

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	VOLTEGGIO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		A	B	C	D
1		16,00	16,20	16,40	16,80
		Categorie <i>Mini e Giovanili</i>			Tappeto h 120
1	SALTO	Verticale senza spinta e arrivo supino	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata	Ribaltata posa delle mani h 120 cm e arrivo 80 cm
2	SALTO	Ruota spinta con arrivo lat - Rondato	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp.	Rondato + flic	Rondato - Rondato+ flic: posa mani h 120 cm e arrivo 80 cm
2					
1	SALTO	Verticale senza spinta e arrivo supino	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata	Ribaltata posa delle mani h 120 cm e arrivo 80 cm
2	SALTO	Ruota spinta con arrivo lat - Rondato	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp.	Rondato + flic	Rondato - Rondato+ flic: posa mani h 120 cm e arrivo 80 cm
1		16,00	16,20	16,40	16,80
		Categorie <i>Open e Miste</i>			Tavola
1	SALTO	Framezzo unito	Ribaltato	Ribaltata 180° - Yamashita	Ribaltata 360° - Yamashita 180°
2	SALTO	Framezzo divaricato	Rondato	Rondato + flic - Rondato 180°	Yurchenko raccolto - Tsukahara raccolto
2					
1	SALTO	Framezzo unito	Ribaltato	Ribaltata 180° - Yamashita	Ribaltata 360° - Yamashita 180°
2	SALTO	Framezzo divaricato	Rondato	Rondato + flic - Rondato 180°	Yurchenko raccolto - Tsukahara raccolto

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

La ginnasta dovrà eseguire due salti a scelta, uno per riga, verrà valutata la media dei due salti.

		GIURIA	
		SALTO	VALORE
1			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (1)		
2			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (2)		
	PUNTEGGIO 1+2		/2
	TOTALE		

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	VOLTEGGIO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	VD	
				PUNTEGGIO	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	PARALLELE
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
1	ENTRATE	Kippe infilata ad uno in presa poplitea	Kippe SI Kippe infilata ad 1 a gb tesa	½ giro Kippe	Kippe infilata a due	Kippe infilata due stacco - 1 giro Kippe SI
2	SLANCI	Slancio all'orizz gb unite - Slancio all'orizz gb div.	Slancio sopra orizz gb unite - Slancio sopra orizz gb div.	Slancio alla verticale gb div.	Slancio alla verticale gb unite	Slancio alla verticale con ½ g (gb div.o unite)
3	PASSAGGI	Dall'appoggio dorsale cambio di fronte	Da ritri S.1 saltare alla sospensione S.5	Dalla 2" oscillazione salire in capovolta	Dall'oscillaz. salire in capovolta allo S.5	Fiochetto stacco
4	GIRI CIRC AV (imp. Palmare)	Giro addominale avanti (ochetta) a gb piegate	Giro add avanti gb tese (ochetta) - kippe	Giro av. con gb tese inflatate - Giro di pianta av. a gb div. piegate	Giro di pianta av. a gb div. tese - Kippe breve	Endo - Giro di pianta avanti a gb unite
5	BASCOULE E KIPPE	Bascoule	kippe - Fucs	Kippe infilata a uno S.5	Kippe breve	Kippe S5
6	FRUSTATE	Slancio all'orizz gb unite - Slancio all'orizz gb div. Oscillazione >45°	Slancio sopra orizz gb unite - Slancio sopra orizz gb div. - Dall'appog capovolta	Dall'appog ½ volta	Dall'appog ½ volta arrivo in sospensione	Granvolta di petto
7	GIRI CIRC IND (imp. dorsale)	Giro addominale	Giro di pianta ind. div. gb pg - Slancio posa pd st gb unite tese	Giro di pianta indietro: a gb div. tese - a gb unite e piegate	Giro di pianta dietro gb unite tese	Giro di pianta d. con apertura - Stalder - Tempo di capovolta
8	USCITE	Fiochetto gb divaricate - Dall'oscil salto a terra dietro	Fiochetto gb unite tese - Guizzo	Salto indietro raccolto	Fiochetto 180° - Salto indietro carpiato	Fiochetto S.5. 360° - Salto indietro teso

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere una elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti

Righe obbligatorie:

- entrata (pen. - 0.50)
- uscita (pen. - 0.50)

		GIURIA	
		DICHIARAZIONE	VALORE
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
	SOMMA VD		
	BONUS		
	ESECUZIONE		+ 10,00
	D-SCORE (1)		
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PEN. (2)		
	TOTALE (1)-(2)		

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	PARALLELE
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	VD	
				PUNTEGGIO	

