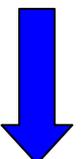
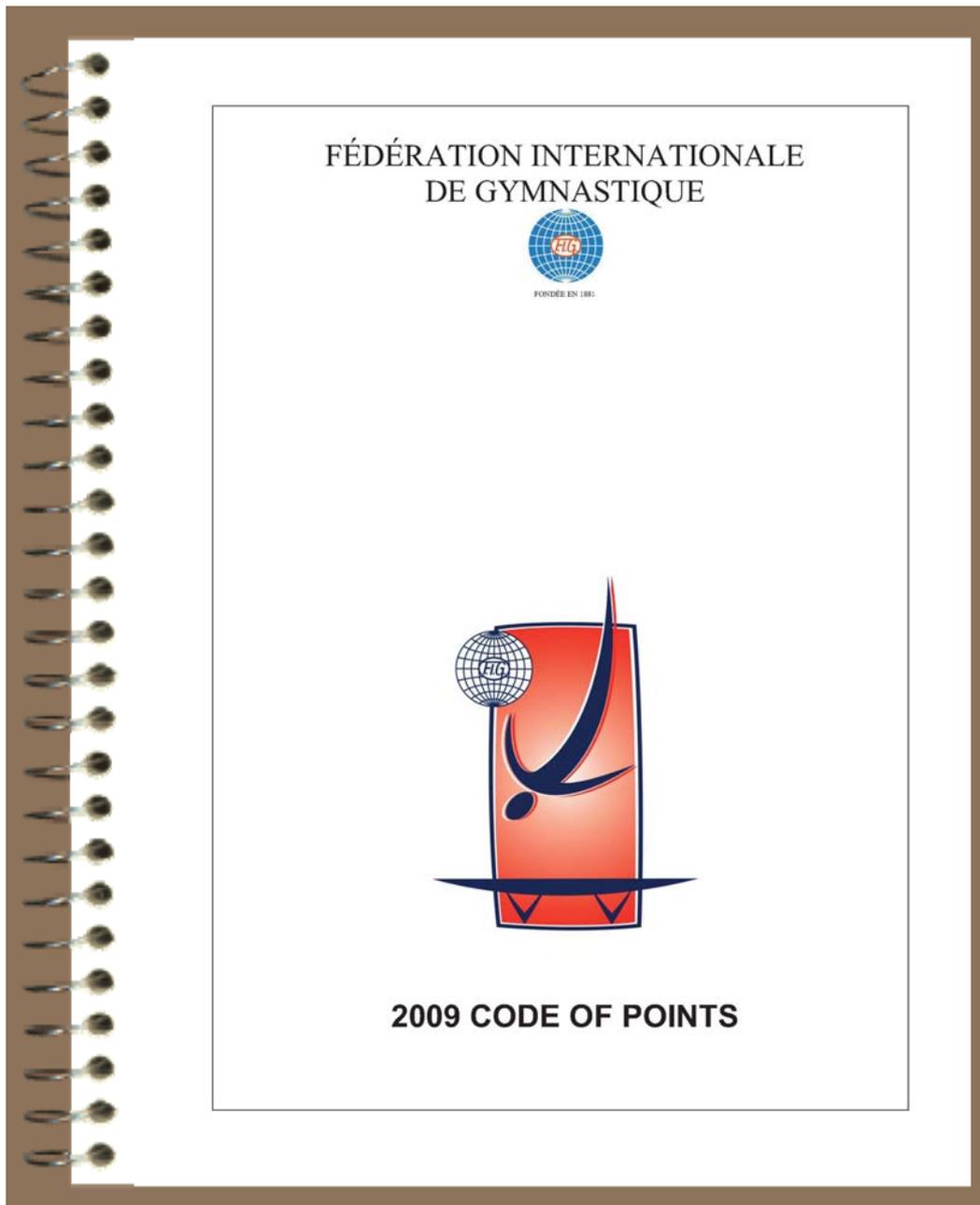


Federazione Ginnastica d'Italia  
Direzione Tecnica Trampolino Elastico  
*Estratto del*  
*Codice Internazionale dei Punteggi*  
*Con adattamento ai Programmi Tecnici Nazionali*



**PARTE I- CODICE DEI PUNTEGGI**

Prefazione

Ringraziamenti

Abbreviazioni e definizioni

**CODICE DEI PUNTEGGI TRAMPOLINO**

**A Parte Generale**

- 1. Gara individuale pag. 3
- 2. Gara a squadre pag. 3
- 3. Gara di sincronizzato pag. 3
- 4. Vincitore pag. 4
- 5. Esercizi pag. 4
- 6. Abbigliamento dei ginnasti e spotters pag. 4
- 7. Carte di gara pag. 5
- 8. Trampolini pag. 5
- 9. Requisiti di sicurezza pag. 5
- 10. Segreteria di gara pag. 5
- 11. Giuria Superiore e giuria d'Appello pag. 5

**B Procedura di gara**

- 12. Riscaldamento pag. 6
- 13. Inizio di un esercizio pag. 6
- 14. Posizioni richieste durante un elemento pag. 6
- 15. Ripetizione degli elementi pag. 6
- 16. Interruzione di un esercizio pag. 6
- 17. Fine di un esercizio pag. 7
- 18. Calcolo del punteggio pag. 7

**C La Giuria**

- 19. La Giuria pag. 8
- 20. Compiti del Giudice Arbitro (CJP) pag. 9
- 21. Compiti del Giudice all'Esecuzione pag. 9
- 22. Compito dei Giudici alla Difficoltà pag. 10
- 23. Compiti dell'Assistente del CJP pag. 10
- 24. Compiti dei Giudici al Sincronismo pag. 10

**CODICE DEI PUNTEGGI TUMBLING**

A-C.....

**CODICE DEI PUNTEGGI DMN**

A-C.....

**Parte II- Guida per i Giudici**

- A- Interpretazioni del Codice comuni al Trampolino, Tumbling & DMT pag. 11
- B- Interpretazioni del Codice dei punteggi del Trampolino pag. 12
- C- Interpretazioni del Codice dei punteggi del Tumbling
- D- Interpretazioni del Codice dei punteggi del DMT

**Parte III- Appendici**

**DIEGNI pag. 13-14-15**

- A- Calcolo delle difficoltà al trampolino- principi pag. 15
- B- Difficoltà al trampolino – esempi pag. 16
- C- G - Calcolo delle Difficoltà al Tumbling .....
- H- Difficoltà al DMT.....
- I- Sistema numerico FIG Trampolino pag. 17
- J- Simbologia FIG Tumbling.....
- K- Terminologia pag. 17
- L- Requisiti per il primo esercizio (Junior e Senior) pag. 17

## Parte I - CODICE DEI PUNTEGGI

### Prefazione

Il presente codice dei punteggi è stato approvato dal Comitato Esecutivo della FIG ed entra in vigore dal 1° gennaio 2009. Esso è vincolante per tutti i concorsi e campionati della Trampoline Gymnastics FIG e delle Federazioni affiliate. E' destinato ad essere utilizzato come base per le competizioni a qualsiasi livello. Norme aggiuntive o diverse si applicano a concorsi specifici (eventi FIG, campionati del Mondo, ecc..) le eccezioni rilevanti/modifiche sono indicate in corsivo.

I documenti elencati di seguito rappresentano norme da applicare in combinazione con il codice.

- Guida al giudizio ed interpretazioni del presente codice.
- Regolamento tecnico FIG, sezione 1
- Regolamento tecnico FIG, sezione 4 Trampoline Gymnastics
- Regolamento Generale per i Giudici FIG e Regole specifiche per Trampoline Gymnastics
- Regolamento per competizioni World AGE Group FIG
- Regolamento per competizioni World Cup Series – Trampolin e Tumbling

In caso di eventuali contraddizioni fra il presente Codice e regolamento tecnico FIG, quest'ultimo prevale.

