

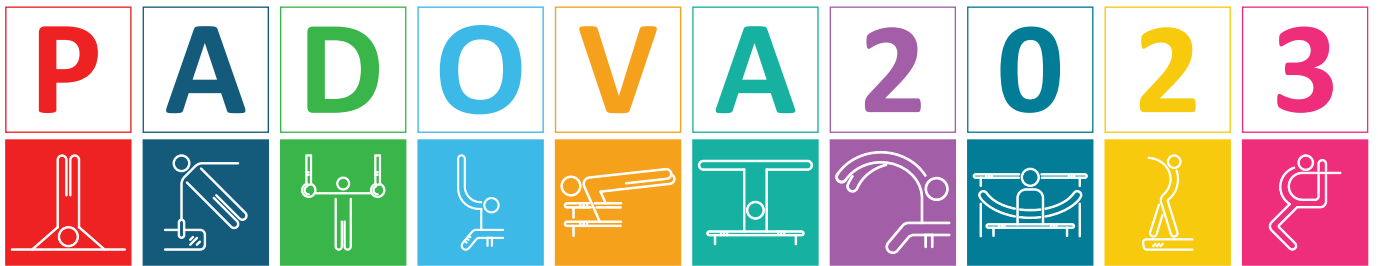


# CORPO LIBERO GT

## WORK PLAN

(agg. 8 AGO)

05/10 settembre  
**PALAINDOOR  
PADOVA**



#GNAPADOVA23

### GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE

## CAMPIONATI NAZIONALI ASSOLUTI GAM-GAF MAG FRIENDLY MATCH ITA VS TUR CRITERIUM GIOVANILE GAF

#### Sponsor Federali



#### Sponsor dell'evento



REGIONE DEL VENETO

Il Corpo Libero Gymnastics Team è lieto di darvi il benvenuto a Padova dal 05 al 10 settembre pp.vv. per i Campionati Nazionali Assoluti di ginnastica artistica maschile e femminile e per le competizioni ad essi correlate ovvero l'incontro internazionale maschile "MAG Friendly Match ITA vs TUR" e il "Criterium Giovanile GAF". Si riportano di seguito alcune informazioni utili.

## **PROGRAMMA ORARIO**

### **MARTEDÌ 5 SETTEMBRE 2023**

#### *GAF – Prova podio ufficiale*

- Ore 15:00 – 15:30 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento
- Ore 15:30 – 17:30 Prova podio (4 rotazioni guidate da 30' seguendo l'ordine di gara)

#### *GAM*

- Ore 17:00 – 17:30 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento
- Ore 17:30 – 20:00 Prove libere in campo gara

### **MERCOLEDÌ 6 SETTEMBRE 2023**

#### *GAF/GAM*

- Ore 09:30 – 12:00 Prove libere sul campo gara per le sezioni GAF e GAM (volteggio per la sez. GAF h 125 cm fino alle ore 11:00 – volteggio per la sez. GAM h 135 cm dalle ore 11:00)

#### **Campionati Nazionali Assoluti GARA 1 GAF**

- Ore 14:45 Riunione di Giuria presso l'impianto di gara
- Ore 13:45 Accesso all'impianto e controllo tessere
- Ore 14:15 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)
- Ore 14:45 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (15' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara)
- Ore 15:45 Cerimonia d'apertura
- Ore 16:00 Inizio Gara
- Ore 18:00 Termine gara

#### *GAM Prova podio ufficiale*

- Ore 17:30 – 18:00 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento
- Ore 18:00 – 20:20 Prova podio (7 rotazioni guidate da 20' seguendo l'ordine di gara)

### **GIOVEDÌ 7 SETTEMBRE**

#### *GAM/GAF*

- Ore 09:30 – 12:00 Prove libere sul campo gara per le sezioni GAF e GAM (volteggio per la sez. GAF h 125 cm fino alle ore 11:00 – volteggio per la sez. GAM h 135 cm dalle ore 11:00)