PGS	DON BOSCO CUP	GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	TRAVE
SOCIETA'			COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
1	ENTRATE	Capovolta avanti - Staccata frontale - Staccata sagittale	Laterale alla trave vert. Braccia piegate discesa libera	Enjambeé in punta arrivo in arabesque	Battuta + verticale discesa libera	Verticale d'impostazione (partenza e discesa libera)
2	SERIE GINNICHE	Sisone + Pennello - Cosacco + Pennello - Enj 90° + Pennello	Sisone + Pennello fesso - Cosacco + Pennello fesso - Enj 90° + Pennello fesso	Enjambeé + Sisone - Enjambeé + Cosacco - Enjambeé + Enj 2 pd	Enjambeé cambio + pennello	Enjambeé cambio + Sisone - Enjambeé cambio + Cosacco - Enjambeé cambio + Enj 2 pd
3	GIRI	Slancio av gb + slancio ind + ½ g. tutto in relevé - ½ giro gb libera	Giro 360° in passè	Giro 360° gb tesa a 45° - Giro 180° in accosciata	Giro 540° in passè - Giro 360° in accosciata	Giro 360° impugnato - Giro 360° gb tesa a 90°
4	ACRO INDIETRO	Ponte + Rovesciata - Vert. Sagitt. di passaggio	Verticale sagitt. 2° - Rovesciata indietro	Flic flic smezzzato - Capov ind alla vert	Vert. Sagg. (<180°) + flic	2 flic smezzzati - Salto indietro
5	ACRO AV e LAT	Capovolta senza mani - Verticale di passaggio	Tic Tac Vert Capovolta Ruota Verticale 2°	Rovesciata avanti - 1/2 ruota + vert infilata	Ribaltata - Rondata	Ruota senza - Ribaltata senza - Costale Johnson
6	SALTI ARTISTICI	Enjambeé 90° - Cosacco - Sisone	Pennello tesò con 1/2 giro	Enjambeé - Pennello fesso 1/2 - Carpio div	Enjambeé cambio - Cosacco 1/2 g - Gatto 1/2 g	Enjambeé con 1/2 g - Carpio div 1/2 g
7	EQUILIBRI 2° o SALTI	Passè in relevé	Arabesque - Accosciata in relevé (cosacco)	Impugnata posè	Posizione a "I" - Developpè in relevé	Tenuta impugnata avanti in relevé
8	USCITE	Ruota + salto in estensione	Salto avanti - Salto indietro	Rondata + pennello	Rondata + raccolto - Auerbach raccolto	Rondata + tesò - Teso avanti - Twist - Auerbach carpiato

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE	
(1)-(2)-(3)	

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	E' possibile scegliere un elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti. Righe obbligatorie: • entrata (pen. - 0.50) • uscita (pen. - 0.50)

PGS	DON BOSCO CUP	GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	TRAVE	VD
SOCIETA'			COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

PGS	DON BOSCO CUP	GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	CORPO LIBERO
SOCIETA'			COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	1,00
1	PASSAGGIO DANZA	Enjambeé + gatto 180° - Fouette - Cosacco spinta 1 pd	Enjambeé + Enjambeé - Enjambeé + Enjambeé laterale	Enjambeé + gatto 360° - Enjambeé + Enjambeé cambio - Enjambeé + Salto girato	Enj cambio + Enj ad anello - Enjambeé cambio + Johnson	Enj cambio + Enj cambio ad anello - Enj cambio + Enj cambio con 1/2 g - Enj cambio + Strup
2	SALTI ARTISTICI spinto o 2 pd	Sisone - Cosacco - Enj 90°	Pennello tesò 360° - Enjambeé	Carpio div/unto - Pennello fesso 360° - Sisone ad anello	Cosacco/Carpio div. con ½ g - Montone - Enjambeé con 1/2 g	Cosacco g. 360° - Carpio div. g. 360° - Enjambeé g. 360°
3	ACRO AVANTI	Flic avanti - Ribaltata a 2 - Salto av racc o carpio	Ribaltata 1 + 2 - Ribaltata a 2 + tuffo - Flic av + tuffo	Flic av + kippe di testa - Flic av + Flic av - Salto av tesò	Rib + salto av racc/carp - Flic av + salto av. racc/carp - Salto av + salto av. racc/carp	Ribaltata + salto tesò - Flic av + salto tesò - Teso av + salto av. racc/carp
4	ACRO DIETRO	Rondata + flic	Rondata + due flic - Ruota senza	Rondata + salto i. racc/carp	Rondata flic + salto ind. racc/carp	Rondata + flic + Salto indietro tesò (anche senza flic)
5	GIRI	Giro 360° + slancio - Giro 360° in accosciata	½ giro gb libera a 90° - ½ giro imp.	Giro 540° in passè - Giro 540° gb libera - Giro 540° in accosciata	Giro 360° gb tesa a 90° - Giro 360° imp.	Giro 720° in passè - Giro 720° gb libera - Giro 720° in accosciata
6	EQUILIBRI 2°	Passè in relevé	Arabesque	Developpè a 90° in relevé	In posè: impugnata - "I"	In relevé: impugnata - developpè > 90°
7	ACRO e MISTE	PU Rondata + carpio div - PU Rondata + Enjambeé	Flic smezzzato + Flic smezzzato	Rondata flic + tempo + flic (anche senza primo flic)*	Rond + flic + tempo + Flic + racc* - Flic smezzzato + salto tesò smezzzato	Rond + flic + tempo + flic + tesò*
8	ACRO e VERT CAPOV	Capov ind passaggio alla vert br pg - Vert con 1/2 giro	Capov ind alla vert br tese - Verticale con giro 360°	Salto av. smezzzato + Ruota - Ribaltata senza	Salto av. smezzzato + Rondata + pennello tesò	Salto av. smezzzato + Rondata + Salto ind racc.

