

TROFEO BABBO NATALE 2018

CATEGORIE

MATERNE	2015 - 2014
ESORDIENTI	2013 - 2012 - 2011
ALLIEVE	2010 - 2009 - 2008 - 2007
JUNIOR	2006 - 2005 - 2004 - 2003
SENIOR	2002 e precedenti

GNOMI:

PERCORSO con giudizio

- Capovolta avanti arrivo a gambe divaricate
- Schiacciata
- Candela
- Camminata sulla trave
- Salto del gatto
- Ruota
- Battuta in pedana e arrivo a terra

TROLL**CORPO LIBERO punti 10** 5 elementi da scegliere dalla griglia specifica

- 1 Capovolta avanti (partenza e arrivo liberi)
- 2 Capovolta indietro (partenza e arrivo liberi)
- 3 Ruota
- 4 Salto del gatto
- 5 Salto a pennello
- 6 Salto a raccolto
- 7 Candela
- 8 Staccata sagittale/frontale
- 9 Ponte
- 10 Mezzo giro perno (180°)
- 11 Da seduti a gambe divaricate: flettere il busto avanti
- 12 ponte (2")

TRAVE punti 10 5 elementi da scegliere dalla griglia specifica

- 1 Entrata: appoggio su una gamba
- 2 Entrata: salita in accosciata
- 3 Entrata: appoggio delle mani e salita a 2 piedi in raccolta
- 4 posizione
- 5 Salto a pennello
- 6 Mezzo giro sugli avampiedi (180°) in relevè o in accosciata
- 7 Equilibrio su pianta gamba libera in posizione libera
- 8 Posizione a ginocchio aperto
- 9 Posizione di massima accosciata 2"
- 10 Uscita: Pennello
- 11 Uscita : salto raccolto

TRAMPOLINO 2 prove, anche diverse, vale la migliore

- 1 Pennello
- 2 Pennello a gambe divaricate
- 3 Raccolto
- 4 Capovolta rotolata

CORPO LIBERO punti 10 6 elementi da scegliere dalla griglia specifica

- 1 Capovolta avanti arrivo in piedi
- 2 Capovolta indietro arrivo in piedi
- 3 Ruota
- 4 Verticale di passaggio
- 5 Salto del gatto
- 6 Salto pennello
- 7 Salto raccolto
- 8 Sforbiciata
- 9 Enjambée sul posto (160°)
- 10 Staccata sagittale o frontale
- 11 Mezzo giro perno (180°)
- 12 Giro perno (360°)
- 13 Ponte 2"
- 14 Staccata sagittale o frontale 2"
- 15 Rondata

TRAVE punti 10 6 elementi da scegliere dalla griglia specifica

- 1 Entrata: Lateralmente alla trave : appoggio delle mani salita a 2 piedi in raccolta
- 2 Entrata: battuta in pedana salto a pennello
- 3 Salto del gatto
- 4 Salto a pennello
- 5 Salto raccolto
- 6 Enjambée sul posto (160°)
- 7 Mezzo giro in accosciata in relevé (180°)
- 8 Mezzo giro perno
- 9 Candela
- 10 Ruota
- 11 Equilibrio gamba impugnata a 90° su pianta
- 12 Orizzontale prona 2"
- 13 Capovolta avanti rotolata

14 Uscita: Salto raccolto

15 Uscita: Ruota

TRAMPOLINO 2 prove, anche diverse, vale la migliore
--

- 1 Salto a pennello
- 2 Salto raccolto
- 3 Salto carpiato
- 4 Capovolta saltata
- 5 Verticale senza spinta arrivo supini

SVEN

CORPO LIBERO punti 15 8 elementi da scegliere dalla griglia specifica
--

Esigenze di composizione

Una serie artistica di due elementi uguali o diversi

Un elemento acro

- 1 Capovolta saltata
- 2 Rovesciata avanti
- 3 Rovesciata indietro
- 4 Tic Tac
- 5 Verticale capovolta
- 6 Verticale 180°
- 7 Verticale 360°
- 8 Rondata
- 9 Ruota spinta
- 10 Ruota saltata
- 11 Ruota senza mani
- 12 Flic smezzato
- 13 Flic unito
- 14 Capovolta avanti + verticale (salita libera)
- 15 Salto giro avanti
- 16 Salto giro indietro

- 17 Cosacco spinta a 1 o 2 piedi
- 18 Enjambée (180°)
- 19 Enjambée spinta a 2 (160°)
- 20 Pennello 360°
- 21 Raccolto
- 22 Raccolto 180°
- 23 Giro perno 360°
- 24 Staccata sagittale 2"

TRAVE punti 15	7 elementi da scegliere dalla griglia specifica
-----------------------	---

<p>Esigenze di composizione</p> <p>Entrata e uscita</p> <p>Una posizione d'equilibrio</p> <p>Un elemento acro</p>
--

- 1 Entrata: Squadra equilibrata a gambe divaricate 2"
- 2 Entrata: Capovolta avanti
- 3 Entrata: Staccata frontale
- 4 Entrata: Stacco a piedi pari
- 5 Salto Raccolto
- 6 Salto Pennello 180°
- 7 Cosacco spinta a 2 piedi
- 8 Enjambée sul posto (160°)
- 9 Giro 360° arto libero
- 10 Tenuta gamba libera in relevè
- 11 Equilibrio gamba impugnata oltre i 90° su pianta
- 12 Verticale a gambe unite o sagittale
- 13 Da accosciata: verticale a gambe flesse
- 14 Rovesciata indietro
- 15 Rovesciata avanti
- 16 Ruota
- 17 Capovolta avanti
- 18 Capovolta indietro

- 19 Uscita: Salto carpio divaricato
20 Uscita: Rondata
21 Uscita: Salto giro avanti

TRAMPOLINO	2 prove uguali o diverse, vale il migliore
-------------------	--

- 1 Capovolta saltata
2 Tuffo
3 Vericale spinta
4 Flic Avanti
5 Ribaltata
6 Salto giro avanti raccolto
7 Salto giro avanti carpiato
8 Salto giro avanti teso
9 Salto giro avanti teso con 180°

CLASSIFICHE

TROLL:

Classifica generale per anno di nascita.

OLAF:

Classifica generale per anno di nascita; classifica per attrezzo per categoria.

SVEN:

Classifica generale per categoria; classifica per attrezzo per categoria.
Le ginnaste premiate nel podio nella classifica generale non saranno conteggiate nella classifica per attrezzo.

LINEE GUIDA

Per ogni elemento mancante penalità di 0,50, caduta 0,50.

Tra un elemento e l'altro al corpo libero e alla trave deve essere presente un movimento coreografico.

N.B.

La partecipazione della società dovrà pervenire 15 giorni prima, l'elenco delle ginnaste 10 giorni prima.

A: sere272002@yahoo.it