#### **Campionati Nazionali Assoluti GARA 1 GAM e MAG Friendly Match ITA vs TUR**

- Ore 14:30 Riunione di Giuria presso l'impianto di gara
- Ore 13:35 Accesso all'impianto e controllo tessere
- Ore 14:05 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)
- Ore 14:35 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (10' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara) – 7 Rotazioni
- Ore 15:45 Cerimonia d'apertura
- Ore 16:00 Inizio Gara
- Ore 18:30 Termine gara e premiazione incontro internazionale

### **VENERDÌ 8 SETTEMBRE 2023**

#### *GAM/GAF*

Ore 09:30 – 12:00 Prove libere sul campo gara per le sezioni GAF e GAM (volteggio per la sez. GAF h 125 cm fino alle ore 11:00 – volteggio per la sez. GAM h 135 cm dalle ore 11:00)

#### *GAM*

Ore 14:00 – 16:00 Prove libere sul campo gara per la sezione GAM

### **Campionati Nazionali Assoluti GARA 2 GAF**

Ore 16:15 Accesso all'impianto e controllo tessere  
 Ore 16:45 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)  
 Ore 17:15 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (15' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara)  
 Ore 18:15 Cerimonia d'apertura  
 Ore 18:30 Inizio Gara  
 Ore 20:30 Termine gara e premiazioni concorso generale

### **SABATO 9 SETTEMBRE 2023**

#### **CRITERIUM GAF Categoria Allieve A3**

Ore 07:45 Accesso all'impianto e controllo tessere  
 Ore 08:00 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)  
 Ore 08:30 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (12' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara)  
 Ore 09:30 Inizio Gara  
 Ore 11:00 Termine gara

#### **CRITERIUM GAF Categoria Allieve A4**

Ore 10:15 Accesso all'impianto e controllo tessere  
 Ore 10:30 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)  
 Ore 11:00 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (12' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara)  
 Ore 12:00 Inizio Gara  
 Ore 13:30 Termine gara

ORE 13:35 Premiazioni CRITERIUM categorie A3 e A4

#### *GAM/GAF*

Ore 11:00 – 13:00 Prove libere nella palestra di riscaldamento GAF e GAM

#### *GAF*

Ore 14:00 – 16:00 Prove libere sul campo gara per la sezione GAF

### **Campionati Nazionali Assoluti GARA 2 GAM**

Ore 16:15 Accesso all'impianto e controllo tessere  
 Ore 16:45 Riscaldamento generale nella palestra di riscaldamento (zona ginnastica)  
 Ore 17:15 Riscaldamento guidato agli attrezzi in campo gara (10' per attrezzo iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara)  
 Ore 18:15 Cerimonia d'apertura  
 Ore 18:30 Inizio Gara  
 Ore 20:45 Termine gara e premiazioni concorso generale

**DOMENICA 10 SETTEMBRE 2023**

**GAM/GAF**

Ore 09:30 – 12:00 Prove libere sul campo gara per le sezioni GAF e GAM (volteggio per la sez. GAF h 125 cm fino alle 11:00 – volteggio per la sez. GAM h 135 cm dalle ore 11:00)

**FINALI DI SPECIALITÀ GAM-GAF**

Ore 13:45 Accesso all'impianto e controllo tessere  
Ore 14:00 Riscaldamento libero in campo gara  
Ore 15:15 Cerimonia d'apertura  
Ore 15:30 Inizio Gara prima parte  
Ore 17:00 Premiazioni prima parte  
Ore 17:20 Inizio Gara seconda parte  
Ore 18:50 Premiazioni seconda parte

Eventuali variazioni al programma di gara saranno comunicate tramite l'ordine di lavoro che sarà pubblicato sul sito federale [www.federginnastica.it](http://www.federginnastica.it)

