

CALENDARIO GARE

- 1^a prova domenica **2 febbraio 2020** *impianto da definire*
- 2^a prova domenica **29 marzo 2020** *impianto da definire*

in base alle iscrizioni, alcune categorie potrebbero essere anticipate al sabato

PROGRAMMI DI GARA

Le società potranno scegliere tra due differenti programmi:

- **Programma A** – livelli SMALL, MEDIUM, LARGE, SUPER - vedi "Regolamento di Ginnastica Ritmica 2019-2020" e "Programma Tecnico di Ginnastica Ritmica "2019-2020", valevole per la qualificazione al **15° Campionato Nazionale di Ginnastica Ritmica** che avrà luogo **dal 4 al 10 maggio 2020**.
- **Programma B** – livello UNICO - vedi "Campionato Regionale Primavera CSI", studiato per ginnaste principianti, con l'intento di promuovere l'avviamento alla Ginnastica Ritmica.

SPECIFICHE

- Le ginnaste del **Programma A** non possono partecipare al **Programma B** e viceversa.
- Ogni ginnasta potrà partecipare per ogni prova:
 - con max 3 esercizi al **Programma A** (livelli MEDIUM, LARGE e SUPER)
 - con max 2 esercizi al **Programma A** (livello SMALL)
 - con max 1 esercizio **Programma B**.
- Le ginnaste individualiste e le squadre del **Programma A** possono partecipare con entrambi gli esercizi (programma completo) o uno solo e partecipare alla classifica di specialità.
- Al termine di ogni prova verrà stilata la classifica giornaliera per ogni categoria e specialità. Le classifiche del Campionato Regionale CSI Lazio verranno pubblicate sul sito www.csilazio.it
- Nel **Programma A** si seguiranno le indicazioni nazionali (vedi Regolamento cap. 8).
- Nella classifica regionale entreranno i migliori punteggi fra le due prove. Per gli accessi alla fase nazionale vedi Regolamento cap. 9.
- Nel **Programma B** verrà stilata una classifica per ogni fascia d'età dividendo il numero delle squadre, in base al punteggio ottenuto, in tre gruppi per l'assegnazione di tre brevetti (oro, argento e bronzo).
- Dopo la prima prova le società sportive possono cambiare il programma (A o B) e/o il livello di gara delle proprie atlete (SMALL, MEDIUM, LARGE, SUPER) dietro consiglio e/o indicazioni della responsabile regionale. **NB.** In caso di cambiamento verrà considerato esclusivamente il punteggio ottenuto nella seconda prova ai fini della qualificazione alla fase nazionale.

ISCRIZIONE E QUOTE

Le società sono tenute a iscrivere le proprie ginnaste 10 giorni prima della gara tramite il modulo on-line disponibile nell'area riservata del tesseramento on-line, seguendo la seguente procedura:

Procedura iscrizione on-line:

1. Collegarsi al sito <http://tesseramento.csi-net.it/>
2. Aprire Società sportive già affiliate al CSI;
3. Nella finestra Accesso inserire il codice della società a 8 cifre e la password (quella usata per il tesseramento), quindi confermare;
4. Nella finestra Altre funzioni fare clic su Iscrizioni campionati/eventi;
5. Clic sulla prova di campionato alla quale iscrivere gli atleti;
6. Nel campo Iscrizione società inserire e-mail e numero di telefono;
7. Nel campo elenco partecipanti inserire gli atleti, in automatico il programma assegna la categoria, cliccando su aggiungi appare una finestra per l'inserimento di altri dati (per eliminare nominativi inseriti erroneamente fare clic sul cestino), a conclusione dell'inserimento dare Conferma;
8. Fino alle ore 24 del giorno di termine iscrizioni è possibile richiamare il modulo e fare modifiche;
9. A conferma avvenuta clic su Stampa modulo iscrizione;
10. Dopo aver scaricato il file in formato PDF, è possibile visualizzare l'elenco dei partecipanti iscritti.

È possibile ritirare una ginnasta entro il mercoledì precedente la gara; oltre tale data e senza alcuna comunicazione ufficiale la quota di partecipazione della ginnasta iscritta ed assente dovrà comunque essere versata.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE E MODALITÀ DI PAGAMENTO

€ 8,00 **Programma A** una specialità (individuale, coppia, squadra)

€ 12,00 **Programma A** due o tre specialità

€ 6,00 **Programma B**

Il pagamento delle quote di iscrizione dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario al seguente codice IBAN del CSI Lazio:

IT 02 H 02008 05020 000004156543 intestato a:

CSI Comitato Regionale Lazio

specificando nella causale: Ritmica (nome Società)

Il bonifico dovrà essere effettuato entro il mercoledì precedente la gara. La copia del bonifico effettuato dovrà essere inviata via mail a:

segreteria@csilazio.it e consegnata in gara all'accredito.

PROGRAMMA A – Campionato Regionale di Ginnastica Ritmica 2019-2020

vedi allegati della Commissione Tecnica Nazionale:

- ["Regolamento Ginnastica Ritmica 2019/20"](#)
- ["Programma tecnico Ginnastica Ritmica 2019/20"](#)

PROGRAMMA B – Campionato Regionale Primavera CSI 2019-2020

E' un programma esclusivamente regionale per dar modo anche alle ginnaste principianti di esibirsi in gara davanti a pubblico e giuria. La partecipazione è di gruppo (squadre o coppie). Ogni società potrà partecipare con **massimo 3 coppie** per ogni categoria, mentre per le squadre non c'è limitazione né in numero di squadre né in numero di componenti la singola squadra.

Il programma prevede quattro categorie d'età:

- Cucciolo (anni 2017-2016-2015)
- Pulcine (2014-2013-2012)
- Stelline (2011-2010)
- Allieve (2009 e precedenti)

L'esercizio è libero a corpo libero o con attrezzo codificato (palla, fune, clavette, nastro, cerchio) o non codificato (es. sedia, teli, peluche ecc....).

Esigenze di composizione:

- 1 elemento di salto anche non di difficoltà
- 1 elemento di equilibrio anche non di difficoltà
- 1 elemento di pivot anche non di difficoltà
- 2 formazioni diverse
- 2 collaborazioni diverse

Precisazioni

- Non sono richieste schede di dichiarazione (fiches)
- Non è prevista classifica regionale ma solo classifica della giornata di prova
- E' possibile utilizzare musica con o senza parole (durata: minimo 1 minuto - massimo 2 minuti)

Per qualsiasi ulteriore informazione è possibile contattare la Commissione Tecnica Regionale di Ginnastica Ritmica del CSI Lazio:

- Valeria Rinaldi (Regolamento e programmi) valeriarinaldi@asdattitude.it
- Licia Sepe (Assistenza iscrizioni on-line) liciasepe@gmail.com