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE	
(1)-(2)-(3)	

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	E' possibile scegliere un elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti. Righe obbligatorie: • passaggio di danza (pen. - 0.50) • acrobatica avanti o dietro (pen. - 0.50)

PGS	DON BOSCO CUP	GAF	NOME SQUADRA:	1° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	CORPO LIBERO	VD
SOCIETA'			COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

							PUNTEGGIO
--	--	--	--	--	--	--	-----------

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	ANNO	VOLTEGGIO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		A	B	C	D
1		16,00	16,20	16,40	16,80
Categorie Mini e Giovanili					
1	SALTO	Tuffo - Pennello gb tese	Verticale senza spinta e arrivo supino	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata
2	SALTO	Ruota laterale - Rondata arrivo prono	Ruota spinta arrivo lat - Rondata	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp.	Rondata + flic
2					
1	SALTO	Tuffo - Pennello gb tese	Verticale senza spinta e arrivo supino	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata
2	SALTO	Ruota laterale - Rondata arrivo prono	Ruota spinta arrivo lat - Rondata	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp.	Rondata + flic
1		16,00	16,20	16,40	16,80
Categorie Open e Miste					
1	SALTO	Frammezzo + pennello in discesa	Pennello teso arrivo in piedi	Ribaltato	Ribaltato 180° - Yamashita
2	SALTO	Frammezzo + pennello 1/2 in discesa	Rondata	Rondata in pedana + Pennello arrivo sul cubone	Rondata + flic
2					
Categorie Under 15, Under 17 e Senior					
1	SALTO	Frammezzo + pennello in discesa	Pennello teso arrivo in piedi	Ribaltato	Ribaltato 180° - Yamashita
2	SALTO	Frammezzo + pennello 1/2 in discesa	Rondata	Rondata in pedana + Pennello arrivo sul cubone	Rondata + flic

GIURIA		SALTO	VALORE
1			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (1)		
2			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (2)		
	PUNTEGGIO 1-2		/2
	TOTALE		

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

La ginnasta dovrà eseguire due salti a scelta, uno per riga, verrà valutata la media dei due salti.

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	VOLTEGGIO	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	ANNO	PARALLELE
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		A	B	C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	0,80	0,80	0,80
		MAX 2 ELEMENTI						
1	ENTRATE	Capovolta di forza a gambe unite	Kippe infilata ad uno in presa poplitea con oscillaz.	Kippe infilata ad uno in presa poplitea	Kippe SI - Kippe infilata ad 1 a gb tesa	1/2 giro Kippe	Kippe infilata a due	Kippe infilata due stacco - 1 giro Kippe SI
2	SLANCI	Slancio dietro a corpo teso sotto lo staggio	Slancio dietro a corpo teso sopra lo staggio	Slancio all'orizz gb unite - Slancio all'orizz gb aperte	Slancio sopra orizz gb unite - Slancio sopra orizz gb divaricate	Slancio alla verticale gb div.	Slancio alla verticale gb unite	Slancio alla verticale con 1/2 g (gb div.o unite)
3	PASSAGGI	Sotto entrare - Sotto uscire	Da app in div. sagittale: 1/2 g con arrivo app frontale - riunire le gb in posiz seduta	Dall'appoggio dorsale cambio di fronte	Da rititi S.I saltare alla sospensione S.S	Dalla 2° oscillazione salire in capovolta	Dall'oscillaz. salire in capovolta allo S.S.	Fioretto stacco
4	GIRI CIRC AV (imp. Palmare)	Sotto entrare - Sotto uscire	Giro av con gb infilata	Giro addominale avanti (ochetta) a gb piegate	Giro add avanti gb tese (ochetta) - kippe	Giro av. con gb tese inflatate	Giro di pianta av. a gb div. tese - Kippe breve	Endo - Giro di pianta avanti a gb unite
5	BASCOULE E KIPPE	Bascoule in presa poplitea con dondolino	Bascoule presa poplitea	Bascoule	kippe - Fucs	Kippe infilata a uno S.S	Kippe breve	Kippe SS
6	FRUSTATE	Slancio dietro a corpo teso sotto lo staggio	Slancio dietro a corpo teso sopra lo staggio - Oscillazione < 45°	Slancio all'orizz gb unite - Slancio all'orizz gb aperte - Oscillazione > 45°	Slancio sopra orizz gb unite - Slancio sopra orizz gb aperte - Dall'appog. capovolta	Dall'appog 1/2 volta	Dall'appog 1/2 volta arrivo in sospensione	Granvolta di petto
7	GIRI CIRC IND (imp. dorsale)	Posa alternata dei piedi sullo staggio a gb div. div.	Slancio posa dei pd sullo stag: a gb div tese - a gb unite piegate	Giro addominale	Giro di pianta ind. div. gb pg - Slancio posa pd st gb unite tese	Giro di pianta indietro: a gb div. tese - a gb unite e piegate	Giro di pianta dietro gb unite tese	Giro di pianta d. con apertura - Stalder - Tempo di capovolta
8	USCITE	Capovolta avanti a gambe tese	Slancio indietro con 1/2 giro da app su pd SI pennello e arrivo in pd davanti SI	Fioretto gb divaricate - Dall'oscill. salto a terra dietro	Fioretto gb unite tese - Guizzo	Salto indietro raccolto	Fioretto 180° - Salto indietro carpiato	Fioretto S.S. 360° - Salto indietro teso

GIURIA		INCHIARAZIONE	VALORE
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
SOMMA VD			
BONUS			
ESECUZIONE			+ 10,00
D-SCORE (1)			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PEN. (2)		
TOTALE (1)-(2)			

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere un elemento per riga, ma al massimo 2 elementi dalle colonne B,C,D del programma A. Verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti.