### SEDE DI GARA

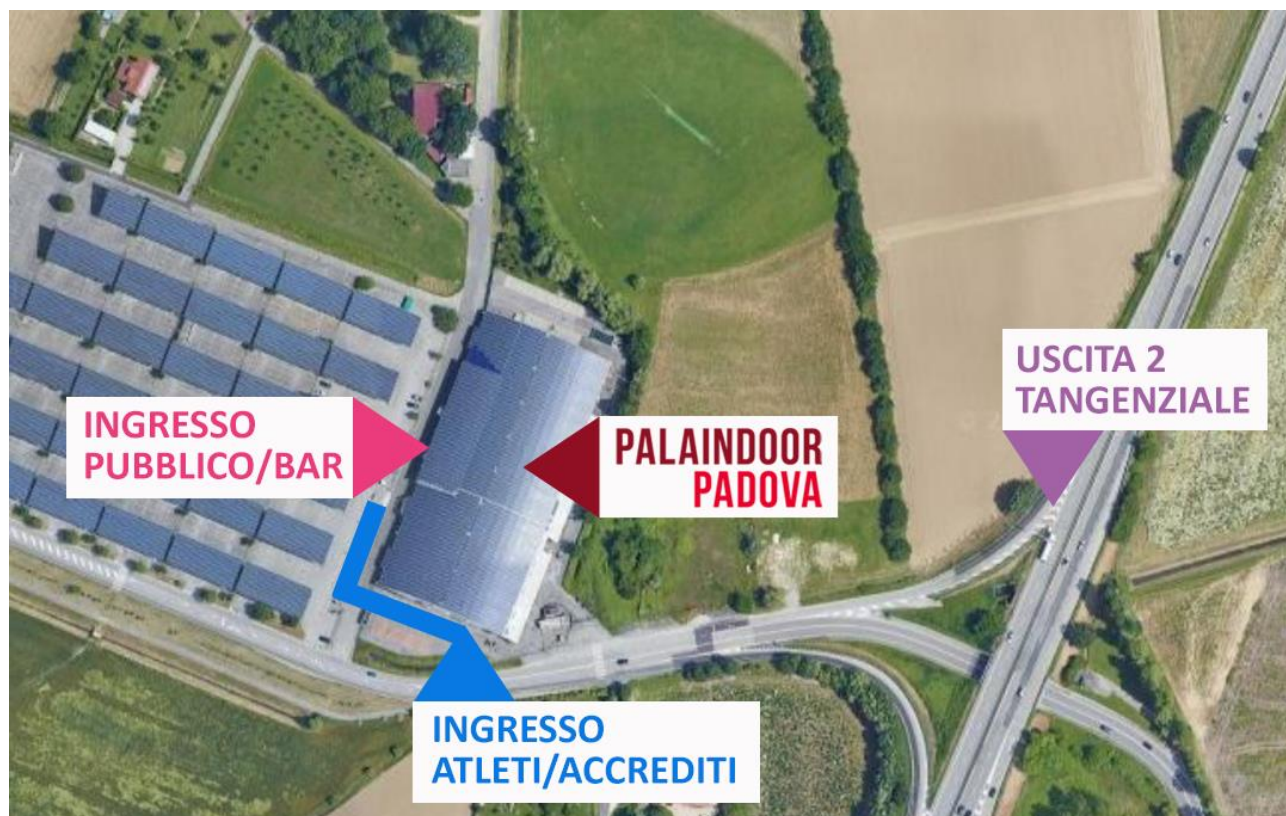
Palaindoor di PADOVA, viale Nereo Rocco, 10 - 35136 Padova  
(uscita n. 2 della tangenziale di Padova – adiacente al parcheggio Sud/Locali dello Stadio Euganeo)

Per raggiungere il Palaindoor in macchina:

- Dal casello autostradale di Padova Ovest, prendere la tangenziale direzione “Padova” e uscire all’uscita 2, troverete il Palaindoor alla vostra destra (3 km)
- Dal casello autostradale di Padova Sud, prendere la tangenziale direzione “Padova Centro” e uscire all’uscita 2, troverete il Palaindoor alla vostra destra (11 km)

Per raggiungere il Palaindoor in treno:

- Stazione di Padova. Dal piazzale della Stazione percorrere a piedi Corso Del Popolo (700 m) per raggiungere la fermata del bus “Giotto Monumento”, prendere l’autobus linea U11 fino alla fermata “Montà 181” (10 fermate), procedere a piedi Via Croce Verde e viale Nereo Rocco (circa 800 m) fino al Palaindoor che troverete alla vostra sinistra.