In caso di eventuali contraddizioni fra il presente Codice e regolamento per competizioni World CUP FIG, o World AGE group o simili, il Codice dei punteggi prevale.

Se lo ritengono necessario, le Federazioni sono libere di modificare, sotto la loro autorità al fine di sviluppare ulteriormente all'interno del loro paese la Ginnastica al Trampolino, parti di questo Codice.

### Ringraziamenti

Tutti i Membri del Comitato Tecnico FIG hanno contribuito alla stesura del Codice dei Punteggi 2009-2012 Trampoline Gymnastics.

|                    |                        |     |
|--------------------|------------------------|-----|
| Presidente         | Mr. Horst Kunze        | GER |
| 1^ Vice presidente | Mr. Nikolay Makarov    | RUS |
| 2^ Vice presidente | Mr. Tatiana Shuyska    | UKR |
| Membro             | Mr. Christophe Lambert | FRA |
| Membro             | Mr. Ulf Andersson      | SWE |
| Membro             | Mr. Vladimir Zeman     | CZR |
| Membro             | Mr. John Beeton        | GBR |

### Traduzione in Italiano:

Hanno collaborato: Francesca Beltrami - Luigi Meda – Fulvio Traverso.

Per le variazioni e adattamenti al Programma Tecnico Nazionale:

Direttore tecnico: Fulvio Vailati

Collaboratore tecnico: Ezio Meda

**N.B. IN ROSSO GLI ADATTAMENTI AL PROGRAMMA TECNICO F.G.I.**

### Abbreviazioni e definizioni

Sono presenti nel Codice le seguenti abbreviazioni e definizioni:

|                       |   |
|-----------------------|---|
| FIG                   | Federazione Internazionale di Ginnastica  |
| TRA-TC                | Comitato tecnico Internazionale Trampolino  |
| FIG events            | Giochi Olimpici, Campionati del Mondo, Giochi Mondiali, Competizioni di Coppa del Mondo ed eventi speciali creati dalla FIG |
| Trampoline Gymnastics | Esercizi eseguiti al Trampolino, Doppio Mini-Trampolino e Tumbling  |
| TRA                   | Trampolino  |
| TUM                   | Tumbling  |
| DMT                   | Doppio Mini-Trampolino  |
| CoP                   | Codice dei Punteggi   |
| OG                    | Giochi Olimpici   |
| WCh                   | Campionati del Mondo  |
| CJP                   | Presidente di Giuria  |

#### Official FIG address for all correspondence

Fédération Internationale de Gymnastique  
Avenue de la Gare  
CH-1003 Lausanne  
SWITZERLAND



|            |                               |
|------------|-------------------------------|
| Telephone: | +41.21.321.55.10              |
| Fax:       | +41.21.321.55.19              |
| E-mail:    | info@fig-gymnastics.org       |
| Internet:  | http://www.fig-gymnastics.com |

# Codice dei Punteggi

# TRAMPOLINO

Valido dal 1.1. 2009

## A. PARTE GENERALE

### 1. GARA INDIVIDUALE

- 1.1 Le competizioni di Trampolino comprendono 3 esercizi di 10 elementi ciascuno.
- 1.1.1 Un esercizio al Trampolino è caratterizzato dall'altezza, da salti continui e ritmici, con arrivo in piedi, di pancia, di schiena o seduto, senza esitazioni o "candele" intermedie.
- 1.1.2 Un esercizio al Trampolino deve essere costruito in modo da mostrare una varietà di salti in avanti e in dietro con o senza avvitementi. L'esercizio deve dimostrare buon controllo, forma, esecuzione, altezza e mantenimento della stessa.
- 1.2 **Fase di Qualificazione**
- 1.2.1 Nella fase di qualificazione si eseguono 2 esercizi. Il primo comprende dei requisiti speciali (§ 5.1.1); il secondo è un esercizio libero (§ 5.1.3).
- 1.2.1.1 Le Federazioni, per quanto concerne le gare sotto la loro autorità, sono libere di imporre un esercizio obbligatorio al posto del primo esercizio (§16.1.7) – **Vedi programma tecnico trampolino elastico 2009: 1<sup>a</sup> fascia, 2<sup>a</sup> fascia e 3<sup>a</sup> fascia (punti 9.00 o 10.00)**
- 1.2.2 L'ordine di partenza delle qualificazioni è deciso da un'estrazione. I ginnasti saranno divisi in gruppi di non più di 16 atleti, ed ogni gruppo eseguirà sia il primo che il secondo esercizio prima dell'inizio del gruppo successivo.
- 1.2.2.1 L'ordine di partenza per il secondo esercizio sarà lo stesso del primo.
- 1.2.2.2 *Ai Campionati del Mondo la qualificazione sarà valida per il concorso individuale e per la Finale di Squadra. L'ordine di partenza individuale e dei gruppi sarà deciso come indicato nel punto Reg. 4.3.1.1 del Regolamento Tecnico (TR), sezione 4.*  
**Nei Programmi nazionali FGI ad esclusione del campionato assoluto, le gare si disputano in un'unica fase con criteri di qualificazione indicati nelle Norme tecniche FGI (emanazione annuale).**
- 1.3 **Fase Finale**
- 1.3.1 Nella fase finale si esegue 1 esercizio libero (§ 5.1.3).
- 1.3.2 Nelle gare internazionali i ginnasti (coppie nel caso di competizioni di Sincronizzato) con i migliori 8 punteggi delle qualificazioni vanno in finale. Vedi anche Reg. 1 del Reg. Tecnico FIG (TR), Sezione 4. **Per la finale di Campionato Nazionale assoluto e di Categoria Vedi Norme tecniche FGI (emanazione annuale).**
- 1.3.2.1 *In occasione di Eventi FIG, solo 2 (due) ginnasti e 1 (una) coppia di sincronizzato per Federazione può competere in finale (vedi Reg. 4.3.1.2 (TR) FIG, sezione 4. In finale il punteggio dei ginnasti partirà da zero.*
- 1.3.3 L'ordine di partenza della finale è in ordine di merito. Il ginnasta con il punteggio di qualificazione più basso partirà per primo. In caso di parità. Vedi Reg. 4.2.1.1 (TR) FIG, Sezione 4.

### 2. GARA A SQUADRE

- 2.1 Una squadra è composta da un minimo di 3 ad un massimo di 4 atleti per Gara, (gara maschile o femminile).
- 2.2 Ogni atleta della squadra presenterà 2 esercizi in qualificazione e 1 in finale.
- 2.2.1 *Ai Campionati del Mondo ogni atleta della squadra presenterà 2 esercizi in qualificazione. Nella finale di squadra 3 ginnasti per ogni squadra presenteranno 1 esercizio libero. Vedi Reg. 4.3.1.2. (TR) FIG, sezione 4.*
- 2.3 Sistema di Punteggio
- 2.3.1 Il punteggio di ogni squadra per ogni esercizio sarà dato dalla somma dei 3 punteggi più alti ottenuti dai componenti la squadra in ogni esercizio.
- 2.3.1.1 *Ai Campionati del Mondo, le 5 squadre con il punteggio più alto nella qualificazione accedono alla finale di squadra. Nella Finale per ogni squadra si partirà da zero punti e per ognuna conterranno solo 3 punteggi. Vedi Reg. 4.3.1.2 (TR), sezione 4.*  
**Per la composizione delle squadre e per il sistema di punteggio nei campionati di serie A-B e altre gare nazionali di squadra, sono in vigore norme speciali. Vedi norme tecniche FGI (emanazione annuale).**

### 3. GARA DI SINCRONIZZATO

- 3.1 Una coppia di sincronizzato consiste di due ginnaste femmine o due ginnasti maschi.
- 3.2 Un ginnasta può gareggiare in una sola coppia di sincronizzato.
- 3.3 La gara di sincronizzato consiste in una fase di qualificazione e in una finale come indicato in § 1.

