

Juvenia Gym Cup 2019

Sede Competizione: Juvenia SSD arl - Via Ischia di Castro, 152 (zona Cassia/Due Ponti) - 00189 Roma

Ordine di Lavoro - Domenica 19 maggio 2019

I TURNO GAF- JGC (Promo Gym Allieve 1 e Allieve 2)

APPUNTAMENTO	08.30 (sala d'attesa/bar)	INIZIO RISCALDAMENTO	08.40 (palestra)	INIZIO GARA	09.00
FINE GARA	10.15 (uscita campo gara)		PREMIAZIONE	10.20 (palestra ginnastica)	
RISCALDAMENTO GENERALE 15 MINUTI					
RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5 MINUTI E GARA					
Volteggio	Trampolino	Parallele Asimmetriche	Trave	Corpo Libero	Numero Ginnasti
Inside Wellness SQ. 1 (5) Allieve 1	Baby Melody SQ. 9 (5) Allieve 1	Le Cupole SQ. 1 (6) Allieve 2	Aldega 2000 SQ. 3 (4) Allieve 2	Vigor Gymnasia SQ. 2 (5) Allieve 2	46
Juvenia SSD SQ. 3 (3) Allieve 1	Ginnastica Flaminio SQ. 1 (3) Allieve 1	Amatori 80 SQ. 3 (4) Allieve 2	Aldega 2000 SQ. 4 (5) Allieve 2	Vigor Gymnasia SQ. 4 (6) Allieve 2	

II TURNO GAF- JGC (Promo Gym Allieve 1 e Allieve 2)

APPUNTAMENTO	10.20 (sala d'attesa/bar)	INIZIO RISCALDAMENTO	10.30 (palestra)	INIZIO GARA	10.50
FINE GARA	12.05 (uscita campo gara)		PREMIAZIONE	12.10 (sala premiazioni)	
RISCALDAMENTO GENERALE 15 MINUTI					
RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 5 MINUTI E GARA					
Volteggio	Trampolino	Parallele Asimmetriche	Trave	Corpo Libero	Numero Ginnaste
Vigor Gymnasia SQ. 1 (6) Allieve 1	Saxa Rubra SQ. 3 (6) Allieve 2	Aldega 2000 SQ. 2 (4) Allieve 1	Ginnastica Primavera 84 SQ. 1 (5) Allieve 1	Ginnastica Flaminio SQ. 2 (4) Allieve 2	48
Juvenia SSD SQ. 3 (3) Allieve 2	Aldega 2000 SQ. 1 (4) Allieve 1	Aldega 2000 SQ. 5 (5) Allieve 2	Ginnastica Primavera 84 SQ. 2 (5) Allieve 2	Ginnastica Flaminio SQ. 3 (6) Allieve 2	

III TURNO GAF- JGC (Promo Gym Allieve 1, Allieve 2 e Allieve 3)

APPUNTAMENTO	12.10 (sala d'attesa/bar)	INIZIO RISCALDAMENTO	12.20 (palestra)	INIZIO GARA	12.40
FINE GARA	14.30 (uscita campo gara)		PREMIAZIONE	14.35 (sala premiazioni)	
RISCALDAMENTO GENERALE 15 MINUTI					
RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 6 MINUTI E GARA					
Volteggio	Trampolino	Parallele Asimmetriche	Trave	Corpo Libero	Numero Ginnaste
Csen Roma SQ. 1 (2) Allieve 2	La Pallacorda SQ. 1 (5) Allieve 1	Vigor Gymnasia SQ. 3 (6) Allieve 2	Amatori 80 SQ. 1 (2) Allieve 1	Juvenia SSD SQ. 3 (4) Allieve 3	55
Csen Roma SQ. 2 (3) Allieve 3	La Pallacorda SQ. 3 (6) Allieve 1	Vigor Gymnasia SQ. 7 (6) Allieve 1	Amatori 80 SQ. 2 (5) Allieve 2	Juvenia SSD SQ. 5 (6) Allieve 2	
La Pallacorda SQ. 4 (6) Allieve 2			Amatori 80 SQ. 7 (2) Allieve 3	Baby Melody SQ. 4 (2) Allieve 3	

IV TURNO GAF- JGC (Promo Gym Allieve 1, Allieve 2 e Allieve 3)

APPUNTAMENTO	14.35 (sala d'attesa/bar)	INIZIO RISCALDAMENTO	14.45 (palestra)	INIZIO GARA	15.05
FINE GARA GAF	16.55 (uscita campo gara)		PREMIAZIONE GAF	17.00 (sala premiazioni)	
RISCALDAMENTO GENERALE 15 MINUTI					
RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 6 MINUTI E GARA					
Volteggio	Trampolino	Parallele Asimmetriche	Trave	Corpo Libero	Numero Ginnaste
Amatori 80 SQ. 4 (5) Allieve 2	Juvenia SSD SQ. 1 (4) Allieve 1	La Pallacorda SQ. 2 (5) Allieve 1	Baby Melody SQ. 7 (6) Allieve 2	La Pallacorda SQ. 7 (4) Allieve 3	60
Amatori 80 SQ. 5 (5) Allieve 2	Juvenia SSD SQ. 2 (3) Allieve 1	La Pallacorda SQ. 5 (5) Allieve 2	Baby Melody SQ. 8 (6) Allieve 2	La Pallacorda SQ. 8 (6) Allieve 3	
Saxa Rubra SQ. 2 (4) Allieve 3	Juvenia SSD SQ. 1 (3) Allieve 1	Aldega 2000 SQ. 7 (2) Allieve 3	Le Cupole SQ. 3 (2) Allieve 1		

V TURNO GAF- JGC (Promo Gym Allieve 1, Allieve 2 e Allieve 3)

APPUNTAMENTO	17.00 (sala d'attesa/bar)	INIZIO RISCALDAMENTO	17.10 (palestra)	INIZIO GARA	17.30
FINE GARA GAF	19.20 (uscita campo gara)		PREMIAZIONE GAF	19.30 (sala premiazioni)	
RISCALDAMENTO GENERALE 15 MINUTI					
RISCALDAMENTO ALL'ATTREZZO 6 MINUTI E GARA					
Volteggio	Trampolino	Parallele Asimmetriche	Trave	Corpo Libero	Numero Ginnaste
Vigor Gymnasia SQ. 5 (6) Allieve 1	Juvenia SSD SQ. 1 (3) Allieve 3	Aldega 2000 SQ. 6 (6) Allieve 2	La Pallacorda SQ. 6 (5) Allieve 2	Juvenia SSD SQ. 6 (5) Allieve 2	56
Vigor Gymnasia Individ. (1) Allieve 3	Juvenia SSD SQ. 2 (5) Allieve 1	Aldega 2000 SQ. 9 (5) Allieve 1	Le Cupole SQ. 2 (6) Allieve 2	Juvenia SSD SQ. 4 (6) Allieve 2	
Amatori 80 SQ. 6 (5) Allieve 3	Saxa Rubra SQ. 4 (3) Allieve 1				