

COPPA MEIER+GAGGIONI

Ginnastica artistica femminile e maschile

Palestra comunale SE Chiasso, via Soave 1

SABATO 29 MARZO 2025

PROGRAMMA maschile

08.00	Apertura palestra
08.15 – 09.00	Riscaldamento con prova agli attrezzi Intro e Intro 2
09.00 – 10.00	Competizione Introduzione e Introduzione 2
13.00	Premiazioni sala Diego Chiesa
9.30 – 10.00	Riscaldamento sala Diego Chiesa
10.00 – 10.45	Prova agli attrezzi P1, P2, P3
10.45 – 12.45	Competizione P1, P2, P3
13.00	Premiazioni sala Diego Chiesa

PROGRAMMA femminile

12.45 – 13.05	Riscaldamento Introduzione
13.05 – 13.45	Prova sugli attrezzi (10' x 4)
13.45 – 15.45	Competizione Introduzione 1 e 2
18.45	Premiazioni sala Diego Chiesa
15.45 – 16.05	Riscaldamento P1 e P2
16.05 – 16.55	Prova sugli attrezzi (12' x 4)
16.55 – 18.25	Competizione P1 e P2
18.45	Premiazioni sala Diego Chiesa

DETTAGLIO MASCHILE

08.00	Apertura palestra
08.15 – 09.00	Riscaldamento con prova agli attrezzi Intro e Intro 2
09.00 – 10.00	Competizione Introduzione e Introduzione 2
13.00	Premiazioni sala Diego Chiesa
9.30 – 10.00	Riscaldamento sala Diego Chiesa
10.00 – 10.45	Prova agli attrezzi P1, P2, P3
10.45 – 12.45	Competizione P1, P2, P3
13.00	Premiazioni sala Diego Chiesa

PROGRAMMA INTRODUZIONE e INTRODUZIONE 2

SUOLO	
CAVALLO MANIGLIE (6)	Intro GEM (5), SFG Biasca (1)
ANELLI (8)	Intro 2 SFG Lugano (8)
VOLTEGGIO (6)	Intro 2 GEM (6)
PARALLELA	
SBARRA	

PROGRAMMA P1, P2 e P3

SUOLO (7)	CRP P1: SFG Giubiasco (1), US Ascona (1) CRP P2: GEM Stabio (1), SFG Biasca (2) CRP P3: GEM Mendrisio (1), GEM Chiasso (1)
CAVALLO MANIGLIE (7)	P1 e P2: GEM Chiasso (5) P1 e P2: SFG Biasca (2)
ANELLI (5)	P1 e P3: SFG Lugano (4) CRP P3: SFG Lugano (1)
VOLTEGGIO	
PARALLELA	
SBARRA	

DETTAGLIO FEMMINILE

12.45 – 13.05 Riscaldamento Introduzione
 13.05 – 13.45 Prova sugli attrezzi (10' x 4)
13.45 – 15.45 **Competizione Introduzione 1 e 2**
18.45 *Premiazioni sala Diego Chiesa*

15.45 – 16.05 Riscaldamento P1 e P2
 16.05 – 16.55 Prova sugli attrezzi (12' x 4)
16.55 – 18.25 **Competizione P1 e P2**
18.45 *Premiazioni sala Diego Chiesa*

PROGRAMMA INTRO 1 (5-6 anni) E INTRO 2 (7-8 anni)

VOLTEGGIO (7)	Intro 1 e 2: SFG Lugano (7)
PARALLELA (8)	Intro 1 e 2: SFG Giubiasco (8)
TRAVE (9)	Intro 1 e 2: SFG Locarno (9)
SUOLO (6)	Intro 1 e 2: GEM (6)

PROGRAMMA P1 E P2

VOLTEGGIO (8)	P1 e P2: SFG Giubiasco (8)
PARALLELA (7)	P2: GEM (6), SFG Lugano (1)
TRAVE (8)	P1: SFG Locarno (4), SFG Lugano (4)
SUOLO (5)	P1: GEM (5)