CAMPIONATO PROVINCIALE GINNASTICA RITMICA 2010

Domenica 21 marzo parte il V Campionato Provinciale CSI 2010 di Ginnastica Ritmica valevole per la qualificazione per la finale Nazionale del Gran Premio di Ginnastica. Ritmica, che si terrà a Lignano Sabbiadoro dal 4 al 6 Giugno 2010.
Si disputeranno due prove durante le quali le ginnaste dovranno presentare esercizi diversi seguendo il programma tecnico nazionale.
La commissione tecnica Provinciale, composta dalla Prof.ssa Luisa Vagliviello e dalla Prof.ssa Simona Bonanni, ha predisposto anche per quest'anno un programma speciale per le bambine inserite nella cat. Pulcine per promuovere l'avviamento e formare le basi di questo sport per bambine di età compresa tra i 4 e gli 8 anni.

CALENDARIO GARE:

- ***1ª prova*** *domenica 21 marzo 20010 (Campionato Individuale, di Coppia e di Squadra) impianto comunale CSI di Via Montona*

- ***2ª prova*** *domenica 18 aprile 2010 (Campionato Individuale, di Coppia e di Squadra) 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 e senza alcuna comunicazione ufficiale la quota di partecipazione della ginnasta iscritta ed assente dovrà comunque essere versata.

3. Quote di partecipazione:
   - Categoria Pulcine € 5,00
   - Tutte le altre categorie € 8,00

4. **Programma Tecnico1^ PROVA**:

CATEGORIA	*PROG. INDIVIDUALE*	*PROG. DI COPPIA*
PULCINE (Mignon e Medium)	Esercizio Libero	
LUPETTE	Corpo Libero	Palla a coppie/Cerchio a coppie
TIGROTTE	Corpo Libero	Palla a coppie/Cerchio a coppie
ALLIEVE	Palla	Cerchio e Palla a coppia
RAGAZZE	Fune	Cerchio e Clavette a coppia
JUNIOR	Cerchio	Nastro a coppia
SENIOR	Nastro	Nastro a coppia

5. Al termine della 1ª prova verrà stilata una classifica della giornata per ogni categoria e specialità. Per la categoria 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). 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).

6. **Programma Tecnico 2ª PROVA**:

CATEGORIA	*PROG. INDIVIDUALE*	*PROG. DI COPPIA*
PULCINE (Mignon e Medium)	Esercizio Libero	
LUPETTE	Palla	Palla a coppie/Cerchio a coppie
TIGROTTE	Palla	Palla a coppie/Cerchio a coppie
ALLIEVE	Fune	Cerchio e Palla a coppia
RAGAZZE	Cerchio	Cerchio e Clavette a coppia
JUNIOR	Nastro	Nastro a coppia
SENIOR	Clavette	Nastro a coppia

7. Al termine della 2ª prova le ginnaste verranno premiate per la classifica della giornata. Coloro che hanno eseguito invece il programma individuale completo, verranno premiate per la classifica del Campionato Provinciale ottenuta dalla somma dei punteggi dei due esercizi. Le ginnaste, che non prenderanno parte alla prima prova, avranno 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.

8. Si aggiudicheranno il titolo di Campione Provinciale CSI Roma esclusivamente gli atleti, tesserati CSI Roma.