



**FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA**  
**COMITATO REGIONALE LOMBARDIA**  
*FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI*

Prot.n. 31/2024 RG/tm  
Milano, 02 Maggio 2024

A TUTTE LE ASSOCIAZIONI DI GINNASTICA  
DELLA LOMBARDIA CON **SEZ. GR**

LORO INDIRIZZI

OGGETTO: attività addestrativa mese di **MAGGIO 2024 sez. GR**

Il Comitato Regionale Lombardia, su proposta della D.T.R. GR, indice il seguente allenamento:

**VENERDI' 3 MAGGIO 2024**  
**presso la palestra della Soc. Mil.se FORZA E CORAGGIO – Via Gallura 8 a MILANO**  
**dalle ore 9.30 alle ore 13.30**

***GINNASTE NATE NEL 2012, 2011, 2010 e 2009 indirizzate alla attività di alto livello***

**GINNASTE INVITATE:**

➤ MOSCATO ANASTASIA	ASD VIRTUS
➤ DI GIORGIO VICTORIA	ASD MODERNA LEGNANO
➤ BRAMBILLA LUCIA	POL. VARESE
➤ SANTAMBROGIO MARTINA	ASD ETHEREA
➤ PARIANI GIULIA	ASD VIRTUS
➤ DESSI' DOROTEA	POL. VARESE
➤ PUZONE BEATRICE	ASD SAN GIORGIO'79

**Programma dell'allenamento:**

**09.30/11.30 riscaldamento guidato**

**11.30/12.30 elementi attrezzo**

**12.30/13.30 SOLO PER GINNASTE 2009-2010 e GINNASTE INVITATE esercizio in musica e body**

**Ogni ginnasta dovrà essere accompagnata da un tecnico della propria Società.**

**TECNICHE PREPOSTE AL CONTROLLO**

- LAURA LAZZARONI
- SARA COLOMBO
- DANIELA VERGANI
- IRINA ROUDAIA

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO  
f.to Rosario Gandolfo