- 3.4 I componenti di una coppia devono eseguire lo stesso elemento nello stesso momento (vedi anche § 16.1.9.1) e devono partire rivolti nella stessa direzione. Non è necessario che eseguano gli avvistamenti nella stessa direzione.

#### 4. VINCITORE

- 4.1 Il vincitore è il ginnasta o coppia o squadra con il maggior punteggio ottenuto in finale.  
4.2 Medaglie e posizioni di classifica saranno assegnati come indicato nel Reg. 10.3. (TR), sezione 1.

#### 5. ESERCIZI

- 5.1 Ogni esercizio è composto di 10 elementi.  
5.1.1 Il primo esercizio comprende sia elementi liberi che requisiti speciali. L'ordine in cui gli elementi sono eseguiti è a discrezione del ginnasta (vedi § 7.3 e le eccezioni § 1.2.1.1). Per questo esercizio si considera solo il punteggio dell'esecuzione (vedi eccezioni § 5.3).  
5.1.2 Le modifiche ai requisiti speciali saranno Comunicate dal Comitato Tecnico Trampolino (TRA TC) attraverso l'Ufficio FIG almeno 1 (uno) anno prima del successivo Campionato del Mondo e sarà valido dal 1° gennaio dell'anno dei Campionati Mondiali.  
5.1.3 Il secondo esercizio e quello della finale sono esercizi liberi in cui al punteggio dell'esecuzione si somma il valore della difficoltà ottenendo così il punteggio totale dell'esercizio.  
5.2 Non sono concessi secondi tentativi.  
5.2.1 Se un ginnasta è evidentemente disturbato durante un esercizio (attrezzatura difettosa o sostanziale disturbo esterno) il Presidente del Pannello dei Giudici, o giudice arbitro, (di seguito C.J.P.) può autorizzare un secondo tentativo. L'abbigliamento del ginnasta non può essere considerato come "attrezzatura".  
5.2.2 Applausi, rumore del pubblico e simili generalmente non costituiscono un disturbo.  
5.3 In occasione di eventi FIG, in aggiunta a quanto richiesto ai § 1.2, § 5.1.1, § 5.1.2 e § 5.1.3, nella fase di qualificazione devono essere soddisfatti altri requisiti:  
5.3.1 Il primo esercizio di qualificazione include elementi di cui si conta il valore della difficoltà. La difficoltà di questi elementi verrà sommata al punteggio dell'esecuzione. Il numero di detti elementi sarà stabilito dal CT del TRA (vedi § 5.1.2).  
5.3.2 Nel secondo esercizio di qualificazione NON può essere ripetuto nessuno degli elementi di cui è già stata calcolata la difficoltà nel primo esercizio, altrimenti la loro difficoltà non sarà calcolata nel secondo esercizio (vedi §15.4).  
5.3.3 Nell'esercizio della finale tutti gli elementi sia del primo che del secondo esercizio possono essere ripetuti.

Queste regole sono in vigore anche per le gare Nazionali della categoria Senior dove sono previste: fase di qualificazione e fase finale.

#### 6. ABBIGLIAMENTO DEI GINNASTI E SPOTTERS

- 6.1 **Ginnasti maschi**  
▪ Body senza maniche  
▪ Pantaloni lunghi in tinta unita  
▪ Scarpette da trampolino e/o calze bianche o del colore dei pantaloni
- 6.2 **Ginnaste femmine**  
▪ Body con o senza maniche (deve essere aderente alla pelle)  
▪ Può essere indossata una calzamaglia lunga (deve essere aderente alla pelle)  
▪ Può essere indossato un body in unico pezzo (deve essere aderente alla pelle)  
▪ Qualsiasi altro "abito" non aderente alla pelle non è consentito  
▪ Scarpe da trampolino e/o calze bianche  
▪ Per motivi di sicurezza non è consentito coprire il viso e/o il capo
- 6.3 Durante le competizioni è vietato indossare orologi e gioielli. Anelli senza pietre possono essere indossati se fissati con del cerotto a nastro.
- 6.4 Ogni violazione dei § 6.1 – 6.2 – 6.3 può risultare nella squalifica dal turno in cui avviene la violazione. La decisione in merito è presa dal C.J.P.
- 6.5 **Squadre**  
I componenti della stessa squadra o della coppia di sincronizzato devono indossare abiti uniformi. In caso contrario ci sarà la squalifica della squadra o della coppia di sincronizzato. Questo provvedimento sarà preso dal C.J.P.
- 6.6 **Emblema Nazionale o Federale. (Scudetto Societario)**  
*In occasione di eventi FIG, è obbligatorio indossare l'emblema nazionale, (questo deve rispettare le norme FIG sulla pubblicità) altrimenti sarà applicata una penalità di 0,1 p. che saranno detratti dal totale della valutazione dell'esercizio nel quale si è verificata la violazione. Questo provvedimento sarà preso dal C.J.P.*  
**Per le gare nazionali è obbligatorio indossare lo scudetto societario.**
- 6.7 **Spotters**  
Tuta e scarpe da ginnastica o equivalente.

## 7. CARTE DI GARA

- 7.1 Gli elementi del primo esercizio devono essere scritti sulla carta di gara. Ognuno degli elementi richiesti (vedi § 5.1.1 e § 5.3.1) deve essere contrassegnato da un asterisco (\*). Anche gli elementi del secondo esercizio devono essere scritti sulla carta di gara con il valore della difficoltà di ognuno.
- 7.1.1 *In occasione di eventi FIG, le carte di gara possono essere scritte solo con il sistema numerico F.I.G. o la terminologia riconosciuta, altrimenti le carte di gara non saranno accettate (vedi Parte III: I. e K.)*
- Questa regola vale anche per tutte le gare nazionali.**
- 7.2 Le carte di gara devono essere consegnate nel luogo ed all'orario indicato dal comitato organizzatore, altrimenti al ginnasta non sarà consentito di prendere parte alla gara. L'ufficiale di gara è responsabile delle carte, per non creare problemi alla Giuria della difficoltà, questa dovrà ricevere le carte 2 ore prima dell'inizio della gara.
- Per le gare Nazionali vigono regole meno restrittive.**
- 7.3 Nel primo esercizio il ginnasta deve eseguire gli elementi come indicati sulla Carta di Gara. Ogni elemento o requisito mancante, risulterà con una detrazione di punti 1.0 per ognuno degli elementi o requisiti mancanti, da parte di ogni Giudice dell'Esecuzione (vedi § 21.4.4). Tali cambiamenti saranno registrati sulla Carta di Gara dal Giudice delle difficoltà.
- 7.3.1 Nel caso in cui un esercizio obbligatorio sia adottato al posto del primo esercizio, qualunque cambiamento causerà l'interruzione dell'esercizio (vedi § 16.1.10).
- Vedi programma tecnico trampolino elastico 2009-2012, 1<sup>a</sup> fascia, 2<sup>a</sup> fascia e 3<sup>a</sup> fascia (punti 9.00 o 10.00)**
- 7.4 Sia nel secondo esercizio di qualificazione che nell'esercizio di finale sono consentiti cambi, sia degli elementi che dell'ordine in cui sono scritti sulla carta di gara, senza penalità.

## 8. TRAMPOLINI

- 8.1 Vedi le Norme FIG per i Trampolini, Tumbling e Doppio Mini Trampolino.

## 9. REQUISITI DI SICUREZZA

- 9.1 Vedi Regolamento Tecnico FIG TRA, Sez. 4.
- 9.1.1 Un ginnasta può avere 1 o 2 spotters personali, che prenderanno il posto di altrettanti spotters dell'organizzazione. Non devono mai esserci più di 4 spotters intorno al trampolino.
- 9.1.2 Il tappetino per l'assistenza può essere usato solo dallo spotter personale del ginnasta.

