

prot.n. 508/01/09

Firenze, 25 settembre 2009

Alle Società con sezione Ritmica
e p.c.
Alla DTR R Rosi Manola
Al Consigliere di sezione Cupisti Adamasco
Alla FGI

**OGGETTO: Valutazione Regionale per attività CTRR ed Allenamenti Zonali
Prato, 3 ottobre 2009**

In previsione della riapertura del Centro tecnico Regionale sezione Ritmica e della ripresa dell'attività addestrativi su indicazione della DTR R Rosi Manola il Comitato Regionale Toscana della FGI indice una valutazione regionale di ingresso al gruppo D e per gli allenamenti regionali zona mare e zona terra:

Coordinate logistiche:

data: 3 ottobre 2009

sede: prato – Palestra Le Badie

orario: 14,30 – 18,30

ginnaste ammesse: nate nell'anno 2001 (8 anni compiuti) fino all'anno 1995.

programma tecnico:

gruppo D (ore 15,00 – 18,00)

allenamento generale in comune su preparazione fisica e lavoro ai piccoli attrezzi fune e palla

tecniche preposte Luciano De Corso – Calabretta Roberta

Allenamenti zonali:

Zona Mare (ore 14,30 – 16,30) – Zona Terra (16,30 – 18,30)

allenamento generale in comune su preparazione fisica e difficoltà corporee fino a valore E/F – studio di 2 difficoltà per gruppo corporeo

tecniche preposte: Irene Leti, Olga Tishina, Olga Makarova, Antonietta Stankova

Distinti saluti



Paola Bertone
Segretaria



Grazia Ciarlito
Presidente