## ACCESSO AL PUBBLICO

### Campionati Nazionali Assoluti GAM-GAF | MAG Friendly Match ITA vs TUR

Per ogni giornata di gara dei Campionati Nazionali Assoluti GAM-GAF (compreso l'incontro internazionale GAM Italia vs Turchia) l'accesso per il pubblico avverrà previo acquisto di biglietto sul portale ticket one <https://www.ticketone.it/artisti/campionati-italiani-assoluti-di-ginnastica-artistica/> o direttamente sul posto fino ad esaurimento dei posti disponibili (circa 500 posti):

*Mercoledì 6 settembre inizio ore 15:45*

Campionato Nazionale Assoluto GARA 1 GAF € 15,00

*Giovedì 7 settembre inizio ore 15:45*

Campionato Nazionale Assoluto GARA 1 GAM e Incontro Internazionale GAM € 15,00

*Venerdì 8 settembre inizio ore 18:15*

Campionato Nazionale Assoluto GARA 2 GAF con assegnazione titolo € 20,00

*Sabato 9 settembre inizio ore 18:15*

Campionato Nazionale Assoluto GARA 2 GAM con assegnazione titolo € 20,00

*Domenica 10 settembre inizio ore 15:15*

Campionato Nazionale Assoluto GAM e GAF finali di specialità € 25,00

Ingresso gratuito fino agli 8 anni compiuti.

### Criterion Giovanile GAF

L'ingresso alla competizione è gratuito.

## ACCREDITI PER LE DELEGAZIONI SOCIETARIE

### Campionati Nazionali Assoluti GAM-GAF

Ciascuna delegazione societaria dei ginnasti ammessi potrà richiedere l'accredito per:

- I ginnasti/e iscritte alla gara
- Un massimo di due tecnici regolarmente iscritti alla gara
- Un massimo di altri due tesserati (necessità di mostrare agli accrediti la tessera federale)

Le società dovranno richiedere gli accrediti inviando il modulo "Richiesta accrediti CNA" (ALLEGATO 1) debitamente compilato alla mail [assoluti2023@corpolibero.org](mailto:assoluti2023@corpolibero.org) entro e non oltre lunedì 28 agosto p.v. Gli accreditati dovranno ritirare i pass alla postazione accrediti (accessibile dall'ingresso atleti).

Tutte le persone accreditate per i Campionati Nazionali Assoluti (UUddGG compresi), muniti di pass, potranno accedere all'impianto ed assistere a tutte le gare in calendario dall'apposita area riservata (lato destro del campo gara, dietro la zona di attesa degli atleti – N.B. in caso di posti liberi agli accreditati potrà essere consentito l'accesso agli spalti).

### **Criterion Giovanile GAF**

Ciascuna delegazione societaria delle ginnaste ammesse potrà richiedere l'accredito per:

- I ginnasti/e iscritte alla gara
- Un massimo di due tecnici regolarmente iscritti alla gara
- Un massimo di altri due tesserati (necessità di mostrare agli accrediti la tessera federale)