## 10. SEGRETERIA DI GARA

- 10.1 *In occasione di eventi FIG, per la registrazione e la stampa dei risultati si utilizza un programma informatico approvato dalla FIG.*
- Per le gare nazionali si utilizzano i mezzi messi a disposizione dalla organizzazione della Gara.**
- 10.2 Per tutti gli eventi FIG e competizioni internazionali, una copia completa dei risultati deve essere inviata alla Segreteria Generale della FIG.
- 10.3 Compiti dell'Ufficiale di gara:
- 10.3.1 Distribuire e raccogliere le carte di gara (§ 7.2), effettuare il sorteggio per l'ordine di partenza (vedi anche § 1.2.2 & 1.3.3).
- 10.3.2 Controllare la registrazione dei punteggi.
- 10.3.3 Stabilire l'ordine di partenza di ciascun gruppo ed i relativi gruppi di riscaldamento.
- 10.3.4 Registrare tutti i punteggi per l'esecuzione, il sincronismo, la difficoltà così come tutte le penalità.
- 10.3.5 Controllare i calcoli sul foglio dei risultati.
- 10.3.6 Assicurarsi che i punteggi di tutti i giudici e le penalità per un esercizio siano esposti.
- 10.3.7 Produrre una lista completa dei risultati con il punteggio totale, il punteggio per la difficoltà, per il sincronismo ed il totale delle penalità per ogni esercizio, la posizione in classifica e il punteggio totale complessivo.

## 11. GIURIA SUPERIORE E GIURIA D'APPELLO

- 11.1 Vedi Reg. Tecnico FIG TRA- 7.8.1.e 7.8.3, sezione 1.
- 11.2 Nelle attività Trampoline Gymnastics FIG, ai Campionati del Mondo, Giochi Olimpici, Giochi Mondiali e prove di Coppa, funziona una Giuria Superiore.

## B. PROCEDURA DI GARA

### 12. RISCALDAMENTO

- 12.1 L'attrezzatura selezionata per la competizione dev'essere a disposizione in campo di gara almeno 2 ore prima dell'inizio della competizione stessa per consentire ai ginnasti di riscaldarsi sull'attrezzatura di gara (vedi anche Reg. Tecnico FIG TR 4.11.6, sezione 1)
- 12.2 Appena prima del turno di qualificazione e prima della finale ogni ginnasta avrà a disposizione circa **30 secondi (1 passaggio)** di riscaldamento sull'attrezzatura di gara. Se il ginnasta supera questo tempo il CJP indicherà al Segretario di gara di detrarre dal punteggio totale dell'esercizio seguente punti 0.3 (vedi § 20.13).  
12.2.1 Il riscaldamento sulla attrezzatura di gara può essere trasferito su una attrezzatura equivalente posta in una sala adiacente con un'altezza di almeno 8 metri.

### 13. INIZIO DI UN ESERCIZIO

- 13.1 Ogni ginnasta partirà al segnale dato dal CJP.
- 13.2 Dopo che il CJP avrà dato il segnale (secondo § 13.1), il ginnasta dovrà iniziare il primo elemento entro 1 minuto, altrimenti ci saranno le seguenti detrazioni da parte di ogni giudice all'esecuzione (vedi § 21.4.3):
- 61 secondi: detrazione di punti 0.1
  - 91 secondi: detrazione di punti 0.2
  - 121 secondi: detrazione di punti 0.3
- Se il limite di tempo è superato a causa di difetti dell'attrezzatura o altre cause di forza maggiore non sarà applicata nessuna detrazione. La decisione in merito è presa dal CJP.
- 13.3 In caso di falsa partenza il ginnasta potrà ripartire su indicazione del CJP.

### 14. POSIZIONI RICHIESTE DURANTE UN ELEMENTO

- 14.1 In tutte le posizioni (ad eccezione del salto carpiato divaricato) i piedi e le gambe devono essere uniti e le punte dei piedi tese.
- 14.2 Secondo le richieste dell'elemento, il corpo dovrà essere raggruppato, carpiato o teso.
- 14.3 Nelle posizioni raggruppata e carpiata le cosce devono essere vicine al busto, salvo che nelle fasi di avvistamento dei salti multipli (vedi § 14.7).
- 14.4 Nella posizione raggruppata le mani devono toccare sotto le ginocchia salvo che nelle fasi di avvistamento dei salti multipli (vedi § 14.7).
- 14.5 Le braccia devono essere tenute il più possibile tese e/o aderenti al corpo.
- 14.6 Di seguito i requisiti minimi per definire le posizioni:
- 14.6.1 **Posizione Tesa:** l'angolo tra busto e cosce deve essere superiore a 135°.
- 14.6.2 **Posizione Carpiata:** l'angolo tra il busto e le cosce dev'essere minore o uguale a 135° e l'angolo tra cosce e gambe dev'essere maggiore di 135°.
- 14.6.3 **Posizione Raggruppata:** l'angolo tra il busto e le cosce dev'essere minore o uguale a 135° e l'angolo tra cosce e gambe dev'essere minore o uguale a 135°.
- 14.7 Nei salti multipli con avvistamento, le posizioni raggruppata e carpiata possono essere modificate durante l'avvistamento, come esposto nei disegni della Parte II: Disegni (posizioni puck e pike negli avvistamenti).

### 15. RIPETIZIONE DEGLI ELEMENTI

- 15.1 Durante un esercizio nessun elemento può essere ripetuto, altrimenti la difficoltà dell'elemento ripetuto non sarà conteggiata. La ripetizione di un elemento durante il primo esercizio causerà una detrazione di punti 1.0 da parte di ogni giudice all'esecuzione per ogni ripetizione (vedi § 21.4.5).  
**Nel caso di un esercizio obbligatorio la ripetizione causa l'interruzione al movimento precedente.**
- 15.2 Elementi che hanno lo stesso numero di rotazioni ma eseguiti in posizioni raggruppate, carpiate o tese, sono considerati elementi differenti e non ripetizioni.
- 15.2.1 Le posizioni raggruppata e puck sono considerate uguali.
- 15.3 Salti multipli (di più di 360°) con lo stesso numero di avvistamenti e lo stesso numero di rotazioni non sono considerati uguali se gli avvistamenti avvengono in fasi del salto diverse (vedi Parte II: 1.A).
- 15.4 *In occasione di eventi FIG nessuno degli elementi la cui difficoltà è stata calcolata nel primo esercizio può essere ripetuto nel secondo esercizio di qualificazione (§ 5.3.2), altrimenti la difficoltà dello stesso non verrà calcolata nel secondo esercizio.*  
**Questa regola si applica in tutte le gare nazionali ed internazionali della categoria seniores.**

### 16. INTERRUZIONE DI UN ESERCIZIO

- 16.1 Un esercizio si considera interrotto se il ginnasta:
- 16.1.1 Atterra in modo evidente sul telo del trampolino con un piede prima dell'altro.
- 16.1.2 Non sfrutta l'elasticità del telo dopo l'atterraggio per l'immediata esecuzione dell'elemento successivo.
- 16.1.3 Esegue un salto intermedio teso (candela).
- 16.1.4 Atterra su qualunque parte del corpo che non siano i piedi, o nella posizione seduta, di pancia o di schiena.

