

**M.S.P. SICILIA**  
SEZIONE GINNASTICA RITMICA  
Programma Tecnico

**ALLEGATO N1**

Alle souplesse del Codice dei Punteggi FGI, soltanto per la SERIE C si aggiungono le seguenti:

<b>1</b>	Staccata Sagittale 
<b>2</b>	Rialzata dal ponte 
<b>3</b>	Rotazione dal suolo con arrivo in ginocchio flessione dietro 
<b>4</b>	Penchè senza mani 
<b>5</b>	Rotazione da in piedi e arrivo in ginocchio flessione dietro 
<b>6</b>	Grand Ecart con aiuto promenade 180° 
<b>7</b>	Tilt con aiuto 
<b>8</b>	Couchè (dorsale) 