Righe obbligatorie:

- entrata (pen. - 0.50)
- uscita (pen. - 0.50)

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	PARALLELE	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

PUNTEGGIO

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	ANNO	TRAVE
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

		MAX 2 ELEMENTI						
		A	B	C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	0,80	0,80	0,80
1	ENTRATE	Frammezzo - Capovolta indietro	Squadra divaricata 3°	Capovolta avanti - Staccata frontale - Staccata sagittale	Laterale alla trave vert. Braccia - piegate discesa libera	Enjambèe in punta arrivo in arabesque	Battuta + verticale discesa libera	Verticale d'impostazione (partenza e discesa libera)
2	SERIE GINNICHE	Gatto + pennello - Pennello + pennello	Gatto + pennello flessio - Pennello + pennello flessio	Sionne + Pennello - Cosacco + Pennello - Enj 90° + Pennello	Sionne + Pennello flessio - Cosacco + Pennello flessio - Enj 90° + Pennello flessio	Enjambèe + Sionne - Enjambèe + Cosacco - Enjambèe + Enj 2 pd	Enjambèe cambio + pennello - Enjambèe cambio + Cosacco - Enjambèe cambio + Enj 2 pd	Enjambèe cambio + Sionne - Enjambèe cambio + Cosacco - Enjambèe cambio + Enj 2 pd
3	GIRI	½ g. su 2 pd in relevè - -	½ g. in passe' dx + passo + ½ g. in passe' sx - -	Slancio av gb + slancio ind + ½ g. tutto in relevè - -	Giro 360° in passe' - -	Giro 360° gb tesa a 45° - Giro 180° in accosciata	Giro 540° in passe' - Giro 360° in accosciata	Giro 360° impugnato - Giro 360° gb tesa a 90°
4	ACRO INDIETRO	Capov. ind. arrivo in ginocchio - -	Capov. ind. - Ponte	Ponte + Rovesciata - Vert. Sagitt. di passaggio	Verticale sagitt. 2° - Rovesciata indietro	Flic flac smezzzato - Capov ind alla vert	Vert. Sagg. (<180°) + flic - -	2 flic smezzzati - Salto indietro
5	ACRO AV e LAT	Da posizione accosciata spinta 2 pd portando il bacino in vert	Capov. Avanti	Capovolta senza mani - Verticale di passaggio	Tic Tac Vert Capovolta Ruota Verticale 2°	Rovesciata avanti - 1/2 ruota + vert infilata	Ribaltata - Rondata	Ruota senza - Ribaltata senza - Costale
6	SALTI ARTISTICI	Gatto - Pennello	Pennello Flessio	Enjambèe 90° - Cosacco - Sionne	Pennello teso con 1/2 giro - -	Enjambèe - Pennello flessio 1/2 - Carpio div	Enjambèe cambio - Cosacco 1/2 g - Gatto 1/2 g	Johnson - Enjambèe con 1/2 g - Carpio div 1/2 g
7	EQUILIBRI 2° o SALTI	Passè in posè - -	Devolpè in posè - -	Passè in relevè - -	Arabesque - Accosciata in relevè (cosacco)	Impugnata posè - -	Posizione a "I" - Devolpè in relevè	Tenuta impugnata avanti in relevè
8	USCITE	Pennello Carpiato	Presalto + Rondata	Ruota + salto in estensione - -	Salto avanti - Salto indietro	Rondata + pennello - -	Rondata + raccolto - Auerbach raccolto	Rondata + teso - Teso avanti - Twist - Auerbach carpiato

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	
VD	
PUNTEGGIO	

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere un elemento per riga, ma al massimo 2 elementi dalle colonne B,C,D del programma A. Verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti.

Righe obbligatorie:

- entrata (pen. - 0.50)
- uscita (pen. - 0.50)

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	TRAVE	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	ANNO	CORPO LIBERO
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