- 16.1.5 Esegue un elemento incompleto.
- 16.1.6 Tocca qualunque altra cosa o punto che non sia il telo del trampolino con qualunque parte del corpo.
- 16.1.7 Viene toccato da uno "spotter" o da una "materassina" dello "spotter".
- 16.1.8 Lascia il trampolino per instabilità.
- 16.1.9 Esegue un elemento differente da quello del partner nel sincro.
  - 16.1.9.1 Se uno dei ginnasti è più di ½ elemento avanti rispetto al suo partner, si considererà come se avessero eseguito elementi diversi.
- 16.1.10 Non esegue uno esercizio obbligatorio prescritto (vedi §1.2.1.1) usando gli elementi richiesti e/o nella sequenza scritta sulla carta di gara.
- 16.2 Gli elementi successivi all'interruzione non vengono calcolati.
- 16.3 Un ginnasta sarà giudicato solo sul numero di elementi completati sul telo del trampolino.
- 16.4 Il CJP stabilisce il punteggio di partenza.

## 17. FINE DI UN ESERCIZIO

- 17.1 L'esercizio deve terminare sotto controllo, in posizione eretta, con entrambi i piedi sul telo del trampolino, altrimenti ci sarà una penalità (vedi § 21.3.2).
- 17.2 Dopo l'atterraggio finale sul telo, il ginnasta deve stare eretto e mostrare stabilità per circa 3 secondi, altrimenti ci sarà una detrazione per mancanza di stabilità (vedi § 21.3.2).
- 17.3 Nella gara individuale al ginnasta è permesso fare un salto aggiuntivo in posizione tesa (out-bounce) dopo l'ultimo elemento usando l'elasticità del telo.
- 17.4 Nelle gare di sincro, entrambi i ginnasti possono fare un salto aggiuntivo in posizione tesa (out-bounce) dopo l'ultimo elemento, oppure devono rimanere entrambi fermi, altrimenti ci sarà una detrazione di punti 0,2 dai Giudici del sincronismo (vedi 24.3.3). Questa decisione viene presa dal CJP.
- 17.5 Se un ginnasta esegue più di 10 elementi, sarà fatta una detrazione di punti 1.0 (vedi § 21.4.2).

## 18. CALCOLO DEL PUNTEGGIO

Si usano 3 tipi di punteggi: 'D' che è il totale della difficoltà in un esercizio, 'E' che è il totale dato dal Giudice dell'esecuzione in un esercizio e 'S' che è il punteggio per il Sincro.

- 18.1 **Difficoltà**
  - Di principio l'ammontare della difficoltà ottenuto in un singolo elemento durante un esercizio è libero, ma per i Giochi Olimpici Giovanili e per le Gare Giovanili/Juniores è limitato a punti 1,8. Si possono eseguire elementi con difficoltà superiore, ma il valore assegnato sarà quello limite di punti 1,8.
    - 18.1.1 La difficoltà di ogni elemento è calcolata sulla base del numero di avvitamenti e rotazioni nel salto.

|   |           |
|---|-----------|
| 18.1.1.1 Per un 1/4 di salto (90°)                | punti 0.1 |
| 18.1.1.2 Per un salto singolo completo (360°)     | punti 0.5 |
| 18.1.1.3 Per salti doppi completi (720°)          | punti 1.0 |
| 18.1.1.4 Per salti tripli completi (1.080°)       | punti 1.6 |
| 18.1.1.5 Per un salto quadruplo completo (1.440°) | punti 2.2 |
| 18.1.1.6 Per ½ twist (180°)                       | punti 0.1 |
    - 18.1.2 Salti laterali, elementi senza avvitamento o rotazione, non hanno valore di difficoltà.
    - 18.1.3 In elementi che combinano rotazione ed avvitamento la difficoltà è data dalla somma del valore delle rotazioni e degli avvitamenti.
    - 18.1.4 Salti singoli di 360-630° senza avvitamenti, eseguiti in posizione carpiata o tesa, riceveranno un bonus di punti 0.1
    - 18.1.5 Salti multipli di 720° o più, con o senza avvitamento, eseguiti nella posizione tesa o carpiata, riceveranno un extra di punti 0.1 per salto (quindi ogni 360° di rotazione).
- 18.2 **Metodo di calcolo del punteggio**
  - 18.2.1 La valutazione di esecuzione, difficoltà e sincronismo è fatta in decimi di punto.
  - 18.2.2 I giudici devono scrivere le loro detrazioni indipendentemente uno dall'altro.
  - 18.2.3 Su segnalazione del CJP i punteggi per l'esecuzione e il sincronismo devono essere esposti simultaneamente.
  - 18.2.4 Se uno dei giudici all'esecuzione o al sincronismo non espone il punteggio al segnale del CJP, la media degli altri punteggi sarà presa al posto del punteggio mancante. La decisione in merito è presa dal CJP.
  - 18.2.5 **Calcolo del punteggio per l'esecuzione:**
    - 18.2.5.1 Le detrazioni per scarsa esecuzione (vedi § 21.3) e le detrazioni aggiuntive su indicazione del CJP (vedi § 21.4) vengono effettuate a partire dal punteggio massimo, 10.00 o il punteggio indicato dal CJP (vedi § 16.4).
    - 18.2.5.2 Nelle competizioni individuali il punteggio più alto e quello più basso dei 5 punteggi all'esecuzione vengono eliminati ed i restanti 3 vengono sommati per assegnare il punteggio dell'esecuzione all'esercizio (E+E+E).  
**In campo nazionale con la giuria ridotta a solo 3 giudici all'esecuzione, non si scarta alcun punteggio e tutti e tre i punteggi vengono sommati (E+E+E).**

- 18.2.5.3 Nella competizione sincro, il punteggio più alto e il più basso dei 4 Giudici dell'esecuzione, vengono tolti e i 2 punteggi rimasti, vengono sommati per assegnare alla copia il punteggio dell'esecuzione all'esercizio (E + E).  
**In campo nazionale con la giuria ridotta a solo 2 giudici all'esecuzione, non si scarta alcun punteggio e i due punteggi vengono sommati (E+E).**
- 18.2.6 Valutazione della difficoltà:  
 18.2.6.1 I Giudici della difficoltà, calcolano la difficoltà di un esercizio come da § 18.1.
- 18.2.7 Calcolo del punteggio al sincronismo (S):  
 18.2.7.1 La valutazione del sincronismo dovrebbe essere eseguita con mezzi elettronici, il giudice N° 8 è responsabile del controllo del punteggio elettronico.  
 18.2.7.1.1 Se si verifica un guasto del sistema elettronico, il punteggio si determina con l'analisi del video ufficiale da parte del giudice n° 8 sotto la supervisione del C.J.P.  
**In campo nazionale con la giuria ridotta ad un totale di 5 giudici, il sincronismo viene valutato dal GIUDICE S1 (giudice E3 della gara individuale).**
- 18.2.7.2 Le detrazioni per mancanza di sincronismo sono effettuate a partire dal punteggio massimo di 10.00 punti o il punteggio indicato dal CJP (vedi § 16.4). Questo punteggio viene poi raddoppiato e considerato come punteggio per il sincronismo.
- 18.2.7.3 Se per la gara, a priori non è disponibile il sistema elettronico, la media dei giudici al sincronismo (n° 8, 9 & 10) viene raddoppiata e presa come punteggio al sincronismo.  
**In campo nazionale il punteggio al sincronismo è assegnato da un solo giudice, viene raddoppiato e preso come punteggio al sincronismo.**
- 18.2.7.4 Gli Ufficiali di Gara, aggiungono questo punteggio per il sincronismo al punteggio dell'esecuzione (vedi 18.2.5.3).
- 18.2.8 Calcolo del punteggio totale per un esercizio:  
 18.2.8.1 Ove previsto il punteggio della difficoltà è sommato a quello dell'esecuzione.  
 18.2.8.2 Gli Ufficiali di Gara calcoleranno il punteggio totale sommando E (esecuzione) + S (sincronismo) + D (difficoltà) e sottraendo le penalità, come da § 6.6 e §12.2.
- 18.2.10 L'Ufficiale di gara deve controllare il punteggio totale sul foglio delle classifiche.  
 18.2.11 Il CJP è responsabile della validità delle classifiche.

