


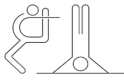







PLAY-OFF/PLAY-OUT B C GAM-GAF

PROVE PODIO

Palazzo Vanny - 2 MAGGIO 2025

Al Corpo Libero, dove è prevista la contemporaneità di squadre GAM e GAF, i 12' saranno condivisi tra le due sezioni e le prove delle coreografie GAF con la musica potranno iniziare solo dopo 6' dall'inizio della rotazione

ROTAZIONE GAF	ROTAZIONE GAM	SOTTOGRUPPO	ORARIO		TEMPO	CORPO LIBERO				CAVALLO CON MANIGLIE		ANELLI	VOLTEGGIO	PARALLELE PARI	SBARRA	
																
WARM UP GEN.			12:55:00	13:19:00	00:24:00					WARM UP GAM (pedana CL)						
	1	1	13:19:00	13:31:00	00:12:00					Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gjoy				
		2	13:31:00	13:43:00	00:12:00					Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo				
WARM UP GEN. 13:43:00 - 14:07:00	2	1	13:43:00	13:55:00	00:12:00					WARM UP GAF (pedana CL)						
		2	13:55:00	14:07:00	00:12:00											
1	3	1	14:07:00	14:19:00	00:12:00	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento				Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gjoy	
		2	14:19:00	14:31:00	00:12:00	EUR	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium				Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo	
2	4	1	14:31:00	14:43:00	00:12:00	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics				Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gjoy	
		2	14:43:00	14:55:00	00:12:00	Auxilium	EUR	Blukippe	CGA Stabia				Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo	
3	5	1	14:55:00	15:07:00	00:12:00	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese	Ginnastica Gjoy					Liberi e Forti	Casati Arcore
		2	15:07:00	15:19:00	00:12:00	CGA Stabia	Auxilium	EUR	Blukippe	Fortitudo					Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato
4	6	1	15:19:00	15:31:00	00:12:00	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina	Casati Arcore	Ginnastica Gjoy					Liberi e Forti
		2	15:31:00	15:43:00	00:12:00	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium	EUR	Arcobaleno Prato	Fortitudo					Braccio Fortebraccio












PLAY-OFF/PLAY-OUT B C GAM-GAF

RISCALDAMENTO DI GARA

Palazzo Vanny - 3 Maggio 2025

Al Corpo Libero i 5' saranno condivisi tra le sezioni GAM e GAF










ROTAZIONE GAF	ROTAZIONE GAM	ORARIO		TEMPO	 VOLTEGGIO	 PARALLELEASIMMETRICHE	 TRAVE	 CORPO LIBERO	 CAVALLO CON MANGLIE	 ANELLI	 VOLTEGGIO	 PARALLELE PARI	 SBARRA				
	WARM UP GEN.	08:45:00	09:10:00	00:25:00	WARM UP GAM (Pedana CL)												
WARM UP GEN. 25' (09:05 - 09:30)	1	09:10:00	09:15:00	00:05:00	WARM UP GAF (Pedana CL)								Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy		
		09:15:00	09:20:00	00:05:00									Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo		
	2	09:20:00	09:25:00	00:05:00										Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy	
		09:25:00	09:30:00	00:05:00										Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo	
1	3	09:30:00	09:35:00	00:05:00	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics		Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy					
		09:35:00	09:40:00	00:05:00	Auxilium	EUR	Blukippe	CGA Stabia		Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo					
2	4	09:40:00	09:45:00	00:05:00	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese	Ginnastica Gioy		Liberi e Forti	Casati Arcore					
		09:45:00	09:50:00	00:05:00	CGA Stabia	Auxilium	EUR	Blukippe	Fortitudo		Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato					
3	5	09:50:00	09:55:00	00:05:00	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina	Casati Arcore	Ginnastica Gioy		Liberi e Forti					
		09:55:00	10:00:00	00:05:00	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium	EUR	Arcobaleno Prato	Fortitudo		Braccio Fortebraccio					
4	6	10:00:00	10:05:00	00:05:00	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy						
		10:05:00	10:10:00	00:05:00	EUR	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium	Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo						

PLAY-OFF/PLAY-OUT B C GAM-GAF

ORDINE DI LAVORO

Palazzo Vanny - 3 Maggio 2025

Al Corpo Libero, dove è prevista la contemporaneità di squadre GAM e GAF, i minuti di TWU saranno condivisi tra le due sezioni, in gara inizierà sempre la ginnasta della sezione GAF

ROTAZIONE GAF	ROTAZIONE GAM	SOTTOGRUPPO	ORARIO		TEMPO	 VOLTEGGIO	 PARALLELEASIMMETRICHE	 TRAVE	 CORPO LIBERO	 CAVALLO CON MANIGLIE	 ANELLI	 VOLTEGGIO	 PARALLELE PARI	 SBARRA		
Cerimonia d'apertura			10:15:00	10:25:00	10'	CERIMONIA D'APERTURA										
1	1	1	10:25:00	10:40:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy				
		2	10:40:00	10:55:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	EUR	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium	Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo				
2	2	1	10:55:00	11:10:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics			Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy		
		2	11:10:00	11:25:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	Auxilium	EUR	Blukippe	CGA Stabia			Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo		
3	3	1	11:25:00	11:40:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina	F.G. Savonese				Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy	
		2	11:40:00	11:55:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	CGA Stabia	Auxilium	EUR	Blukippe				Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo	
4	4	1	11:55:00	12:10:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	F.G. Savonese	Invictus Gymnastics	Ginnastica Trento	Varesina					Liberi e Forti	Casati Arcore	Ginnastica Gioy
		2	12:10:00	12:25:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA	Blukippe	CGA Stabia	Auxilium	EUR					Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	Fortitudo
	5	1	12:25:00	12:40:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA					Ginnastica Gioy				Liberi e Forti	Casati Arcore	
		2	12:40:00	12:55:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA					Fortitudo				Braccio Fortebraccio	Arcobaleno Prato	
	6	1	12:55:00	13:10:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA					Casati Arcore	Ginnastica Gioy					Liberi e Forti
		2	13:10:00	13:25:00	2' 30" TWU 12' 30" GARA					Arcobaleno Prato	Fortitudo					Braccio Fortebraccio
PREMIAZIONE			13:25:00	13:35:00	10'	CERIMONIA DI PREMIAZIONE										