		MAX 2 ELEMENTI						
		A	B	C	A	B	C	D
		0,20	0,40	0,60	0,80	0,80	0,80	0,80
1	PASSAGGIO DANZA	Gatto + enj a 90° - Gatto + Gatto 180°	Enj. a 90° + enj a 90° - Enj. a 90° + Cosacco 1 pd	Enjambèe + gatto 180° - Fouette - Cosacco spinta 1 pd	Enjambèe + Enjambèe - Enjambèe + Enjambèe laterale	Enjambèe + gatto 360° - Enjambèe + Enjambèe cambio - Enjambèe + Salto girato	Enj cambio + Enj cambio ad anello - Enj cambio + Enj cambio con 1/2 g - Enj cambio + Strug	
2	SALTI ARTISTICI spinta a 2 pd	Pennello flessio - Pennello teso 1/2	Pennello flessio ½ - -	Sionne - Cosacco - Enjambèe - Enj 90°	Pennello teso 360° - Enjambèe - -	Carpio div/unito - Pennello flessio 360° - Sionne ad anello	Cosacco/Carpio div. con ½ g - Montone - Enjambèe con 1/2 g	
3	ACRO AVANTI	Tic Tac - Rovesciata avanti	Kippe di testa - Ribaltata a 1 gb	Flic avanti - Ribaltata a 2 - Salto av racc o carpio	Ribaltata 1 + 2 - Ribaltata a 2 + tuffo - Flic av + tuffo	Flic av + lippe di testa - Flic av + Flic av - Salto av teso	Rib + salto av racc/carp - Flic av + salto av racc/carp - Salto av + salto av racc/carp	
4	ACRO DIETRO	PU Ruota spinta - Rovesciata indietro	Rondata - Flic smezzzato	Rondata + flic - -	Rondata + due flic - Ruota senza	Rondata + salto l. racc/carp - -	Rondata + salto ind. racc/carp - Rondata + flic + Salto indietro teso (anche senza flic)	
5	GIRI	½ giro in passè - ½ giro 45°	Giro 360° passè - Giro 360° gb a 45°	Giro 360° + slancio - Giro 360° in accosciata	½ giro gb libera a 90° - ½ giro imp.	Giro 540° in passè - Giro 540° gb libera - Giro 540° in accosciata	Giro 360° gb tesa a 90° - Giro 360° imp. - -	
6	EQUILIBRI 2°	Orizzont. prona - Passè in posè	Devolpè in posè - -	Passè in relevè - -	Arabesque - -	Devolpè a 90° in relevè - -	In relevè: impugnata - "I" - devolpè > 90°	
7	ACRO e MISTE	Cosacco 1 pd + ruota spinta - Gatto + ruota spinta	Rovesciata av./ind. + sionne - -	PU Rondata + carpio div - PU Rondata + Enjambèe	Flic smezzzato + Flic smezzzato - -	Rondata flic + tempo + flic (anche senza prima flic)* - -	Rond + flic + tempo + flic + racc* - Flic smez + salto teso smez	
8	ACRO e VERT CAPOV	Capov ind salita e discesa a gb div teso - Verticale di passaggio	Capov. ind. discesa e salita a gb teso unite - Verticale 2°	Capov ind passaggio alla vert br pg - Vert con 1/2 giro	Capov ind alla vert br teso - Verticale con giro 360°	Salto av. smezzzato + Ruota - Ribaltata senza	Salto av. smezzzato + Rondata + pennello teso - Salto av. Smezzzato + Rondata + Salto ind racc.	

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	
VD	
PUNTEGGIO	

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere un elemento per riga, ma al massimo 2 elementi dalle colonne B,C,D del programma A. Verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti.

Righe obbligatorie:

- passaggio di danza (pen. - 0.50)
- acrobatica avanti o dietro (pen. - 0.50)

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	2° Fascia	FASE REG. / NAZ.	CORPO LIBERO	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3 ^o FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	VOLTEGGIO
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

1		DC	A	B	C
		16,00	16,40	16,60	16,80
1	SALTO	Tuffo	Verticale senza spinta	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata
2	SALTO	Ruota con arrivo prono - Tuffo	Ruota laterale	Ruota spinta con arrivo laterale	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp. - Rondata

2		DC	A	B	C
		16,00	16,40	16,60	16,80
1	SALTO	Tuffo	Verticale senza spinta	Verticale spinta e arrivo supino	Ribaltata
2	SALTO	Ruota con arrivo prono - Tuffo	Ruota laterale	Ruota spinta con arrivo laterale	Rond. in pedana + Pennello arrivo sui tapp. - Rondata

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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) La ginnasta dovrà eseguire due salti a scelta, uno per riga, verrà valutata la media dei due salti.
---------------------------------	---

GIURIA		SALTO	VALORE
1			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (1)		
2			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
	PUNTEGGIO (2)		
	PUNTEGGIO 1+2		
		/2	
	TOTALE		
	VD		
	PUNTEGGIO		

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3 ^o FASCIA	FASE REG. / NAZ.	VOLTEGGIO	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3 ^o FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	PARALLELE
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