## C. LA GIURIA

### 19. LA GIURIA

|  | <i>Individuale</i> | <i>Sincronizzato</i> |
|--|--------------------|----------------------|
| 19.1 Composizione della giuria completa:         |                    |                      |
| 19.1.1 CJP (Presidente di Giuria)                | 1                  | 1                    |
| 19.1.2 Giudici all'esecuzione:                   |                    |                      |
| - Individuale : (Giudici 1-5)                    | 5                  |                      |
| - Sincronizzato:                                 |                    | 4                    |
| (Trampolino N°1 Giudici 1 & 3)                   |                    |                      |
| (Trampolino N°2 Giudici 2 & 4)                   |                    |                      |
| 19.1.3 Giudici alla difficoltà (Giudici 6 & 7)   | 2                  | 2                    |
| 19.1.4 Giudici al sincronismo (Giudici 8,9 & 10) |                    | 1                    |
|  |                    | (o 3)                |
| 19.1.5 Assistente al CJP                         |                    | <u>1</u>             |
| 19.1.6 <b>Totale</b>                             | <b>8</b>           | <b>9</b>             |
|  |                    | (o 11)               |

**In campo nazionale si ricorrere ad una giuria ridotta a 5 elementi così composta:**

|  | <i>Individuale</i> | <i>Sincronizzato</i> |
|--|--------------------|----------------------|
| • CJP (Presidente di Giuria)                               | 1                  | 1                    |
| • Giudici all'esecuzione:                                  |                    |                      |
| - Individuale : (Giudici E1-E2-E3)                         | 3                  |                      |
| - Sincronizzato:   |                    | 2                    |
| (Trampolino N°1 Giudice E1)                                |                    |                      |
| (Trampolino N°2 Giudice E2)                                |                    |                      |
| • Giudice alla difficoltà (Giudice D1)                     | 1                  | 1                    |
| • Giudice al sincronismo (S1) (giudice E3 della gara ind.) |                    | 1                    |
| • Assistente al CJP  | -                  | -                    |
| • <b>Totale</b>  | <b>5</b>           | <b>5</b>             |

19.2 Nelle gare di sincro l'assistente al C.J.P. siede accanto alla giuria della difficoltà.

19.3 I giudici all'esecuzione ed alla difficoltà devono sedere su una pedana a 5-7 metri dal trampolino N° 1 e sollevata da terra da un minimo di 1m ad un massimo di 2m.

19.4 I giudici al sincronismo staranno in piedi lungo la pedana dei giudici in modo da avere il telo del trampolino circa all'altezza degli occhi.

- 19.5 Se un giudice non lavora in maniera soddisfacente può essere sostituito. La decisione in merito sarà presa dalla giuria superiore. Nei casi in cui non questa ci fosse, la decisione sarà presa dal CJP (vedi Reg. 7.8.1 del Regolamento Tecnico FIG (TR), Sezione 1 e § 11.2).
- 19.5.1 Se un giudice all'esecuzione o al sincronismo viene sostituito, il CJP può decidere che i suoi punteggi precedenti siano sostituiti dalla media dei punteggi rimanenti (vedi § 18.2.4).

## 20. COMPITI DEL PRESIDENTE DI GIURIA (CJP)

- 20.1 Controllare le attrezzature.
- 20.2 Organizzare la riunione e le prove di giuria. (Vedi Reg. 7.9 del Regolamento Tecnico FIG (TR), sezione 1).
- 20.3 Supervisionare tutti i giudici, gli spotters e la segreteria di gara.
- 20.4 Dirigere la competizione.
- 20.5 Riunire la giuria.
- 20.6 Decidere se consentire un secondo tentativo (vedi § 5.2.1).
- 20.7 Decidere circa l'abbigliamento di un ginnasta (vedi § 6).
- 20.8 Decidere se l'assistenza fornita da uno spotter è necessaria (vedi Reg. 5.1 del Regolamento Tecnico FIG (TR), sezione 4).
- 20.9 Dichiarare il punteggio massimo di partenza in caso di un esercizio interrotto (vedi §16)  
**Per le gare nazionali, su indicazione del giudice alla difficoltà, il punteggio massimo di un esercizio della 3<sup>a</sup> fascia punti 9.00 o Juniores punti 8.00 o 9.00.**
- 20.10 Informare i giudici all'esecuzione e al sincronismo di eventuali ulteriori detrazioni (vedi § 21.3.2.2 – 21.3.2.4, 21.4 & 24.3.3).
- 20.11 Decidere se un giudice non espone immediatamente il suo punteggio (vedi § 18.2.4).
- 20.12 Controllare il giudizio del sincronismo attraverso il video, se il sistema elettronico non ha funzionato. (vedi § 18.2.7).
- 20.13 Decidere circa le penalità come da § 6.6 e 12.2 e informare l'Ufficiale di Gara.
- 20.14 Supervisionare e controllare tutti i punteggi, calcoli e risultati finali e intervenire in caso di evidenti errori di calcolo riguardanti i punteggi per l'esecuzione, la sincronia o la difficoltà.
- 20.15 Decidere, prima della fine di un turno, se avvicinato da un rappresentante ufficiale di una Federazione o da un Giudice, riguardo evidenti errori nel calcolo della difficoltà o errori numerici riguardanti i punteggi dell'esecuzione o del sincronismo (vedi parte II, 1A).

## 21. COMPITI DEI GIUDICI ALL'ESECUZIONE

- 21.1 Valutare l'esecuzione in un intervallo tra 0.0 e 0.5 punti, secondo il § 21.3, e scrivere le detrazioni.
- 21.2 Sottrarre le proprie detrazioni dal punteggio massimo indicato dal CJP (vedi § 16.4).
- 21.3 Detrazioni per l'esecuzione:
- 21.3.1 Perdita di forma, consistenza, altezza o controllo per ogni elemento punti 0.1-0.5
- 21.3.2 Perdita di stabilità dopo l'ultimo dei 10 elementi,  
(una sola detrazione per il fallo maggiore):
- 21.3.2.1 Atterrare su entrambe i piedi ma perdere l'equilibrio e/o  
non stare fermi 3 secondi punti 0.1-0.2  
*Oppure fare le seguenti detrazioni  
su indicazione del CJP:*
- 21.3.2.2 Cadere o toccare il telo con qualunque parte del corpo ad eccezione dei piedi. punti 0.5
- 21.3.2.3 Toccare (o poggiare un piede) su molle, protezioni o cornice punti 0.5
- 21.3.2.4 Atterrare o cadere fuori dal telo lasciando l'area del trampolino o eseguire  
un salto in più punti 1.0
- 21.4 Fare le seguenti detrazioni supplementari su indicazione del CJP:
- 21.4.1 Parlare o dare qualsiasi forma di segnale al ginnasta da parte di un suo spotter  
o allenatore durante l'esecuzione di un esercizio, per ogni occorrenza punti 0.3
- 21.4.2 Elementi in più, come da § 17.5 punti 1,0
- 21.4.3 Eccedere il tempo limite, come da §13.2 punti 0,1-0,3
- 21.4.4 Mancanza degli elementi richiesti/ requisiti del primo esercizio come da § 7.3  
per ogni elemento punti 1.0
- 21.4.5 Ripetizione di un elemento durante il primo esercizio come da § 15.1  
per ogni ripetizione punti 1.0
- 21.4.6 Per le gare nazionali il non raggiungimento del minimo di difficoltà richiesto per  
il secondo esercizio (vedi Programma Regolamento F.G.I. Trampolino Elastico) punti 0.3**
- 21.5 Durante una gara di sincronizzato i giudici 1 & 3 valutano l'esecuzione dell'esercizio sul trampolino N°1, i  
giudici 2 & 4 quella sul trampolino N°2.  
**Per le gare nazionali il giudice 1 valuta l'esecuzione sul trampolino N°1 ed il giudice 2 sul trampolino N°2.**
- 21.6 La valutazione dell'esecuzione nelle competizioni di sincronizzato viene effettuata come in quelle individuali.
- 21.7 Mostrare il loro punteggio di esecuzione.

