

CAMPIONATO REGIONALE GINNASTICA RITMICA 2013

Comunicato Ufficiale n. 1 del 1 febbraio 2013

Domenica 17 Marzo 2013 parte il Campionato Regionale CSI Lazio 2013 di Ginnastica Ritmica valevole per la qualificazione per la finale Nazionale del 8° Gran Premio di Ginnastica Ritmica, che si terrà a Lignano Sabbiadoro dal 5 al 9 Giugno 2013.

Si disputeranno due prove durante le quali le ginnaste dovranno presentare l'intero programma nazionale.

La commissione tecnica Regionale composta dalla Prof.ssa Luisa Vagliviello e dalla Prof.ssa Bonanni Simona ripropone anche per quest'anno un programma speciale per le bambine inserite nella cat. Pulcine (Mignon e Medium) per promuovere l'avviamento della Ginnastica Ritmica per bambine di età compresa tra i 4 e gli 8 anni.

CALENDARIO GARE:

- **1^a prova** *Domenica 17 Marzo 2013 impianto comunale CSI di Via Montona*
- **2^a prova** *Domenica 28 Aprile 2013 impianto comunale CSI di Via Montona*

REGOLAMENTO GARE

1. Le società sono tenute a iscrivere le proprie ginnaste entro e non oltre 10 giorni prima della gara via fax 0630600183 o per e-mail lvagliviello@alice.it
2. E' possibile ritirare una ginnasta entro il mercoledì precedente la gara; oltre tale data esenza alcuna comunicazione ufficiale la quota di partecipazione della ginnasta iscritta ed assente dovrà comunque essere versata.
3. Quote di partecipazione:
 - Categoria Pulcine € 6,00
 - Tutte le altre categorie € 8,00

Le società potranno far partecipare le ginnaste scegliendo tra i seguenti differenti programmi:

A) Programma Pulcine. E' un programma solo Regionale studiato per bambine piccole e principianti.

B) Programma Nazionale Individuale e Programma Nazionale di Coppia e Squadra

PROGRAMMA TECNICO 1^ PROVA:

CATEGORIA	PROG. INDIVIDUALE	PROG. A COPPIE	PROG. A SQUADRA
PULCINE			1 Ex a scelta
COCCINELLE			Sq. Corpo Libero
LUPETTE	Corpo Libero	Palla a Coppie o Cerchio a Coppie	Sq. Corpo Libero
TIGROTTE	Corpo Libero	Palla a Coppie o Cerchio a Coppie	Sq. Corpo Libero o Sq. Cerchi
ALLIEVE	Palla	Cerchio e Palla	
RAGAZZE	Fune	Cerchio e Clavette	
JUNIOR	1° attrezzo	Nastro a Coppie	Sq. Palle
SENIOR	1° attrezzo		o Sq. Cerchi e Palle

Al termine della 1^ prova verrà stilata una classifica della giornata per ogni categoria e specialità.

Per la Categoria Pulcine: verrà stilata una classifica della giornata per ogni fascia d'età dividendo il numero delle squadre, in base al punteggio ottenuto, in tre gruppi per l'assegnazione di tre brevetti (1° Brevetto, 2° Brevetto, 3° Brevetto).

Programma Individuale:

Per le categorie Coccinelle e Lupette verrà stilata una classifica della giornata dividendo il numero delle ginnaste, in base al punteggio ottenuto, in tre gruppi per l'assegnazione del livello raggiunto (oro, argento, bronzo).

Per la categoria Tigrotte verrà stilata una classifica della giornata per fasce di merito (10 oro, 10 argento e 10 bronzo).

Per la categoria Allieve verrà stilata una classifica della giornata per fasce di merito (5 oro, 5 argento e 5 bronzo).

Programma di Squadra e Coppia

Verranno premiate tutte le squadre/coppie in ordine di classifica.

PROGRAMMA TECNICO 2^ PROVA:

CATEGORIA	PROG. INDIVIDUALE	PROG. A COPPIE	PROG. A SQUADRA
PULCINE			1 Ex a scelta
COCCINELLE			Sq. Corpo Libero
LUPETTE	Palla	Palla a Coppie o Cerchio a Coppie	Sq. Corpo Libero
TIGROTTE	Palla	Palla a Coppie o Cerchio a Coppie	Sq. Corpo Libero o Sq. Cerchi
ALLIEVE	Fune	Cerchio e Palla	
RAGAZZE	Cerchio	Cerchio e Clavette	
JUNIOR	2° attrezzo	Nastro a Coppie	Sq. Palle o Sq. Cerchi e Palle
SENIOR	2° attrezzo		

Al termine della 2^a prova le ginnaste verranno premiate per la classifica della giornata e per il totale.

Programma Individuale:

Per le categorie Coccinelle e Lupette verrà stilata una classifica della giornata dividendo il numero delle ginnaste, in base al punteggio ottenuto, in tre gruppi per l'assegnazione del livello raggiunto (oro, argento, bronzo).

Per la categoria Tigrotte verrà stilata una classifica della giornata per fasce di merito (10 oro, 10 argento e 10 bronzo).

Per la categoria Allieve verrà stilata una classifica della giornata per fasce di merito (5 oro, 5 argento e 5 bronzo).

Coloro che hanno eseguito invece il programma individuale completo verranno premiate per la classifica del Campionato Regionale ottenuta dalla somma dei punteggi dei due esercizi. Verranno premiate solo le prime tre per ogni categoria e livello.

La ginnasta che non prenderà parte alla prima prova, avrà la possibilità di presentare alla seconda prova il programma completo.

Per la Categoria Pulcine la premiazione della giornata avverrà come nella prima prova. Inoltre verrà stilata una classifica generale sommando i punteggi ottenuti solo se si sono eseguiti 2 differenti esercizi.

Programma di Squadra e Coppia

Verranno premiate tutte le squadre/coppie in ordine di classifica.

Coloro che hanno eseguito il programma in entrambe le prove verranno premiate per la classifica del Campionato Regionale ottenuta dal miglior punteggio. Verranno premiate solo le prime tre per ogni categoria e livello.