



COPPA NUOVI TALENTI

Ginnastica artistica FEMMINILE + MASCHILE

Palestra SPAI Biasca, via Stradone Vecchio Sud

SABATO 1° APRILE 2023

PROGRAMMA MASCHILE

08.45	Apertura palestra
09.00 – 10.00	Riscaldamento
10.10 – 11.40	Competizione Introduzione
12.00	Premiazione

PROGRAMMA FEMMINILE

08.45	Apertura palestra
09.00 – 09.20	Riscaldamento
09.20 – 10.00	Prova sugli attrezzi (10' x 4)
10.10 – 11.40	Competizione Introduzione 1 e 2
12.00	Premiazione

DETTAGLIO MASCHILE

08.45	Apertura palestra
09.00 – 10.00	Riscaldamento e prova agli attrezzi categoria Introduzione
10.10 – 11.40	Competizione categoria Introduzione
12.00	Premiazione

⇒ Al termine del riscaldamento si inizia subito la gara. Niente entrata, solo presentazione al pubblico!

1° ATTREZZO di gara	GRUPPO
SUOLO	SFG Lugano (5)
CAVALLO MANIGLIE	GEM Mendrisio, Biasca, Giubiasco (5)
ANELLI	GEM Chiasso (4)
VOLTEGGIO	
PARALLELA	
SBARRA	

DETTAGLIO FEMMINILE

08.45	Apertura palestra
09.00 – 09.20	Riscaldamento generale
09.20 – 10.00	Prova agli attrezzi categorie Introduzione 1 e 2 (4 x 10 minuti)
10.10 – 11.40	Competizione Categorie Introduzione 1 e 2
12.00	Premiazioni

⇒ RISCALDAMENTO: si inizia dall'attrezzo successivo al primo attrezzo di gara.

⇒ Al termine del riscaldamento si inizia subito la gara. Niente entrata, solo presentazione al pubblico!

1° ATTREZZO di gara	GRUPPO
VOLTEGGIO (5)	GEM (5) Intro 1 + Intro 2
PARALLELA (5)	SFG Giubiasco (2) + SFG Locarno (3) Intro 1 + Intro 2
TRAVE (5)	SFG Locarno (5) Intro 1 + Intro 2
SUOLO (5)	SFG Lugano (5) Intro 1 e Intro 2