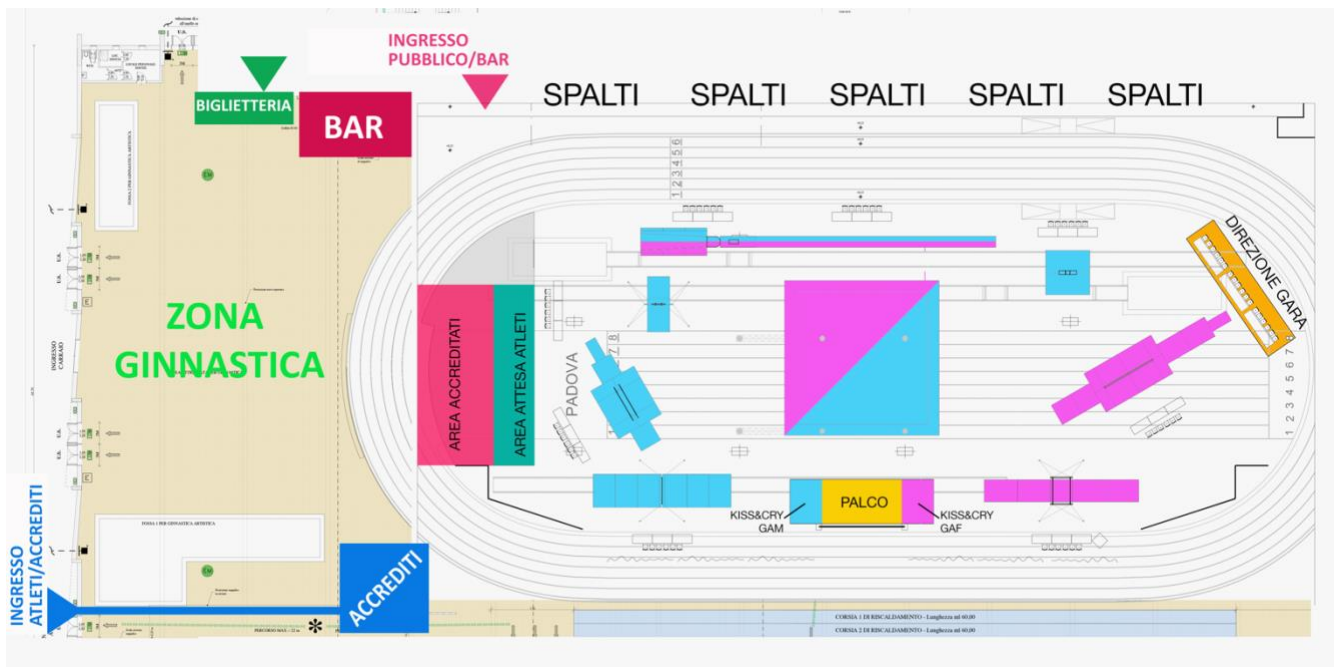
Le società dovranno richiedere gli accrediti inviando il modulo "Richiesta accrediti Criterion" (ALLEGATO 2) debitamente compilato alla mail [assoluti2023@corpolibero.org](mailto:assoluti2023@corpolibero.org) entro e non oltre lunedì 28 agosto p.v. Gli accreditati dovranno ritirare i pass alla postazione accrediti (accessibile dall'ingresso atleti).

Tutte le persone accreditate per il Criterion Giovanile, muniti di pass, potranno accedere all'impianto ed assistere alle sole competizioni in programma nella mattinata di sabato 9 settembre (Criterion Giovanile GAF) dall'apposita area riservata (lato destro del campo gara, dietro la zona di attesa degli atleti – N.B. in caso di posti liberi agli accreditati potrà essere consentito l'accesso agli spalti).

## INDICAZIONI ORGANIZZATIVE

### 1. CAMPO GARA

Il campo gara sarà allestito all'interno della pista di atletica del PalaIndoor con attrezzatura Spieth/Geogym. La palestra di ginnastica artistica sarà utilizzata per i riscaldamenti generali di entrambe le sezioni e sarà sempre a disposizione dei ginnasti (attrezzatura compresa) durante le competizioni.



### 2. PETTORALI

Per i Campionati Nazionali Assoluti la Federazione Ginnastica d'Italia predisporrà i numeri di gara; i relativi pettorali saranno consegnati durante le operazioni di accredito e dovranno essere indossati dai/dalle ginnasti/e durante tutte le competizioni. L'organizzazione fornirà le spille necessarie.

### 3. C1/C2 (qualifiche e finali all-around)

Sia per l'assegnazione del titolo all-around sia per l'ammissione alle finali di specialità saranno prese in considerazione le somme dei punteggi conseguiti nella GARA 1 e nella GARA 2.

**ATTENZIONE!** Al termine delle prove podio ufficiali dovrà essere consegnato alla segreteria di gara il modulo ALLEGATO 3 (Modulo dichiarazione attrezzi eseguiti) debitamente compilato. Si precisa che eventuali variazioni degli attrezzi eseguiti tra la GARA 1 e la GARA 2 dovranno essere comunicate verbalmente alla segreteria di gara.



La GARA 1 della sezione GAM sarà organizzata contemporaneamente con l'incontro internazionale ITA-TUR. La competizione sarà quindi organizzata con 7 gruppi di lavoro e saranno previste 7 rotazioni. La rotazione BYE sarà posizionata dopo la SB e prima del CL nel giro olimpico. La squadra ITA partirà in gara al BYE, la squadra TUR inizierà al CL gli individualisti restanti che prenderanno parte alla gara saranno inseriti nei 5 attrezzi liberi tramite sorteggio.

