

## SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

### ❖ CORPO LIBERO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

**EASY**

2

3

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE  
5 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | <b>GRUPPO STRUTTURALE</b> | <b>ELEMENTO</b>  | <b>VALORE 0,50</b> |
|---------------------------------------|---------------------------|--|--------------------|
| 1                                     | ROTOLOAMENTO AVANTI       | Capovolta avanti (risalita ANCHE con aiuto delle mani)   |                    |
| 2                                     | ROTOLOAMENTO INDIETRO     | Capovolta indietro sulla spalla ed arrivo in ginocchio   |                    |
| 3                                     | VERTICALI                 | Verticale con cambio gamba, arti inferiori a 90°<br>Da accosciata, spinta a 2 piedi per elevare il bacino verso la verticale |                    |
| 4                                     | SCIOLTEZZA GAMBE          | Busto a terra con gambe divaricate o unite<br>Staccata sagittale   |                    |
| 5                                     | SCIOLTEZZA SCHIENA        | Cestino a gambe divaricate<br>Ponte a gambe divaricate tese  |                    |
| 6                                     | SALTI ARTISTICI           | Salto del gatto<br>Pennello<br>Pennello Raccolto   |                    |
| 7                                     | ACROBATICA                | Ruota  |                    |
| 8                                     | ACROBATICA STATICA        | Candela tenuta 2" ANCHE con aiuto delle mani   |                    |
| 9                                     | EQUILIBRIO STATICO        | Equilibrio in passè in pianta tenuto 2"<br>Equilibrio sul bacino gambe a raccolta e braccia libere                           |                    |
| 10                                    | SERIE MISTA               | Salto del gatto + Ruota (anche con passo in mezzo)<br>Candela di passaggio + rotolamento laterale apro-chiudo                |                    |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                           |  |                    |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                           |  |                    |

| ESECUZIONE     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO FINALE |
|----------------|--------------------|------------------|
|                | (valore esercizio) |                  |
| ( 10 - _____ ) | + _____ =          | _____            |

## SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

### ❖ TRAVE

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

**EASY**

2       3

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE  
5 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | GRUPPO STRUTTURALE            | ELEMENTO  | VALORE 0,50 |
|---------------------------------------|-------------------------------|---|-------------|
| 1                                     | ENTRATA                       | Entrare in accosciata sia con partenza frontale che laterale, a piedi alternati<br>-----<br>Entrare a " leprotto" sia frontale che laterale alla trave                          |             |
| 2                                     | PASSI AVANTI/<br>LATERALI     | 4 passi in relevé avanti<br>-----<br>2 passi laterali in pianta (apro + chiudo)   |             |
| 3                                     | PASSI INDIETRO                | 4 passi indietro in pianta  |             |
| 4                                     | CONTATTO CON LA TRAVE         | Seduta sulla trave a gambe flesse dietro, aggancio i piedi dietro<br>-----<br>Seduta sulla trave a gambe divaricate flesse dietro, agganciare con il collo del piede alla trave |             |
| 5                                     | SALTI ARTISTICI               | Pennello<br>-----<br>Gatto con le ginocchia a 45°   |             |
| 6                                     | GIRI                          | 1/2 giro su due piedi in massima accosciata<br>-----<br>1/2 giro su due piedi dalla stazione eretta   |             |
| 7                                     | ACROBATICA STATICA /VERTICALI | Da supine elevare le gambe flesse o tese con il dorso a contatto con la trave   |             |
| 8                                     | EQUILIBRIO STATICO            | Tenuta 2" in pianta gamba libera in passé<br>-----<br>Tenuta 2" in pianta gamba libera tesa a 45°   |             |
| 9                                     | EQUILIBRIO DINAMICO           | Dalla massima accosciata portarsi in stazione eretta in relevé  |             |
| 10                                    | USCITA                        | Pennello (salto in estensione da fermo o con assemblè)<br>-----<br>Salto a X (da fermo o con assemblè)  |             |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                               |   |             |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                               |   |             |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO FINALE |
|--------------------------------|--------------------|------------------|
|                                | (valore esercizio) |                  |
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ |                    |                  |

# SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

## ❖ MINITRAMPOLINO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

**EASY**

2     3

|                                | SALTO 1 | ELEMENTO  | VALORE 2,50 |
|--------------------------------|---------|---|-------------|
|                                | 1       | Salto pennello  |             |
|                                | 2       | Salto gambe a X   |             |
|                                | 3       | Salto pennello raccolto   |             |
|                                | 4       | Capovolta (non necessariamente saltata) con arrivo seduto o in piedi con aiuto delle mani |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |   |             |

| ESECUZIONE     | DIFFICOLTA'        |         | PUNTEGGIO SALTO 1 |
|----------------|--------------------|---------|-------------------|
|                | (valore esercizio) |         |                   |
| ( 10 - _____ ) | +                  | _____ = | _____             |

|                                | SALTO 2 | ELEMENTO  | VALORE 2,50 |
|--------------------------------|---------|---|-------------|
|                                | 1       | Salto pennello  |             |
|                                | 2       | Salto gambe a X   |             |
|                                | 3       | Salto pennello raccolto   |             |
|                                | 4       | Capovolta (non necessariamente saltata) con arrivo seduto o in piedi con aiuto delle mani |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |   |             |

| ESECUZIONE     | DIFFICOLTA'        |         | PUNTEGGIO SALTO 2 |
|----------------|--------------------|---------|-------------------|
|                | (valore esercizio) |         |                   |
| ( 10 - _____ ) | +                  | _____ = | _____             |

### PUNTEGGIO FINALE

*Punteggio più alto tra i due salti effettuati*

|  |
|--|
|  |
|--|

## SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

### ❖ CORPO LIBERO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

### MEDIUM 3

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE  
6 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | <b>GRUPPO<br/>STRUTTURALE</b> | <b>ELEMENTO</b>   | <b>VALORE 0,50</b> |
|---------------------------------------|-------------------------------|---|--------------------|
| 1                                     | ROTOLAMENTO<br>AVANTI         | Capovolta avanti con risalita SENZA aiuto delle mani  |                    |
| 2                                     | ROTOLAMENTO<br>INDIETRO       | Capovolta indietro arrivo in accosciata   |                    |
| 3                                     | VERTICALI                     | Verticale segnata di passaggio<br>-----<br>Verticale cambio gamba in verticale  |                    |
| 4                                     | SCIOLTEZZA GAMBE              | Busto a terra con gambe divaricate o unite<br>-----<br>Staccata sagittale   |                    |
| 5                                     | SCIOLTEZZA SCHIENA            | Cestino a gambe unite<br>-----<br>Ponte a gambe unite tese  |                    |
| 6                                     | SALTI ARTISTICI               | Sforbiciata<br>-----<br>Enjambeé sul posto divaricata 90°<br>-----<br>Pennello 180°   |                    |
| 7                                     | ACROBATICA                    | Ruota<br>-----<br>Ruota con 1 mano  |                    |
| 8                                     | ACROBATICA STATICA            | Candela tenuta 2 " SENZA l'aiuto delle mani   |                    |
| 9                                     | EQUILIBRIO STATICO            | Equilibrio in pianta gamba libera tesa avanti tra i 45° e i<br>90°<br>-----<br>Equilibrio 2" in relevé gamba libera in passé        |                    |
| 10                                    | SERIE MISTA                   | Capovolta avanti + pennello<br>-----<br>Ruota, chiusura dell'arto avanti su quello dietro e<br>capovolta indietro con arrivo libero |                    |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                               |   |                    |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                               |   |                    |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'<br><small>(valore esercizio)</small> | PUNTEGGIO<br>FINALE |
|--------------------------------|--|---------------------|
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ |  |                     |

## SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

### ❖ TRAVE

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

### MEDIUM 3

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE  
6 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | GRUPPO STRUTTURALE                | ELEMENTO   | VALORE 0,50 |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--|-------------|
| 1                                     | ENTRATA                           | Passo in entrata+ passé segnato<br>-----<br>Posa delle mani , squadra divaricata segnata   |             |
| 2                                     | PASSI AVANTI/<br>LATERALI         | 2 passi in relevé avanti + 2 passi in massima accosciata in relevé<br>-----<br>2 passi laterali in relevè (apro + chiuso)  |             |
| 3                                     | PASSI INDIETRO                    | 4 passi in relevé indietro   |             |
| 4                                     | CONTATTO CON LA TRAVE             | Raggiungere la posizione prona in modo libero sulla trave<br>-----<br>Da supina sollevare il bacino con le gambe flesse (mezza candela)  |             |
| 5                                     | SALTI ARTISTICI                   | Pennello raccolto<br>-----<br>Gatto con le ginocchia maggiori di 45°<br>-----<br>Enjambè spinto a due piedi, divaricata a 90°  |             |
| 6                                     | GIRI                              | 1/2 giro in passé<br>-----<br>1/2 giro su due piedi in stazione eretta + 1/2 giro su due piedi in stazione eretta (avvito e svito)   |             |
| 7                                     | ACROBATICA STATICA /<br>VERTICALI | Da posizione di massima accosciata, spinta due piedi e portare il bacino verso la verticale (leprotto)<br>-----<br>Da posa delle mani sulla trave, effettuare uno scambio degli arti inferiori (orso cambio gamba) |             |
| 8                                     | EQUILIBRIO STATICO                | Tenuta 2" in pianta gamba libera in passé + chiusura a due piedi in relevé<br>-----<br>Tenuta 2" in pianta gamba libera tesa maggiore di 45°   |             |
| 9                                     | EQUILIBRIO DINAMICO               | Passo avanti slancio gamba libera, chiusura avanti e passé con la gamba che ha effettuato il passo<br>-----<br>Dalla massima accosciata portarsi in stazione eretta in relevè e tornare in massima accosciata      |             |
| 10                                    | USCITA                            | Pennello raccolto (da fermo o con assemblè)<br>-----<br>Ruota  |             |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                                   |  |             |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                                   |  |             |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO FINALE |
|--------------------------------|--------------------|------------------|
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ | (valore esercizio) |                  |

# SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

## ❖ MINITRAMPOLINO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

### MEDIUM 3

|                                | SALTO 1 | ELEMENTO   | VALORE 3,00 |
|--------------------------------|---------|--|-------------|
|                                | 1       | Salto pennello raccolto  |             |
|                                | 2       | Salto gambe divaricato   |             |
|                                | 3       | Salto pennello 180° (mezzo giro)   |             |
|                                | 4       | Capovolta arrivo in piedi senza aiuto delle mani (non è richiesta saltata) |             |
|                                | 5       | Capovolta saltata e arrivo supina  |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |  |             |

| ESECUZIONE     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO SALTO 1 |
|----------------|--------------------|-------------------|
|                | (valore esercizio) |                   |
| ( 10 - _____ ) | +                  | _____ = _____     |

|                                | SALTO 2 | ELEMENTO   | VALORE 3,00 |
|--------------------------------|---------|--|-------------|
|                                | 1       | Salto pennello raccolto  |             |
|                                | 2       | Salto gambe divaricato   |             |
|                                | 3       | Salto pennello 180° (mezzo giro)   |             |
|                                | 4       | Capovolta arrivo in piedi senza aiuto delle mani (non è richiesta saltata) |             |
|                                | 5       | Capovolta saltata e arrivo supina  |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |  |             |

| ESECUZIONE     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO SALTO 2 |
|----------------|--------------------|-------------------|
|                | (valore esercizio) |                   |
| ( 10 - _____ ) | +                  | _____ = _____     |

