



















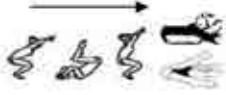

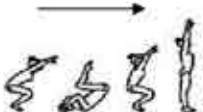
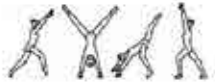


SOCIETÁ:	Base:	Top:		Durata musica:	Numero di combinazione:		
	<b>CAMPIONATO D: DUO (femminile, maschile e misto)</b>						
<b>POSIZIONI STATICHE</b>							
<b>POSIZIONI DINAMICHE</b>		180° 		<b>RUOTA</b> 		180° 	
<b>ELEMENTI INDIVIDUALI: EQUILIBRIO</b>				<p>Scegliere:  <b>2 posizioni statiche, 2 posizioni dinamiche, 1 posizione a scelta tra statica e dinamica (5 totali)</b>            1 elemento individuale per ogni riga (<b>1 equilibrio, 1 flessibilità, 1 acrobatico</b>) (3 totali)</p>			
<b>ELEMENTI INDIVIDUALI: FLESSIBILITÁ</b>				<p>Ogni posizione <b>statica</b> deve essere tenuta per <b>3 secondi</b> (il cronometro parte quando tutti i ginnasti sono fermi in posizione) ed ogni elemento individuale di <b>equilibrio</b> va tenuto <b>2 secondi</b> (il cronometro parte quando tutti i ginnasti sono fermi ciascuno nel proprio elemento)</p>			
<b>ELEMENTI INDIVIDUALI: ACROBatico</b>				<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>			