*(vedi anche la Guida per i giudici)*

## 22. COMPITI DEI GIUDICI ALLA DIFFICOLTA'

- 22.1 Raccogliere le carte di Gara dall'Ufficiale di gara almeno 2 ore prima dell'inizio della competizione.
- 22.2 Controllare gli elementi inseriti nella carta di gara ed il loro valore.
- 22.3 Controllare gli elementi richiesti/requisiti del primo esercizio come da § 7.1, § 7.3 e § 5.3 e notificare al CJP il numero dei cambiamenti e/o degli elementi/requisiti mancanti (vedi anche § 21.4.4 e § 16.1.10).
  - 22.3.1 Mostrare al pubblico se il ginnasta ha eseguito un elemento/i di cui conta la difficoltà diverso/i da quelli indicati nella carta di gara.
- 22.4 Determinare e registrare tutti gli elementi eseguiti e il loro valore di difficoltà, sulla carta di gara (in accordo con il sistema numerico FIG).
  - 22.4.1 *In occasione di eventi FIG, determinare per il primo esercizio il valore della difficoltà degli elementi di cui conta, come da § 18.1, § 15.1, nel secondo esercizio di qualificazione come da § 15.4, verificare se uno o più elementi di cui contava la difficoltà nel primo esercizio sono stati ripetuti.*  
**Queste regole sono in vigore anche per le gare Nazionali della categoria Senior.**
- 22.5 Determinare se nel secondo esercizio e in finale sono stati eseguiti salti (candele) intermedi ed avvertire di conseguenza il CJP (vedi § 16.1.3).
- 22.6 Controllare che le coppie di sincronizzato eseguano lo stesso elemento allo stesso tempo (vedi § 16.1.9) ed avvisare il CJP.
- 22.7 Esporre il valore della difficoltà.
- 22.9 **Indicare al CJP se non è stato raggiunto il minimo di difficoltà richiesto per ogni categoria del Campionato Italiano (Vedi Programma Regolamento e Programma tecnico Trampolino)**
- 22.10 **In caso di superamento del massimo di difficoltà consentito dal regolamento per le categorie del Campionato Regionale Open, esporre come punteggio della difficoltà il massimo previsto senza tener conto dell'eccedenza.**

## 23. COMPITI DELL'ASSISTENTE DEL CJP.

- 23.1 Assistere il CJP, controllando il trampolino N°2 nelle competizioni di sincronizzato.
- 23.2 Assistere i giudici alla difficoltà e controllare che le coppie, nelle gare di sincronizzato eseguano lo stesso elemento allo stesso tempo (vedi § 16.1.6) ed avvisare il CJP.  
**In campo nazionale NON è prevista questa figura.**

## 24. COMPITI DEI GIUDICI AL SINCRONISMO

- 24.1 Valutare il sincronismo in un intervallo tra 0.0 e 0.5 punti (vedi § 24.3) e scrivere le proprie detrazioni.
- 24.2 Sottrarre le proprie detrazioni dal punteggio massimo di partenza indicato dal CJP (vedi § 16.4).
- 24.3 Fare e registrare le seguenti detrazioni per ogni atterraggio asincrono:
  - 24.3.1 Atterrare con una differenza inferiore agli 80cm punti 0.1-0.3
  - 24.3.2 Atterrare con una differenza maggiore agli 80cm punti 0.4-0.5
  - 24.3.3 Dopo il decimo elemento non effettuare lo stesso atterraggio (out-bounce o fermarsi subito) su indicazione del CJP punti 0.2

*(vedi anche la Guida per i giudici)*

## Codice dei Punteggi TUMBLING

Valido dal 1.1. 2009

### A. PARTE GENERALE

- 1.1 Il Tumbling.....
- 22.4 .....

## Codice dei Punteggi DOPPIO MINI TRAMPOLINO

Valido dal 1.1. 2009

### A. PARTE GENERALE

- 1.1 Il Doppio Mini Trampolino.....
- 22.4 .....

## Parte II – GUIDA PER I GIUDICI

Valida dal 01.01.2009

### 1. INTERPRETAZIONE DELLE REGOLE

NOTA: questa interpretazione delle regole è stata fatta dal Comitato Tecnico del Trampolino come guida e per chiarezza. In tutti i casi di disaccordo sull'interpretazione delle regole il CJP prende la decisione finale. I disegni riportati nella seconda parte sono puramente indicativi e non devono essere presi alla lettera.

#### A. INTERPRETAZIONI DEL CODICE DEI PUNTEGGI DEL TRAMPOLINO

##### 1.2.2- Gruppi di partenza

Il massimo numero di ginnasti per gruppo è 16. Il C.T. del trampolino ne raccomanda 8-12 per gruppo.

##### 6 - Abbigliamento

I capelli devono essere ben legati ed aderenti alla testa. Lo scioglimento degli stessi è a rischio e pericolo del ginnasta, può essere causa di pericolo e provocare l'interruzione di un esercizio (vedi § 16.1.6).

##### 14 – Posizioni richieste

*Condizioni generali:*

Per determinare la posizione del corpo (raggruppata, carpiata o tesa) durante un elemento, i giudici alla difficoltà, in termini generali, si baseranno sulla posizione più facile adottata nella fase centrale del movimento (considerando quella tesa come la più difficile e quella raggruppata come la più facile).

##### 15 - Ripetizioni

Quando un elemento è eseguito in posizioni diverse, due elementi concorrono a stabilire se vi sia una ripetizione o no – la fase e la quantità degli avvitiamenti e la quantità di rotazione.

##### 1. Avvitamento da 0° a 180°

Se ci sono 270° o più di rotazione sono possibili 3 posizioni

Esempio:

|   |                    |                  |             |
|---|--------------------|------------------|-------------|
| ¼ indietro                                  | Avvitamento = 0°   | Rotazione = 270° | 3 posizioni |
| ½ avvitiamento in piedi da seduto           | Avvitamento = 180° | Rotazione = 90°  | 1 posizione |
| 1 ¼ avanti con ½ avvitam. (barani ball out) | Avvitamento = 180° | Rotazione = 450° | 3 posizioni |

##### 2. Avvitamento maggiore di 360°

Se ci sono almeno 450° di rotazione sono possibili 3 posizioni

Esempio:

|  |                    |                  |             |
|--|--------------------|------------------|-------------|
| 1 ¼ avanti con 1 ½ avvitiamento (Rudy ball out)          | Avvitamento = 540° | Rotazione = 450° | 1 posizione |
| 1/1 salto indietro con 1 avvitiamento (Full)             | Avvitamento = 360° | Rotazione = 360° | 1 posizione |
| 2/1 salto indietro con 2 avvitiamenti (Full in full out) | Avvitamento = 720° | Rotazione = 720° | 3 posizioni |

##### 3. Salti multipli

Nei salti multipli il ginnasta può dichiarare una sola posizione per elemento, raggruppata, carpiata o tesa. I giudici alla difficoltà si baseranno sulla posizione più facile assunta dal ginnasta:

Esempio:

*Barani out triffis:* se la prima rotazione è in posizione carpiata e la seconda raggruppata, allora il giudice considererà che il ginnasta abbia eseguito il salto in posizione raggruppata.

**NOTA:** Questi stessi criteri si applicano nel determinare se una coppia di sincronizzato abbia eseguito o meno gli stessi elementi. Poiché una sola posizione è riconosciuta per un "½ avvitiamento in piedi" (da seduto o schiena), i ginnasti potranno eseguire detto movimento in "posizioni" diverse senza che si consideri che l'esercizio sia interrotto. D'altra parte un barani può essere eseguito in 3 posizioni quindi entrambe i ginnasti devono eseguirlo nella stessa posizione altrimenti saranno considerati come elementi diversi e l'esercizio sarà interrotto (vedi § 16.1.6 Codice dei Punteggi TR).

