




















SOCIETÁ:	Base:	Top:		Durata musica:	Numero di combinazione:		
 CAMPIONATO B: DUO (femminile, maschile e misto)							
POSIZIONI STATICHE							
POSIZIONI DINAMICHE							
ELEMENTI INDIVIDUALI: EQUILIBRIO				<p>Scegliere: 2 posizioni statiche, 2 posizioni dinamiche, 1 posizione a scelta tra statica e dinamica (5 totali) 1 elemento individuale per ogni riga (1 equilibrio, 1 flessibilità, 1 acrobatico) (3 totali) Ogni posizione statica deve essere tenuta per 3 secondi (il cronometro parte quando tutti i ginnasti sono fermi in posizione) ed ogni elemento individuale di equilibrio va tenuto 2 secondi (il cronometro parte quando tutti i ginnasti sono fermi ciascuno nel proprio elemento)</p> <p>I ginnasti della stessa combinazione possono eseguire tra loro diversi elementi della medesima riga (esempio: per quanto riguarda l'equilibrio uno sceglie la candela ed uno il passè) ma devono comunque eseguirli in contemporanea (sempre per l'equilibrio) o uno di seguito all'altro (per flessibilità e acrobatico)</p>			
ELEMENTI INDIVIDUALI: FLESSIBILITÁ							
ELEMENTI INDIVIDUALI: ACROBATICO	