

Ginnasta.....

Data di Nascita.....

Società.....

**2 livello** alliev\*, junior, senior

**Corpo libero**

	<b>Mobilità</b>	<b>Penalità</b>
	Ponte partenza da in piedi + sollevamento di una gamba tesa a 90° (2'')	
	Staccata destra + staccata sinistra	
	<b>Equilibri</b>	<b>Penalità</b>
	Equilibrio gamba tesa laterale 90° o oltre, impugnatura al tallone (2'')	
	Equilibrio gamba libera tesa avanti o laterale a 90° con appoggio sulla pianta del piede 2''	
	Orizzontale prona 2''	
	<b>Elementi</b>	<b>Penalità</b>
	Rovesciata avanti	
	Rovesciata indietro	
	Ruota + ruota con una mano	
	Rondata	
	Capovolta avanti+ pennello 180°+capovolta indietro gambe tese braccia piegate	
	Capovolta indietro gambe tese braccia piegate + candela	
	Verticale capovolta + ruota	
	<b>Salti ginnici</b>	<b>Penalità</b>
	Salto raccolto + pennello 180°	
	Salto cosacco	
	Salto del gatto 360°	
	Enjambée	
	<b>Giri</b>	<b>Penalità</b>
	Pivot 360° passè	
	½ giro passè + ½ giro sugli avampiedi + pennello	

punteggio di partenza	totale penalità
-----------------------	-----------------

punteggio finale

