

OGGETTO: Allenamento Regionale per Atleti/e e Selezione Trio Regionale per la partecipazione all'International TeamGym Cup che si terrà in Austria il prossimo 28 maggio. Riservato ai nati negli anni dal 2000 al 2003.

A seguito della necessità di far crescere tecnicamente il vivaio dei Clubs interessati al TEAMGYM e dare la possibilità ad Atleti/e della categoria Giovani-Junior di intraprendere percorsi tecnici indirizzati alla alta specializzazione, di introdurli negli elenchi degli Atleti/e di interesse Regionale di formare squadre/trii per sviluppare l'esperienza di gara in campo Internazionale, Il Comitato Regionale Lazio indice un allenamento regionale aperto di preparazione e selezione.

In particolare sarà scelto, in questa occasione, un trio (che come da regolamento può essere composto da un minimo di tre ad un massimo di 5 persone) che rappresenterà il Comitato Regionale Lazio alla Competizione dell'International TeamGym Cup che si terrà in Austria il prossimo 28 maggio 2016 (vedi allegati).

Il raduno si svolgerà il 5 Sabato Marzo negli impianti sportivi di Monterotondo (Roma):

- **Arrivo degli atleti dei loro Tecnici entro le ore 14,30**
- **Ore 14.30 inizio allenamento aperto di gruppo**
- **Ore 16.30 valutazione atleti tramite esecuzione individuale a Tumbling e Trampolino regolamentari**
- **Comunicazione atleti selezionati, consigli di lavoro e prossimi appuntamenti per tutti.**

- 1) Si ricorda che la convocazione NON dà diritto all'inserimento nelle squadre Regionali.
- 2) Gli allenamenti collegiali Regionali sono aperti a tutti i Tecnici interessati alla disciplina.

L'Allenamento è aperto a tutti gli Atleti/e tesserati per Clubs/Società Sportive FISAC, FGI ed EE.PP.SS di ogni grado e livello tecnico.

Per la partecipazione agli allenamenti è gradito, ma non indispensabile, l'esecuzione dei seguenti elementi:

Mini Trampolino : Salto giro avanti

Tumbling (o Air Track o Corsia facilitante): Salto giro avanti e salto giro dietro

Suolo : Salto carpio divaricato, squadra divaricata, pivot 360°.

Per la partecipazione alla selezione del Trio che rappresenterà il Comitato Regionale Lazio in Austria il prossimo 28 maggio è necessaria la padronanza nell'esecuzione dei seguenti elementi:

Mini Trampolino: Due diversi doppi salti

Mini Trampolino con Tavola 1.60: Un doppio salto

Tumbling: Tre serie di tre elementi (avanti-dietro-libera) di cui almeno una contenente uno o più avvitamenti avanti o dietro.

Federazione Italiana Sports Acrobatici e Coreografici
Italian Federation of Acrobatic and Choreographic Sports
V.le C.Colombo, 35 – 47042 Cesenatico (FC) –



- Acrosport
- Acro Dance
- Cheerleading
- Fitkid
- Ginnastic a Estetica
- Ropeskipling
- Parkour
- Pole Sport
- Teamgym
- Trampette (Mini tramp)
- Tumbling
- Wheel gym



- Acrosport
- Acro Dance
- Cheerleading
- Fitkid
- Ginnastica Estetica
- Ropeskipping
- Parkour
- Pole Sport
- Teamgym
- Trampette (Mini tramp)
- Tumbling
- Wheel gym

Per partecipare all'allenamento e alle selezioni è necessario iscriversi entro lunedì 29 febbraio all'indirizzo sotto indicato.

L'allenamento/selezione non ha nessun costo ma è obbligatoria la compilazione a firma di un genitore dell'atleta del modulo di iscrizione che sarà inviato via mail agli interessati.

Il Comitato Regionale Lazio ha intanto aperto una campagna di sponsorizzazione per coprire le spese di trasferta per la competizione internazionale in oggetto. Queste, resteranno a carico degli atleti selezionati per la parte non coperta dagli sponsor.

All'allenamento saranno presenti Tecnici e Giudici Nazionali di TeamGym per tutte le informazioni e i consigli riguardanti la disciplina.

Si ricorda di confermare la partecipazione inviando i moduli allegati entro Lunedì 29 febbraio a:

bruno.lupi@fisacgym.it

Il Presidente Regionale
Bruno Lupi