laterale	Rondata	Rondata ½ giro
-	-	-	-	Rondata piedi in pedana + arrivo supino in tenuta sui materassi	Rondata piedi in pedana arrivo in candela sui materassi	-
1° CATEGORIA						
2° CATEGORIA						
3° CATEGORIA						

Valore 1° salto	Penalità 1° salto	totale
Valore 2° salto	Penalità 2° salto	totale

VOLTEGGIO

Nome società _____ Nome cognome ginnasta _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria Classe: Bambini/Allievi/Junior/Senior

Valore di partenza:	Punteggio ottenuto
---------------------	--------------------

Nome società _____ Data gara: _____

Nome cognome ginnasta _____ Data di nascita _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria Classe: Bambini Allievi Junior Senior

Griglia elementi SUOLO						
GRUPPO STRUTTURALE 1: ROTOLAMENTI AVANTI						
A	B	C	D	E	F	G
0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
-CAPOVOLTA AVANTI	-CAPOVOLTA AVANTI + PENNELLO	-CAPOVOLTA AVANTI + PENNELLO + CAPOVOLTA AVANTI	-CAPOVOLTA AVANTI + PENNELLO 180° a/l	- VERTICALE E CAPOVOLTA - CAPOVOLTA AVANTI SALTATA	-CAPOVOLTA AVANTI + SALITA ALLA VERTICALE A GAMBE DIVARICATE E DISCESA IN CAPOVOLTA AVANTI	-CAPOVOLTA AVANTI + SALITA ALLA VERTICALE A GAMBE TESE E DISCESA IN CAPOVOLTA AVANTI
GRUPPO STRUTTURALE 2: ROTOLAMENTI/ROVESCIAIMENTI INDIETRO						
0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
-CAPOVOLTA DIETRO E ARRIVO IN GINOCCHIO	-CAPOVOLTA DIETRO CON ARRIVO A GAMBE TESE DIVARICATE (QUADRUPEDIA CON PIEDI VICINO ALLE MANI)	CAPOVOLTA DIETRO PARTENZA E ARRIVO A GAMBE UNITE E TESE	-RONDATA -CAPOVOLTA DIETRO ALLA VERTICALE A BRACCIA PIEGATE	-RONDATA + SALTO RACCOLTO	-CAPOVOLTA DIETRO ALLA VERTICALE A BRACCIA TESE -1 FLIC UNITO O SMEZZATO	-2 FLIC UNITI - SALTO INDIETRO RACCOLTO
GRUPPO STRUTTURALE 3: ROVESCIAIMENTI						
0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
-VERTICALE SFORBICIATA	-RUOTA	-DUE RUOTE CONSECUTIVE	-VERTICALE SEGNATA 1" -RIBALTATA A 1	-VERTICALE CON ½ GIRO PERNO -RIBALTATA A 2	-RIBALTATA A 1+ A 2 -SALTO AVANTI RACCOLTO	FLIC AVANTI -VERTICALE CON 1 GIRO PERNO
GRUPPO STRUTTURALE 4: SALTI ARTISTICI						
0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
-SALTO DEL GATTO -PENNELLO	-RACCOLTO -PENNELLO 180°	-RACCOLTO 180°	SFORBICIATA TESA > 90°	-PENNELLO 360° -CARPIATO DIVARICATO	RACCOLTO 360°	-PENNELLO 540° -CARPIATO DIVARICATO 180°
GRUPPO STRUTTURALE 5: TENUTE						
0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
-EQUILIBRIO GAMBA TESA A 45° 2" -EQUILIBRIO IN PASSÈ SULLA PIANTA 2"	-CANDELA SENZA AIUTO DELLE MANI 2"	-SQUADRA EQUILIBRATA IN APPOGGIO SUL BACINO 2" -EQUILIBRIO GAMBA TESA AVANTI A 90° 2"	-STACCATA SAGITTALE 2"	-STACCATA FRONTALE 2" -ORIZZONTALE PRONA 2"	-SQUADRA IN APPOGGIO SULLE MANI A GAMBE UNITE O DIVARICATE 2"	-EQUILIBRIO CON GAMBA TESA IMPUGNATA A 160° 2"

Nota D _____ + 10 – Pen E _____ = _____ - esigenza non rispettata= _____

SUOLO:

Nome società _____ Nome cognome ginnasta _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria Classe: Bambini/Allievi/Junior/Senior

Totale _____

Nome società _____ Data gara: _____

Nome cognome ginnasta _____ Data di nascita _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria

Classe: Bambini Allievi Junior Senior

Griglia elementi per gara individuale MINITRAMPOLINO ELASTICO						
A	B	C	D	E	F	G
7	7,50	8	8,50	9	9,50	10
Salto pennello con partenza da sopra una panca	Salto pennello	Salto pennello 180°	Salto pennello 360°	Salto pennello 540°	-	-
Salto divaricato con partenza da sopra una panca	Salto divaricato	Salto carpiato divaricato	Salto 180° + divaricato carpiato	-	-	-
Salto X con partenza da sopra una panca	Salto x	Salto capovolta saltata	Salto tuffo a corpo teso	Salto giro avanti raccolto	Salto giro avanti carpiato	Salto giro avanti teso
Salto raccolto con partenza da sopra una panca	Salto raccolto	-	-	-	-	-
-	-	-	Verticale con arrivo supino (senza repulsione)	Verticale spinta con arrivo supino	Verticale con arrivo supino su un rialzo (tappeto 20 cm)	Flic avanti

1° CATEGORIA		
	2^ CATEGORIA	
		3° CATEGORIA

Valore 1° salto	Penalità 1° salto	totale
Valore 2° salto	Penalità 2° salto	totale

TRAMPOLINO

Nome società _____ Nome cognome ginnasta _____

Categoria: 1^categoria 2^ categoria 3^ categoria Classe: Bambini/Allievi/Junior/Senior

Valore di partenza:	Punteggio ottenuto
---------------------	--------------------