		C	A	B	C
		0,20	0,40	0,60	0,80
1	ENTRATE	Capovolta di forza	Kippe infilata ad uno in presa poplitea con oscillazione	Kippe infilata ad uno in presa poplitea	Kippe infilata ad uno gb tesa - Kippe SI
2	SLANCI	Slancio dietro a corpo teso (sopra lo staggio)	Slancio dietro a gb divaricate (sopra lo staggio)	Slancio dietro all'orizzontale a corpo teso - Slancio dietro all'orizzontale a gb div.	Slancio dietro sopra l'orizzontale a corpo teso - Slancio dietro sopra l'orizzontale a gb div.
3	PASSAGGI	Dall'appoggio in divaricata sagittale: 1/2 g e arrivo all'app. frontale con g. infilata	Dall'appoggio in divaricata sagittale: 1/2 g con arrivo all'app. frontale o riunire le gb in posizione seduta	Dall'appoggio dorsale cambio di fronte	Da rititi S.I. saltare alla sospensione S.S.
4	GIRI	Giro avanti con una gamba infilata (impugnatura palmare)	Giro addominale indietro	Giro addominale av gb piegate (ochetta)	Giro add. av gb tese (ochetta)
5	BASCOULE e KIPPE	Bascoule in presa poplitea con dondolino	Bascoule in presa poplitea	Bascoule gb tese con dondolino	Bascoule gb tese
6	MISTO frustate slanci giri	Giro avanti con una gb infilata (imp palmare) - Slancio dietro a corpo teso (sopra lo staggio)	Oscillazione < 45° - Giro addominale indietro - Slancio dietro a gb div. (sopra staggio)	Oscillazione > 45° - Slancio dietro all'orizz a corpo teso - Slancio dietro all'orizz a gb div.	Dall'oscilla saltare all'appoggio S.S. in capovolta d - Slancio dietro all'orizz a corpo teso - Slancio dietro all'orizz a gb div.
7	PASSAGGI	Slancio e posa successiva dei piedi sullo SI	Slancio a gb divaricate e posa dei pd sullo staggio	Slancio e posa dei pd sullo staggio a gb unite e piegate	Slancio e posa dei pd sullo staggio a gb unite e tese
8	USCITE	Slancio indietro con 1/2 giro - Dall'appoggio sui pd SI, pennello e arrivo in pdi davanti allo SI	Fiorretto gb divaricate e tese - Dall'oscillazione stacco le mani e arrivo dietro a terra	Guizzo	Fiorretto unito

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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) E' possibile scegliere 1 elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti Righe obbligatorie: • entrata (pen. - 0.50) • uscita (pen. - 0.50)
---------------------------------	---

GIURIA		DICHIARAZIONE	VALORE
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
	SOMMA VD		
	BONUS		
	ESECUZIONE	+ 10,00	
	D-SCORE (1)		
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PEN. (2)		
	TOTALE (1)-(2)		
	VD		
	PUNTEGGIO		

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3 ^o FASCIA	FASE REG. / NAZ.	PARALLELE	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	TRAVE
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		C	A	B	C
		0,20	0,40	0,60	0,80
1	ENTRATE	Pennello	Pennello + arabesque - Passaggio alternato gb + Squadra g. divaricate	Staccata frontale - Squadra gb div 3"	Passaggio frammezzo - Capovolta
2	SERIE GINNICHE	Pennello + pennello flessio Gatto + pennello flessio	Sisonne + Pennello Cosacco + Pennello Enjambée a 90° + pennello	Sisonne + Gatto Cosacco + Gatto Enjambée a 90° + Gatto	Sisonne + Pennello flessio Cosacco + Pennello flessio Enjambée a 90° + Pennello flessio
3	GIRI	Su 2 pd: giro + passo + 1/2 giro	1/2 Giro in passè	1/2 Giro gb libera 45° 1/2 g passe' dx + passo + 1/2 g passe' sx	Giro 360° in passè
4	ACRO INDIETRO	Capovolta indietro arrivo in ginocchio	Capovolta indietro arrivo in piedi - Ponte	Verticale sagittale di passaggio - Ponte + rovesciata	Verticale sagittale 3" - Rovesciata indietro
5	ACRO AV e LAT	Verticale di passaggio	Ruota	Cap. av. senza mani	Tic Tac - Rovesciata avanti
6	SALTI ARTISTICI	Sforbiciata tesa	Sisonne Cosacco Enjambée a 90° sp 1 pd	Enjambée a 90° (2pd)	Pennello tesò con 1/2 giro - Enjambée
7	EQUILIBRI 2°	Passè in relevè	Arabesque - Accosciata in relevè (cosacco)	Impugnata (< 180°)	Posizione a "I" - Developpè in relevè
8	USCITE	Pennello con 1/2 giro	Carpio divaricato	Rondata senza spinta (partenza da fermi)	Presalto + Rondata

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	E' possibile scegliere 1 elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti. Righe obbligatorie: • entrata (pen. - 0.50) • uscita (pen. - 0.50)

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE +10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	TRAVE	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

PUNTEGGIO

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO	CORPO LIBERO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