L'ordine di lavoro per la sezione GAF sarà predisposto dalla Direzione Tecnica Nazionale competente.

Per ogni gara saranno previsti 30' di riscaldamento generale (nella "zona ginnastica") e 1h (1h e 10 m per la GARA 1 GAM) di riscaldamento guidato sul campo gara iniziando dall'attrezzo successivo rispetto a quello di gara che terminerà 15 minuti prima dell'inizio della gara per permettere la cerimonia d'apertura. In gara, ad ogni rotazione, saranno previsti 30" di touch warm-up a ginnasta (50" alle PA, alle PP e ai CINGH per il Criterium GAF – 2 rincorse/ginnasta al VO, 3 per le specialiste GAF e per il Criterium).

#### 4. C3 (finali di specialità)

Saranno ammessi/e ad ogni attrezzo i/le primi 8 ginnasti/e classificati in quell'attrezzo nella gara di qualificazione (somma delle due prove).

Per la sezione GAM, in caso di rinuncia/e verranno ammesse le riserve per un numero massimo di 3.

Per la sezione GAF, in caso di rinuncia/e verrà ammesso un numero di ginnaste necessario per arrivare a 8 finaliste.

Il ritiro di un/a ginnasta dovrà essere formalizzato attraverso la compilazione e la consegna alla segreteria di gara del modulo ALLEGATO 4.

Sarà prevista un'ora e un quarto di riscaldamento libero generale e agli attrezzi sul campo gara. La palestra di riscaldamento sarà accessibile ai finalisti durante tutta la durata della gara. Le finali di specialità saranno svolte in due parti secondo lo schema seguente. Nelle rotazioni in cui sono previste finali GAM e GAF in contemporanea si alterneranno gli esercizi di gara tra le due sezioni.

Ad ogni rotazione la gara sarà divisa in due sottogruppi (composti da 4 ginnaste/i) e verranno svolti 2' di touch warm-up (3' 20 a PA e PP, 2 rincorse/ginnasta a volteggio) e poi gara per il primo sottogruppo; seguono touch warm-up e gara per il secondo sottogruppo.

	GAF				GAM				
	VO	PA	TR	CL	CM	AN	VO	PP	SB
1° Rotaz.					X				
2° Rotaz.	X				X				
3° Rotaz.		X				X			
PREMIAZIONI VO-PA GAF   CL-CM-AN GAM									
4° Rotaz.			X				X		
5° Rotaz.				X				X	
6° Rotaz.									X
PREMIAZIONI TR-CL GAF   VO-PP-SB GAM									



Sezione che inizierà per prima

Durante le finali di specialità i/le ginnasti/e attenderanno il punteggio del loro esercizio nella postazione Kiss&Cry. I/le primi/e tre ginnasti/eisse and cry della classifica provvisoria rimarranno per tutta la durata della rispettiva finale nella postazione Kiss&Cry.

### FISIOTERAPIA

Per gli atleti ammessi ai Campionati Nazionali Assoluti inseriti nel ROG sarà presente presso il Palaindoor il servizio di fisioterapia predisposto dalla Federazione Ginnastica d'Italia in collaborazione con lo Studio Scintu con i seguenti orari:

	06-set	07-set	08-set	09-set	10-set
GAM	14:00 - 16:30	09:30 - 12:00	14:30 - 19:30	09:30 - 12:00	09:00 - 11:30
GAF	17:45 - 20:15	14:30 - 19:30	09:30 - 12:00	14:30 - 19:30	11:30 - 12:30

### SOCIAL

I canali social correlati all'evento sono:



@corpoliberopadova  
@federginnastica\_official



<https://www.facebook.com/corpoliberoigt>  
<https://www.facebook.com/federginnastica>

L'hashtag dell'evento è #CNAPadova2023

### PRODUZIONI TV

Esclusivamente per i Campionati Nazionali Assoluti la GARA 2 GAF di venerdì 8 Settembre, la GARA 2 GAM di sabato 9 Settembre e le finali di specialità GAM-GAF di domenica 10 Settembre saranno trasmesse in diretta sul canale youtube della Federazione Ginnastica d'Italia.



