

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
ARTISTICA AMICA - Promo Base

ANNO _____

SOCIETA' _____

ATLETA _____

CATEGORIA _____

FASE REGIONALE/NAZIONALE

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
ARTISTICA AMICA - Promo Base

ANNO _____

SOCIETA' _____

ATLETA _____

CATEGORIA _____

FASE REGIONALE/NAZIONALE

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
ARTISTICA AMICA - Promo Base

ANNO _____

SOCIETA' _____

ATLETA _____

CATEGORIA _____

FASE REGIONALE/NAZIONALE

TRAMPOLINO

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera). Devono essere dichiarati 2 salti diversi a scelta, verrà preso il punteggio migliore fra i due salti

DICHIARAZIONE VALORE

1	PENNELLO	15,50	PEN.1	
	PENNELLO FLESSO	15,50	PEN.2	
	PENNELLO 1/2 GIRO	16,00	SOMMA	
	CAPOVOLTA	16,00	MEDIA PENALITA'	
			PUNTEGGIO (1)	

2	PENNELLO	15,50	PEN.1	
	PENNELLO FLESSO	15,50	PEN.2	
	PENNELLO 1/2 GIRO	16,00	SOMMA	
	CAPOVOLTA	16,00	MEDIA PENALITA'	
			PUNTEGGIO (2)	

TOTALE (PUNTEGGIO MIGLIORE)

TRAVE

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera)

MAX 6 ELEMENTI VALUTABILI

DICHIARAZIONE

A VALORE

1,00

1	ENTRATE	Salita a un piede tenuta 2"
2	SERIE GINNICHE	Chassè dx + Chassè sx (o viceversa)
3	GIRI	½ giro su due piedi
4	ACRO INDIETRO	Candela 2" gb piegate (partenza da in piedi)
5	ACRO AV e LAT	½ verticale a gambe flesse
6	SALTI ARTISTICI	Gatto - Pennello
7	EQUILIBRI 3"	Passè in posè
8	USCITE	Pennello (minimo un passo di battuta a pd pari)

SOMMA VD

ESECUZIONE + 10,00

D-SCORE (1)

PEN.1

PEN.2

SOMMA

MEDIA PEN. (2)

TOTALE (1)-(2)

CORPO LIBERO

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera)

MAX 6 ELEMENTI VALUTABILI

DICHIARAZIONE

A VALORE

1,00

1	PASSAGGIO DANZA	Chassè dx + Chassè sx (o viceversa)	
2	SALTI ARTISTICI SPINTA 2 PD	Salto in estensione	
3	ACRO AVANTI	Capovolta avanti - ½ verticale a gambe flesse	
4	ACRO DIETRO e LAT	Candela - Capov indietro	
5	GIRI	½ giro con doppio appoggio in relevè	
6	EQUILIBRI 3"	Passè in posè	
7	VERTICALI E CAPOV	Verticale sulla testa 2" - Verticale con cambio di gb	
8	SERIE MISTA	Capovolta avanti + pennello - Gatto + vert. Con cambio gb	

SOMMA VD

ESECUZIONE + 10,00

D-SCORE (1)

PEN.1

PEN.2

SOMMA

MEDIA PEN. (2)

TOTALE (1)-(2)

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Base

SOCIETA' _____

ATLETA _____

TRAMPOLINO

VD

PUNTEGGIO

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Base

SOCIETA' _____

ATLETA _____

TRAVE

VD

PUNTEGGIO

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Base

SOCIETA' _____

ATLETA _____

CORPO LIBERO

VD

PUNTEGGIO

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
TEAM PROMO e ARTISTICA AMICA - Promo Avanzato

ANNO

SOCIETA'

ATLETA

CATEGORIA

FASE REGIONALE/NAZIONALE

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
TEAM PROMO e ARTISTICA AMICA - Promo Avanzato

ANNO

SOCIETA'

ATLETA

CATEGORIA

FASE REGIONALE/NAZIONALE

PGS
Polisportive Giovanili Salesiane
GAF
TEAM PROMO e ARTISTICA AMICA - Promo Avanzato

ANNO

SOCIETA'

ATLETA

CATEGORIA

FASE REGIONALE/NAZIONALE

TRAMPOLINO

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera). Devono essere dichiarati 2 salti diversi a scelta, verrà preso il punteggio migliore fra i due salti

DICHIARAZIONE		VALORE
1	PENNELLO	15.00
	PENNELLO FLESSO	15.00
	PENNELLO CARPIO	15.50
	PENNELLO 1 GIRO	16.00
	CAPOVOLTA	16.00

PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PENALITA'	
PUNTEGGIO (1)	

DICHIARAZIONE		VALORE
2	PENNELLO	15.00
	PENNELLO FLESSO	15.00
	PENNELLO CARPIO	15.50
	PENNELLO 1 GIRO	16.00
	CAPOVOLTA	16.00

PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PENALITA'	
PUNTEGGIO (2)	

TOTALE (PUNTEGGIO MIGLIORE)

VD

PUNTEGGIO

TRAVE

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera)

DICHIARAZIONE		VALORE
A	B	
0,80	1,00	

DICHIARAZIONE		VALORE
1	ENTRATE	Salita a un piede tenuta 2"
2	SERIE GINNICHE	Chassè dx + Chassè sx viceversa) (o viceversa)
3	GIRI	½ giro su due piedi
4	ACRO INDIETRO	Candela 2" gb piegate (partenza da in piedi)
5	ACRO AV e LAT	½ verticale a gb flesse
6	SALTI ARTISTICI	Gatto - Pennello
7	EQUILIBRI 3"	Passè in posè
8	USCITE	Pennello (minimo un passo di battuta a pd pari)

SOMMA VD	
ESECUZIONE	+ 10,00
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	

TOTALE (1)-(2)

VD

PUNTEGGIO

CORPO LIBERO

Il tecnico dovrà indicare gli elementi effettuati dalla ginnasta apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera)

DICHIARAZIONE		VALORE
A	B	
0,80	1,00	

DICHIARAZIONE		VALORE
1	PASSAGIO DANZA	Chassè dx + Chassè sx viceversa) (o viceversa)
2	SALTI ARTISTICI SPINTA 2 PD	Salto in estensione
3	ACRO AVANTI	Capovolta avanti - ½ vert a gb flesse
4	ACRO DIETRO e LAT	Candela - Capov indietro
5	GIRI	½ giro con doppio appoggio in relevè
6	EQUILIBRI 3"	Passè in posè
7	VERTICALI E CAPOV	Verticale sulla testa 2" - Verticale con cambio di gb
8	SERIE MISTA	Capov avanti + pennello - Gatto + vert. Con cambio gb

SOMMA VD	
ESECUZIONE	+ 10,00
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	

TOTALE (1)-(2)

VD

PUNTEGGIO

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Avanzato

SOCIETA'

ATLETA

TRAMPOLINO

VD

PUNTEGGIO

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Avanzato

SOCIETA'

ATLETA

TRAVE

VD

PUNTEGGIO

PGS GAF - Artistica Amica - Promo Avanzato

SOCIETA'

ATLETA

CORPO LIBERO

VD

PUNTEGGIO