



APPENDICE IV

SIMBOLOGIA

Edizione Dicembre 2008

SIMBOLOGIA - IL SISTEMA DI SIMBOLOGIA DELLA FIG

Introduzione

I seguenti simboli sono stati creati in accordo con le direttive del Comitato Esecutivo per stabilire una uniformità tra le discipline della FIG. Ovunque possibile sono stati utilizzati i Simboli della Ginnastica Artistica Femminile. I principi del Sistema di Simbologia sono simili a questa disciplina della ginnastica e permettono di registrare anche gli elementi della Ginnastica Aerobica.

E' con questa idea che la Commissione Aerobica ha designato questo come il primo Sistema Ufficiale di Simbologia per la Ginnastica Aerobica. Questo sistema viene creato e usato da nove anni a questa parte in tutte le gare Nazionali e Internazionali di Ginnastica Aerobica. Come annunciato e scritto al Simposio Tecnico di Venezia del Marzo 1998, il sistema era già stato usato nei corsi Internazionali di Giuria a partire dal Corso Internazionale dei Giudici nel Gennaio 2001. La conoscenza di questi simboli farà parte dell'esame per ottenere il brevetto di giudice di Ginnastica Aerobica FIG per il nuovo ciclo 2009-2012.

Mano a mano che lo sport continuerà a svilupparsi e che verranno aggiunti nuovi elementi, le convenzioni presenti in questo sistema permetteranno di mantenere coerenza nella registrazione di una routine.

La Commissione Tecnica FIG di Ginnastica Aerobica ha come obiettivo quello di far sì che la Ginnastica Aerobica abbia il giusto posto tra le altre discipline e progredisca nelle prestazioni come e' avvenuto negli ultimi cento anni nella Ginnastica.

DGNA
Luisa Righetti

PRINCIPI DEL SISTEMA DI SIMBOLOGIA

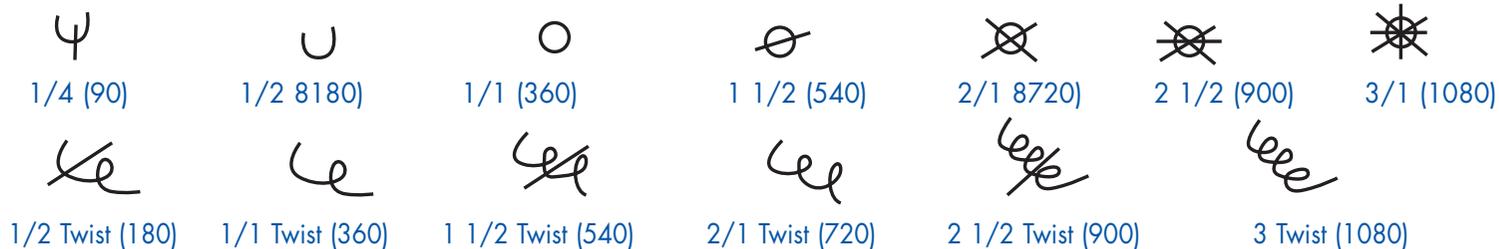
1. Posizione del Corpo



2. Corpo in Relazione all'Ambiente

- in volo = airborne 
- in tenuta = support 
- arrivo in tenuta = da una fase aerea al suolo 
- Salto con stacco a due piedi / piede insieme 

3. In relazione allo spostamento al suolo (rotazione)



4. Simboli convenzionali



Sagittal Split



Frontal split



Scale



Lever



Push up



Cossack



Illusion



Sagittal balacne



Capoeira



Wenson



Gainer 1/2 twist (180)



Gainer 1 1/2 twist (180)

5. Esempi



Split leap



Split jump



Free fall



Straddle jump



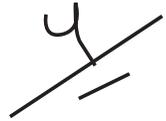
Scissor kick



Pike jump



Switch leap



Scissor leap 1/2 turn



Straddle leap



1/2 twist to push up



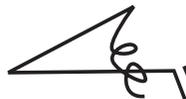
1/2 twist to split



1/1 twist to push up



Gainer 1/2 twist to push up



Gainer 1 1/2 twist to push up

6. Per qualificare l'azione del Corpo si usano i seguenti simboli:

Switch =



Straddle =



Quando si usa 1 braccio o 1 gamba ("1" posto a sinistra del simbolo sta ad indicare la gamba oppure lo stacco, "1" posto a destra del simbolo indica il braccio o l'arrivo =



Equilibrio =



Libero (free), ovvero non in tenuta =



Hinge =



Lateral =