**PER MIGLIORARE IL VOSTRO SOGGIORNO A PADOVA**



I nostri ristoranti preferiti ...

1 – Nane della Giulia  
 Via Santa Sofia, 1 – 049660742  
 €€



2 – Bacaro Padovano  
 Via S. Gregorio Barbarigo, 3 – 0498762777  
 €€



3 – Osteria L'anfora  
 Via Soncin, 13 – 049656629  
 €€



4 – Osteria dal capo  
 Via Obizzi, 2 – 049663105  
 €€€



5 – Sushi Masa  
 Via Raggio di Sole, 45 – 049871 3290  
 €€€



.. per bere un drink



1 – Strasse  
 Via Andrea Gritti, 7  
 €



2 – All'ombra della piazza  
 Via Pietro D'Abano, 16  
 €



3 – La Yarda  
 Via Francesco Squarcione, 4  
 €



4 – Caffè Pedrocchi  
 Via VIII Febbraio, 15  
 €€



**PADOVA 2023**  
GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE #ONAPADOVA23

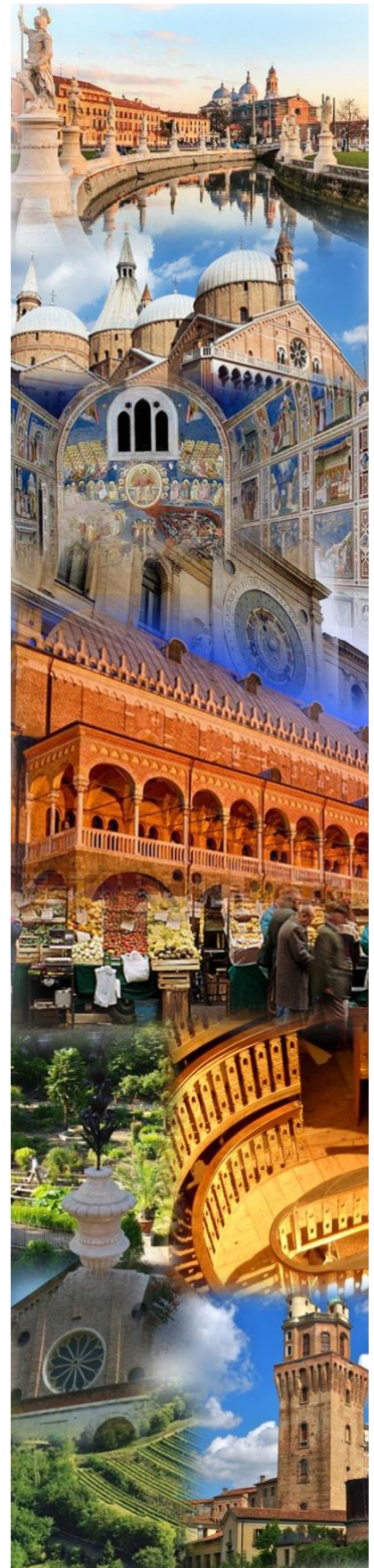
# CAMPIONATI NAZIONALI ASSOLUTI GAM-GAF MAG FRIENDLY MATCH ITA VS TUR CRITERIUM GIOVANILE GAF



05/10 settembre  
**PALAINDOOR  
PADOVA**

... da vedere (top ten + 1)

- 1 - Cappella degli Scrovegni
- 2 – Chiesa degli Eremitani
- 3 - Piazza delle Erbe
- 4 – Palazzo della ragione
- 5 – Piazza dei Signori
- 6 – Anfiteatro anatomico
- 7 – Specola
- 8 – Prato della valle
- 9 – Basilica di S. Antonio
- 10 – Orto botanico
- 11 – Parco naturale dei colli euganei



## STRUTTURE ALBERGHIERE CONVENZIONATE

Nei prezzi degli hotel non è inclusa la tassa di soggiorno

### **HOTEL MIONI ROYAL SUN \*\*\*\***

(Montegrotto Terme, di fronte alla stazione, 14 Km, 15 minuti dal Palaindoor)