### PUNTEGGIO FINALE

*Punteggio più alto tra i due salti effettuati*

|  |
|--|
|  |
|--|

## SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

### ❖ CORPO LIBERO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

### STRONG 4

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE  
7 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | GRUPPO STRUTTURALE      | ELEMENTO   | VALORE 0,50 |
|---------------------------------------|-------------------------|--|-------------|
| 1                                     | ROTOLAMENTO AVANTI      | Capovolta avanti discesa a gambe tese  |             |
| 2                                     | ROTOLAMENTO INDIETRO    | Capovolta indietro arrivo a gambe tese unite o divaricate  |             |
| 3                                     | VERTICALI               | Verticale + capovolta avanti<br>-----<br>Capovolta avanti + verticale piego stendo discesa libera  |             |
| 4                                     | SCIOLTEZZA GAMBE        | Staccata frontale<br>-----<br>Staccata sagittale   |             |
| 5                                     | ROVESCIAIMENTI AVANTI   | Verticale ponte e mi rialzo<br>-----<br>Rovesciata avanti  |             |
| 6                                     | ROVESCIAIMENTI INDIETRO | Ponte (anche dal basso) e rovesciamento indietro<br>-----<br>Rovesciata indietro   |             |
| 7                                     | SALTI ARTISTICI         | Cosacco spinto a 1 o 2 piedi altezza gamba tesa minimo 45°<br>-----<br>Enjambè dai passi (divaricata sagittale minimo a 135°)<br>-----<br>Pennello 360° (avvitamento)<br>-----<br>Pennello raccolto 180° (raccolto mezzo giro) |             |
| 8                                     | ACROBATICA              | Capovolta avanti saltata<br>-----<br>Presalto ruota<br>-----<br>Rondata<br>-----<br>Flick<br>-----<br>Ruota senza mani   |             |
| 9                                     | EQUILIBRIO STATICO      | Squadra divaricata o unita tenuta 2"<br>-----<br>In pianta impugnare una gamba laterale o frontale a 1 o 2 mani sopra i 90°, tenuta 2"<br>-----<br>Orizzontale prona 2"  |             |
| 10                                    | SERIE MISTA             | Capovolta avanti + pennello 180°<br>-----<br>Capovolta avanti risalita a una gamba e ruota<br>-----<br>Rondata+flick   |             |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                         |  |             |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                         |  |             |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO FINALE |
|--------------------------------|--------------------|------------------|
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ | (valore esercizio) |                  |

# SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

## ❖ TRAVE

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

## STRONG 4

*Evidenziare l'elemento che la ginnasta esegue, scrivere il valore dell'elemento nelle cella VALORE*

*7 elementi su 10 gruppi, massimo uno per gruppo strutturale*

|                                       | GRUPPO STRUTTURALE             | ELEMENTO  | VALORE 0,50 |
|---------------------------------------|--------------------------------|---|-------------|
| 1                                     | ENTRATA                        | Pennello da fermo o con rincorsa e pedana<br>-----<br>Posa delle mani , squadra divaricata 2"   |             |
| 2                                     | PASSI AVANTI/<br>LATERALI      | 4 passi avanti in relevé + 4 passi in massima accosciata in relevé<br>-----<br>Chassè (minimo 1)  |             |
| 3                                     | ROTOLAMENTI                    | Capovolta avanti anche fermata in posizione supina  |             |
| 4                                     | CONTATTO CON LA TRAVE          | Capovolta indietro con la testa svincolata lateralmente e arrivo in ginocchio<br>-----<br>Candela   |             |
| 5                                     | SALTI ARTISTICI                | Pennello + pennello<br>-----<br>Enjambè dai passi divaricata a 90°<br>-----<br>Cosacco gamba tesa a 45°   |             |
| 6                                     | GIRI                           | 1/2 giro in passè<br>-----<br>1/2 giro su due piedi in stazione eretta + passo + 1/2 giro su due piedi in stazione eretta   |             |
| 7                                     | ACROBATICA STATICA / VERTICALI | Verticale cambio gamba con bacino in verticale (entrambe le gambe raggiungono i 90°)<br>-----<br>Da posizione di massima accosciata, spinta due piedi, portare il bacino alla verticale (bacino entro i 10° alla verticale) |             |
| 8                                     | EQUILIBRIO STATICO             | Orizzontale prona 2"<br>-----<br>In pianta impugnare la gamba tesa laterale sopra i 45° 2"  |             |
| 9                                     | EQUILIBRIO DINAMICO            | Con gamba libera passè in pianta, developpè, passo, passè ,developpè chiusura in relevé<br>-----<br>Slancio avanti minimo 90° chiusura il relevé<br>-----<br>Dal passè, arabesque   |             |
| 10                                    | USCITA                         | Carpio divaricato 90°<br>-----<br>Pennello raccolto 180° (mezzo giro)<br>-----<br>Ruota<br>-----<br>Ronda   |             |
| <b>TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D</b> |                                |   |             |
| <b>PENALITA' GRUPPO STRUTTURALE</b>   |                                |   |             |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO FINALE |
|--------------------------------|--------------------|------------------|
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ | (valore esercizio) |                  |

# SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

## ❖ MINITRAMPOLINO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

## STRONG 4

|                                | SALTO 1 | ELEMENTO  | VALORE 1,75 |
|--------------------------------|---------|---|-------------|
|                                | 1       | Pennello Carpiato maggiore 135°                   |             |
|                                | 2       | Pennello Cosacco                                  |             |
|                                | 3       | Pennello 360° (Avvitamento)                       |             |
|                                | 4       | Verticale caduta piatta (non richiesta la spinta) |             |
|                                | 5       | Tuffo   |             |
|                                | 6       | Flic avanti                                       |             |
|                                | 7       | Salto avanti                                      |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |   |             |

| ESECUZIONE    | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO SALTO 1 |
|---------------|--------------------|-------------------|
|               | (valore esercizio) |                   |
| ( 5 - _____ ) | +                  | _____ = _____     |

|                                | SALTO 2 | ELEMENTO  | VALORE 1,75 |
|--------------------------------|---------|---|-------------|
|                                | 1       | Pennello Carpiato maggiore 135°                   |             |
|                                | 2       | Pennello Cosacco                                  |             |
|                                | 3       | Pennello 360° (Avvitamento)                       |             |
|                                | 4       | Verticale caduta piatta (non richiesta la spinta) |             |
|                                | 5       | Tuffo   |             |
|                                | 6       | Flic avanti                                       |             |
|                                | 7       | Salto avanti                                      |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |   |             |

| ESECUZIONE    | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO SALTO 2 |
|---------------|--------------------|-------------------|
|               | (valore esercizio) |                   |
| ( 5 - _____ ) | +                  | _____ = _____     |

| PUNTEGGIO FINALE                      |  |   |
|---------------------------------------|--|---|
| <i>Somma dei due salti effettuati</i> |  |   |
| PUNTEGGIO SALTO 1                     |  |  |
| PUNTEGGIO SALTO 2                     |  |   |
|                                       |  |  |

# SCHEDA DICHIARAZIONE - GAF

## ❖ VOLTEGGIO

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_ CATEGORIA \_\_\_\_\_

SOCIETA' \_\_\_\_\_

## STRONG 4

|                                | SALTO 1 | ELEMENTO                                   | VALORE 3,,50 |
|--------------------------------|---------|--|--------------|
|                                | 1       | Salto pennello                             |              |
|                                | 2       | Capovolta Saltata                          |              |
|                                | 3       | Verticale Caduta piatta anche senza spinta |              |
|                                | 4       | Rondata                                    |              |
|                                | 5       | Flic avanti                                |              |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |  |              |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO |
|--------------------------------|--------------------|-----------|
|                                | (valore esercizio) | SALTO 1   |
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ |                    |           |

|                                | SALTO 2 | ELEMENTO                                   | VALORE 3,50 |
|--------------------------------|---------|--|-------------|
|                                | 1       | Salto pennello                             |             |
|                                | 2       | Capovolta Saltata                          |             |
|                                | 3       | Verticale Caduta piatta anche senza spinta |             |
|                                | 4       | Rondata                                    |             |
|                                | 5       | Flic avanti                                |             |
| TOTALE VALORE ESERCIZIO Nota D |         |  |             |

| ESECUZIONE                     | DIFFICOLTA'        | PUNTEGGIO |
|--------------------------------|--------------------|-----------|
|                                | (valore esercizio) | SALTO 2   |
| ( 10 - _____ ) + _____ = _____ |                    |           |

### PUNTEGGIO FINALE

*Punteggio più alto tra i due salti effettuati*

|  |
|--|
|  |
|--|