		C	A	B	C
		0,20	0,40	0,60	0,80
1	PASSAGGIO DANZA	Gatto + Gatto - Gatto + Sforbiciata tesa	Gatto + Gatto 180° - Gatto + Enj. A 90°	Enjambée a 90° + Enj. a 90° - Enjambée a 90° + Enj. Laterale	Enjambée + Enj. - Enjambée + Gatto 360°
2	SALTI ARTISTICI SPRINTA 2 PD	Pennello tesò 1/2	Pennello flessio 1/2	Cosacco Sisonne Enjambée a 90°	Carpio Pennello tesò g. 360° Enjambée
3	ACRO AVANTI	Tic Tac - Rovesciata avanti	Tuffo - Ribaltata ad uno	Kippe di testa - Ribaltata a 2	Flic Avanti - Salto avanti
4	ACRO DIETRO	Due ruote (passaggio laterale) - Ponte + Rov dietro	PU Ruota spinta - Rovesciata dietro	Rondata - Flic smezizzato	Rondata + flic - Ruota senza mani
5	GIRI	Giro 360° in passè - Giro 360° gamba libera 45°	Giro 360° in passè + Slancio	1/2 giro a 90° - 1/2 giro impugnata	Giro 540° passè - Giro 540° gb libera
6	EQUILIBRI 2°	Passè in relevè	Arabesque	Developpè in relevè	Impugnata in posè - Posizione ad "I"
7	VERTICALI E CAPOV	Verticale gb piegate con partenza d'acosciata - Verticale di passaggio	Verticale 2° Capov. Ind. discesa e salita a gambe tese unite	Verticale con 1/2 giro - Ind. alla vert. br pieg Capov	Verticale con giro 360° - Capov. ind alla vert br tese
8	SERIE MISTE	Cosacco spinta ad 1 pd+ ruota	Rovesciata avanti/indietro + pennello	Rovesciata av./ind. + sisonne	PU Rondata + Enj a 90° pd pari - PU Rondata + Carpio div

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	E' possibile scegliere un elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti. Righe obbligatorie: • passaggio di danza (pen. - 0.50) • acrobatica avanti o dietro (pen. - 0.50)

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE +10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	3° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	CORPO LIBERO	VD
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA		

PUNTEGGIO

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

VOLTEGGIO

		A	B	C	A
1		16,00	16,40	16,60	16,80
1	SALTO	Framezzo piegato e unite gb	Capovolta	Tuffo	Verticale senza spinta
2	SALTO	Pennello flessio	Pennello teso	Ruota con arrivo prono - Tuffo	Ruota laterale

		A	B	C	A
2		16,00	16,40	16,60	16,80
1	SALTO	Framezzo piegato e unite gb	Capovolta	Tuffo	Verticale senza spinta
2	SALTO	Pennello flessio	Pennello teso	Ruota con arrivo prono - Tuffo	Ruota laterale

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	La ginnasta dovrà eseguire due salti a scelta, uno per riga, verrà valutata la media dei due salti.

		SALTO	VALORE
1			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
		PUNTEGGIO (1)	
		SALTO	VALORE
2			
	PEN.1		
	PEN.2		
	SOMMA		
	MEDIA PENALITA'		
		PUNTEGGIO (2)	
		PUNTEGGIO 1+2	
			/2
		TOTALE	

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	VOLTEGGIO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	
				VD
				PUNTEGGIO

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	

PARALLELE

		A	B	C	A
1		0,40	0,60	0,80	0,80
1	ENTRATE	Saltare all'appoggio ritto frontale	Capovolta di slancio	Capovolta di forza	Kippe infilata ad uno in presa poplitea con oscillazione
2	SLANCI	Slancio dietro a corpo teso (sotto lo staggio)	Slancio dietro a gb divaricate (sotto lo staggio)	Slancio dietro a corpo teso (sopra lo staggio)	Slancio dietro a gb divaricate (sopra lo staggio)
3	PASSAGGI	Tenuta in appoggio con slancio laterale alternato delle gb (pd all'altezza dello staggio)	Con salto di mano: sotto entrare o sotto uscire	Dall'appoggio in divaricata sagittale: arrivo all'app. frontale con g. infilata	Dall'appoggio in divaricata sagittale: 1/2 g con arrivo all'app. frontale o riunire le gb in posizione seduta
4	GIRI	Senza salto di mano: sotto entrare o sotto uscire	Giro indietro con una gamba infilata (impugnatura dorsale)	Giro avanti con una gamba infilata (impugnatura palmare)	Giro addominale indietro
5	BASCOULE e KIPPE	Tenuta in appoggio con stacco alternato delle mani	Con salto di mano: sotto entrare o sotto uscire	Bascoule in presa poplitea con dondolino	Bascoule in presa poplitea
6	MISTO frustate slanci giri	Slancio dietro a corpo teso (sotto lo staggio)	Giro indietro con una gb infilata (imp. dorsale) - Slancio dietro a gb divaricate (sotto lo staggio)	Giro avanti con una gb infilata (imp. palmare) - Slancio dietro a corpo teso (sopra lo staggio)	Oscillazione < 45° - Giro addominale indietro - Slancio dietro a gb divaricate (sopra lo staggio)
7	PASSAGGI	Senza salto di mano: sotto entrare o sotto uscire	Posa successiva dei piedi sullo SI	Slancio e posa successiva dei piedi sullo SI	Slancio a gb divaricate e posa dei pd sullo staggio
8	USCITE	Slancio indietro e arrivo fronte allo staggio	Capovolta avanti a gambe tese	Slancio indietro con 1/2 giro - Dall'appoggio sui pd SI, pennello e arrivo in piedi davanti allo SI	Fioretto gb divaricate e tese - Dall'oscillazione stacco le mani e arrivo dietro a terra

NOTE PER LA COMPILAZIONE	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)
	E' possibile scegliere 1 elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti Righe obbligatorie: • entrata (pen. - 0.50) • uscita (pen. - 0.50)