P.le Stazione, 10, 35036 Montegrotto Terme PD | tel. 049 891 1711

[www.mioni.it](http://www.mioni.it)

info@mioni.it

Richiedere convenzione con Corpo Libero Gymnastics Team - Palaindoor al momento della prenotazione:

TRATTAMENTO B&B (pernottamento e prima colazione) – prezzi per camera per notte / tariffe valide da venerdì a domenica:

Singola standard	€ 72,00
Singola comfort	€ 79,00
Doppia Standard uso singola	€ 100,00
Doppia Comfort uso singola	€ 110,00
Doppia / matrimoniale Standard	€ 125,00
Doppia / matrimoniale Comfort	€ 135,00

Junior Suite e Royal Suite riduzione 10% dalla tariffa online

TRATTAMENTO B&B (pernottamento e prima colazione) / tariffe valide da domenica a giovedì:

Riduzione € 5,00 per camera a notte (ad eccezione della camera singola – stessa tariffa)

La convenzione non è applicabile durante ponti e festività – valida per prenotazioni individuali / non valida per prenotazioni di gruppo superiori alle n.7 camere (quotazione su richiesta)

I prezzi comprendono i seguenti servizi:

- Ingresso alla Royal Spa (ad esclusione di ponti e festività) aperta dalle ore 10:00 alle ore 23:00
- Utilizzo delle nostre piscine termali (interna ed esterna) dotate di panca idromassaggio e fungo a cascata per massaggio cervicale
- Collegamento Wi-Fi gratuito
- Accappatoio e telo piscina
- Palestra con attrezzatura Technogym
- Ampio Parcheggio interno gratuito non custodito
- Riduzione del 10% su eventuali trattamenti estetici e massaggi da almeno 50 minuti

Pranzo e/o cena € 27,00 per persona a pasto – bevande escluse

Possibilità di pasti presso il Bistrot 2.0 con cucina e snackeria, aperto fino alle ore 22.00 – menù alla carta

Light Lunch € 22,00 per persona – bevande escluse

### **HOTEL MILANO PADOVA \*\*\*\***

(a 3,3 km dal Palaindoor)

Via P. Bronzetti, 62, 35138 Padova PD | tel. 0498712555

[www.hotelmilano-padova.it](http://www.hotelmilano-padova.it)

Richiedere convenzione con Corpo Libero Gymnastics Team - Palaindoor al momento della prenotazione:

TRATTAMENTO B&B (pernottamento e prima colazione)

Singola	€ 80,00
Doppia uso singola	€ 90,00
Doppia	€ 105,00
Tripla	€ 120,00
Quadrupla	€ 140,00



I prezzi si intendono per camera, per notte, comprensivi della colazione a buffet, tasse e servizio inclusi.  
Le tariffe non sono applicate nei periodi fieristici.

Servizi a disposizione dei clienti:

- Parcheggio privato scoperto gratuito (fino esaurimento posti disponibili) Garage coperto supplemento di € 5,00
- Wi-fi gratuito nelle camere e negli spazi comuni
- Sala Fitness con attrezzatura Technogym di ultima generazione

### **HOTEL VALBRENTA \*\*\***

(a 7,9 km dal Palaindoor)

Piazza Diaz 30, 35010 Limena (PD) | tel 049767303

info@hotelvalbrenta.com

<http://www.hotelvalbrenta.com/>

Richiedere convenzione con Corpo Libero Gymnastics Team - Palaindoor al momento della prenotazione:

TRATTAMENTO B&B (pernottamento e prima colazione)

Singola	€ 60,00
Matrimoniale uso singola	€ 65,00
Doppia	€ 75,00
Tripla	€ 100,00
Quadrupla	€ 120,00

### **HOTEL AL CASON \*\*\***

(5,1 Km dal Palaindoor, nei pressi della stazione di Padova)

Via Fra' Paolo Sarpi, 40, 35138 Padova PD

Tel. 049 662636

info@hotelalcason.com

[www.hotelalcason.com](http://www.hotelalcason.com)

Richiedere convenzione con Corpo Libero Gymnastics Team - Palaindoor al momento della prenotazione:

10% di sconto sulle tariffe del giorno.