



1 PROVA REGIONALE

1-2-3 Livello

Ginnastica Ritmica

25/26 Marzo 2023

Misano Gera D'Adda



DATA E LUOGO DELL'EVENTO

La prima prova regionale per Silver e Golden Cup si svolgerà presso il Palazzetto dello sport, via Aldo Moro – Misano Gera D'Adda (BG).

REGOLAMENTO

La manifestazione si svolgerà a porte aperte.

Possono partecipare tutte le ginnaste che sono in regola con il tesseramento CSEN (per l'anno sportivo in corso 2022/23) e con il CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO AGONISTICO. **(Dagli 8 anni compiuti)**

Ogni società dovrà fare riferimento al regolamento gara di Ginnastica Ritmica CSEN 2023.

Le ginnaste potranno portare in gara esercizi individuali, di successione, di coppia, squadra e di rappresentativa di squadra. (MAX 3 ESERCIZI X ATLETA)

ISCRIZIONE

Sarà necessario per ogni società preparare i seguenti documenti:

- modulo d'iscrizione in formato EXCEL (inserendo **TUTTI** i dati richiesti)
- un file con le tessere Csen delle atlete iscritte (sempre nominati con il nome della ginnasta)
- Contabile del bonifico effettuato per la manifestazione
- Documento firmato dal presidente dalla società che dichiara la regolarità dei certificati medici

Il tutto andrà inviato ad entrambe queste mail:

ritmicalombardia.csen@gmail.com

csenmonzabrianza@gmail.com

Nell'iscrizione andrà inserito nell'apposito spazio il totale da bonificare.

IL TERMINE DELL'ISCRIZIONE E' FISSATO PER IL 06.3.2023

Le iscrizioni pervenute dopo tale data saranno soggette a mora di 5 euro a ginnasta ed accettate solo entro mercoledì 8 marzo 2023.

N.B: Dopo la data di scadenza TUTTE le modifiche apportate alla propria iscrizione, comporteranno una penale di 6 euro a ginnasta/attrezzo.

QUOTE:

- **12 euro**, per le ginnaste che eseguiranno un solo esercizio
- **15 euro**, per le ginnaste che eseguiranno due/tre esercizi

Il pagamento avverrà tramite BONIFICO:

INTESTATO A: COMITATO PROVINCIALE CSEN MONZA BRIANZA

IBAN: **IT41S0200801652000101404767**

Causale: **Iscrizione 1 prova regionale Csen Livelli 1-2-3 – Ritmica Csen**

MUSICHE:

Le tracce delle musiche andranno inviate **entro e NON oltre** lunedì 20 marzo al seguente indirizzo:

musichecsen@gmail.com

Ogni traccia dovrà essere così nominata:

N. DI ORDINE DI LAVORO - COGNOME E NOME

ES:

25 ROSSI MARIA

127 SPORT ZETA SQUADRA A (stessa modalità x coppie e successioni o rappresentativa

(esattamente così, niente trattini o altra punteggiatura per favore)

Portate comunque SEMPRE con voi una chiavetta con le vostre musiche per ogni evenienza.

Ringrazio anticipatamente tutti per la vostra collaborazione.

Un caro saluto

Paola Gobbi

Responsabile Ritmica Csen Lombardia