		DICHIARAZIONE	VALORE
1			
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
		SOMMA VD	
		BONUS	
		ESECUZIONE	+ 10,00
		D-SCORE (1)	
		PEN.1	
		PEN.2	
		SOMMA	
		MEDIA PEN. (2)	
		TOTALE (1)-(2)	

da staccare e consegnare alle società

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	PARALLELE
SOCIETA'	COGNOME NOME	DATA DI NASCITA	CATEGORIA	
				VD
				PUNTEGGIO

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	ANNO
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA

TRAVE

		A	B	C	A
		0,40	0,60	0,80	0,80
1	ENTRATE	Salita a un piede tenuta 2"	Frammezzo con appoggio dei piedi	Pennello	Pennello + arabesque - Passaggio alternato gb + Squadra g. divaricate
2	SERIE GINNICHE	Chassé dx + Chassé sx (o viceversa)	Pennello + pennello - Gatto + pennello	Pennello + pennello flessio - Gatto + pennello flessio	Sissonne + Pennello - Cosacco + Pennello - Enjambé a 90° + pennello
3	GIRI	1/2 giro su due piedi	1/2 giro su due piedi in accosciata	Su 2 pd 1/2 giro + passo + 1/2 giro	1/2 Giro in passè
4	ACRO INDIETRO	Candela 2" gb piegate (partenza da in piedi)	Candela 2" (partenza e arrivo liberi)	Capovolta indietro arrivo in ginocchio	Capovolta indietro arrivo in piedi - Ponte
5	ACRO AV e LAT	1/2 verticale a gambe flesse	Capovolta avanti	Verticale di passaggio	Ruota
6	SALTI ARTISTICI	Gatto - Pennello	Pennello flessio (sp 1 o 2 pd)	Sforbicata tesa	Sissonne - Cosacco - Enjambé a 90° sp 1 pd
7	EQUILIBRI 3"	Passè in posè	Developpè in posè	Passè in relevè	Arabesque - Accosciata in relevè (cosacco)
8	USCITE	Pennello (minimo un passo di battuta a pd pari)	Pennello flessio (minimo un passo di battuta a pd pari)	Pennello con 1/2 giro	Carpio divaricato

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere un elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti.

Righe obbligatorie:

- entrata (pen. - 0.50)
- uscita (pen. - 0.50)

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	
VD	
PUNTEGGIO	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	TRAVE
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA

CORPO LIBERO

		A	B	C	A
		0,40	0,60	0,80	0,80
1	PASSAGGIO DANZA	Chassé dx + Chassé sx (o viceversa)	Chassé + Gatto	Gatto + Gatto - Gatto + Sforbicata tesa	Gatto + Gatto 180° - Gatto + Enj. A 90°
2	SALTI ARTISTICI SPINTA 2 PD	Salto in estensione	Pennello flessio	Pennello teso 1/2	Pennello flessio 1/2
3	ACRO AVANTI	Capovolta avanti - 1/2 verticale a gambe flesse	Spinta di spalle in verticale - Verticale + capov.	Tic Tac - Rovesciata avanti	Tuffo - Ribaltata ad uno
4	ACRO DIETRO	Candela - Capov indietro	Ponte - Ruota	Due ruote (passaggio laterale) - Ponte + Rov dietro	PU Ruota spinta - Rovesciata dietro
5	GIRI	1/2 giro con doppio appoggio in relevè	1/2 giro 45° - 1/2 giro in passè	Giro 360° in passè - Giro 360° gamba libera 45°	Giro 360° in passè + Slancio
6	EQUILIBRI 2"	Passè in posè	Developpè in posè	Passè in relevè	Arabesque
7	VERTICALI E CAPOV	Verticale sulla testa 2" - Verticale con cambio di gb	Capov. Ind. discesa e salita a gb tese div	Verticale gb piegate con partenza d'f'accosciata - Verticale di passaggio	Verticale 2" - Capov. Ind. discesa e salita a gambe tese unite
8	SERIE MISTE	Capovolta avanti/indietro + pennello - Gatto + vert. con cambio gb	salto del gatto + ruota	Cosacco spinta ad 1 pd + ruota	Rovesciata avanti/indietro + pennello

NOTE PER LA COMPILAZIONE

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)

E' possibile scegliere un elemento per riga, verranno conteggiati gli 8 elementi di maggior valore, fino a raggiungere 4,8 punti.

Righe obbligatorie:

- passaggio di danza (pen. - 0.50)
- acrobatica avanti o dietro (pen. - 0.50)

GIURIA	
RIPORTARE NELLA COLONNA DICHIARAZIONE IL GRUPPO STRUTTURALE SCELTO E NELLA COLONNA VALORE IL VALORE DELL'ELEMENTO	
DICHIARAZIONE	VALORE
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
SOMMA VD	
BONUS	
ESECUZIONE + 10,00	
D-SCORE (1)	
PEN.1	
PEN.2	
SOMMA	
MEDIA PEN. (2)	
PEN. NEUTRE (3)	
TOTALE (1)-(2)-(3)	
VD	
PUNTEGGIO	

PGS DON BOSCO CUP TEAM GAF	NOME SQUADRA:	4° FASCIA	FASE REG. / NAZ.	CORPO LIBERO
SOCIETA'	COGNOME NOME		DATA DI NASCITA	CATEGORIA