

Regolamento e Griglia Baby Mix





	ATTREZZATURA	ELEMENTI	SPECIFICHE
	-Rincorsa con panca + tappetoni di arrivo a livello del trampolino	-1.00 p. Pennello corpo teso -1.00 p. Pennello divaricato -1.00 p. Pennello raccolto -2.00 p. Battuta + rotolamento arrivo disteso di schiena -3.00 p. Battuta + capovolta arrivo in piedi	-Eeguire 4 salti differenti tra i 5 proposti - Verranno presi i migliori 2
	-Corpo Libero su striscia o quadrato con piani inclinati e tappeti per l'esecuzione dell'esercizio	-Capovolta dietro (piano inclinato) -Pennello 180° -Capovolta avanti su un tappetino -Verticale di passaggio con arrivo disteso sul tappetino -Candela con aiuto delle mani sul sedere e gomiti a terra 3" -Scavalcamiento in ruota con posa delle mani su uno step e arrivo libero	-Eeguire gli elementi in successione seguendo l'ordine indicato
PERCORSO	-Area del percorso di 6x12mt -Materiale: Coni , cerchi, bacchette, step, trave/panca (20 – 40 cm), cubo/tappeto rialzato, pedana o piano inclinato	-Guarda il video dimostrativo del percorso al seguente link: https://youtu.be/omC0zSyNnUY	-Eeguire il percorso seguendo l'ordine predefinito nel minor tempo possibile -ogni fallo di esecuzione comporterà un'aggiunta di 3" al tempo finale

NOTE GENERALI

Trampolino:

Nota D = 10 + valore dei 2 salti migliori.

Totale = max 15.00 punti.

Penalità per caduta = 0.50

Corpo Libero:

Nota D = 15.00 punti.

Sottrazione di 1.00 punto per ogni elemento richiesto non eseguito

Percorso:

Nota D = max 15.00 punti.

Classifica percorso:

La graduatoria degli atleti sarà divisa in 3/3 (per eccesso):

1° terzo 15.00 punti; 2° terzo 12.00 punti; 3° terzo 10.00 punti

Classifica finale:

Sarà prevista una classifica finale suddivisa in fasce oro, argento e bronzo.

Per gli atleti di questa categoria non è prevista la fase Nazionale.

LEGA GINNASTICA

Viale Luca Gaurico, 91/93 - 00143 Roma, Italy ■ tel. 06.93188479 ■ www.legaginnastica.it ■ info@legaginnastica.it