#### 4. Avvitamenti in fasi differenti del salto

- In salti con 540° [ball out – cody] di rotazione o meno è riconosciuta 1 sola fase e un elemento sarà considerato una ripetizione se non soddisfa i criteri sopracitati relativi alle differenti posizioni del corpo.
- In salti con rotazione compresa tra 630° e 990° di rotazione sono riconosciute 2 fasi, iniziale (in) e finale (out).
- Tutti i doppi salti con avvitamenti multipli in posizione tesa o carpiata con lo stesso numero di rotazioni, eseguiti senza una pausa riconoscibile di rotazione o senza posizioni definite, saranno considerate ripetizioni se eseguite più di una volta.

#### 17 – Interruzione/Termine dell'esercizio

Arrivo su entrambi i piedi significa sulla pianta dei piedi.

Se un ginnasta nell'arrivo tocca il telo con i piedi, ma non mostra mai una preparazione d'arrivo riconoscibile e cade di faccia, in ginocchio, carponi, di pancia o di schiena nello stesso movimento, l'elemento non sarà contato. Non ci sarà nessuna detrazione extra per la caduta.

#### 18.1 - Difficoltà

Nel caso di dispute tra i giudici alla difficoltà la decisione finale sarà presa dal CJP.

#### 20. 15 Compiti del CJP

Nel caso di evidenti errori di calcolo della difficoltà o del punteggio all'esecuzione, il giudice, ginnasta, allenatore o altro ufficiale che se ne accorga dovrà avvicinare il CJP in modo professionale e amichevole prima della fine del gruppo in corso, per consentire al CJP di chiarire la situazione prima dell'inizio del gruppo successivo.

#### 21.3.1 Valutazione dell'esecuzione

- |                           |       |           |
|---------------------------|-------|-----------|
| • Posizione delle braccia | punti | 0.0 – 0.1 |
| • Posizione delle gambe   | punti | 0.0 – 0.2 |
| • Posizione del corpo     | punti | 0.0 – 0.3 |
| • Perdita di altezza      | punti | 0.0 – 0.2 |
| • Apertura dei salti      | punti | 0.0 – 0.2 |
| • Spostamento orizzontale | punti | 0.0 – 0.2 |

**NOTA:** In nessun caso la detrazione per scarsa esecuzione può eccedere di punti 0.5 per elemento.

#### 21.3.2 Penalità aggiuntive per l'arrivo.

Nessuna ulteriore penalità per l'atterraggio sarà conteggiata nel caso di un esercizio interrotto.

## B. INTERPRETAZIONI DEL CODICE DEI PUNTEGGI DEL TRAMPOLINO

### Generale

Saranno riconosciuti solo gli elementi che atterrano su entrambi i piedi, in posizione seduta, di pancia o di schiena.

#### 16.1.1 – Atterraggio su un piede

L'elemento in cui il ginnasta atterra su un solo piede non è considerato come valido e l'esercizio si considera interrotto a questo atterraggio. Questa regola vale solo per i salti con arrivo in piedi, se durante un arrivo di pancia o di schiena i piedi toccano il telo, questo non costituisce un'interruzione.

#### 21.3.2 – Perdita di stabilità durante o dopo l'arrivo dell'ultimo elemento.

Se un ginnasta dimentica di fermarsi e esce dal telo del trampolino prima che siano trascorsi i 3 secondi il CJP deciderà se questo è dovuto a instabilità (detrazione punti 0.5-1.0), o se semplicemente il ginnasta si è dimenticato di fermarsi (detrazione punti 0.2).

#### 21.3.2.4 - Elementi aggiuntivi

Se un ginnasta non può fermarsi / controllare il rimbalzo del trampolino/ dopo l'ultimo arrivo (10° elemento) e deve effettuare un salto o un flic, una ribaltata etc..., avrà una penalità di 1,0.

#### 24.3.3 – Non eseguire lo stesso movimento (out bounce o fermarsi subito)

Nel caso in cui un ginnasta esegua uno stop completo ed immediato mentre l'altro ne esegua uno parziale, questo non costituisce una contravvenzione a questa regola a meno che uno dei due sia considerato un out bounce (vedi § 17.5).

## C. INTERPRETAZIONI DEL CODICE DEI PUNTEGGI DEL TUMBLING

### 18.1 – Difficoltà.....

21.3.1 – Atterraggi – Zona di arrivo.....

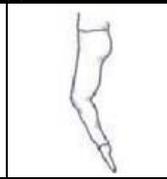
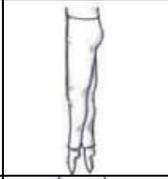
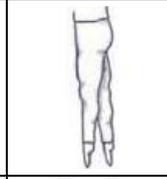
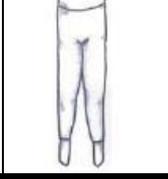
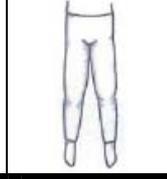
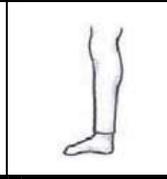
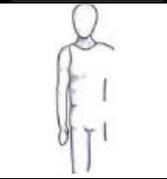
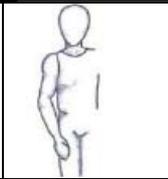
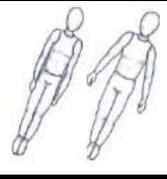
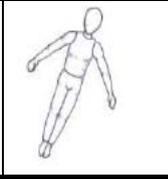
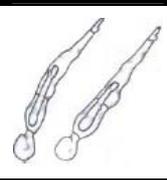
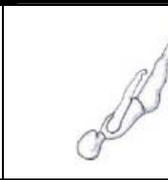
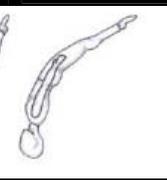
**D. INTERPRETAZIONI DEL CODICE DEI PUNTEGGI DEL DMT**

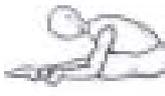
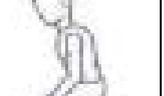
Definizione generale zona di battuta e di atterraggio

21.4.6. – DMT penalità per la zona

**2. DISEGNI**

(questi disegni sono puramente indicativi e non devono essere presi alla lettera)

| DETRAZIONI   | 0,0   | 0,1   | 0,2   | 0,3 | 0,4 | 0,5 |
|--|---|---|---|-----|-----|-----|
| <b>GAMBE</b>   |   |   |   |     |     |     |
| Estensione delle gambe                               |    |    |    |     |     |     |
| Posizione delle gambe (1)                            |    |    |    |     |     |     |
| Posizione delle gambe (2)                            |   |   |   |     |     |     |
| <b>PIEDI</b>   |   |   |   |     |     |     |
| Estensione dei piedi                                 |  |  |  |     |     |     |
| <b>BRACCIA</b>                                       |   |   |   |     |     |     |
| Estensione delle braccia                             |  |  |   |     |     |     |
| Posizione delle braccia                              |  |  |   |     |     |     |
| <b>TESTA</b>   |   |   |   |     |     |     |
| Posizione della testa                                |  |  |   |     |     |     |
| <b>POSIZIONE TESA</b>                                |   |   |   |     |     |     |
| Posizione del corpo<br>Salti con o senza avvitamenti |  |  |  |     |     |     |

| DETRAZIONI   | 0,0   | 0,1   | 0,2   | 0,3  | 0,4 | 0,5 |
|--|---|---|---|--|-----|-----|
| <b>POSIZIONE CARPIATA</b>  |   |   |   |  |     |     |
| Angolo superiore corpo/coscia<br>Elementi/fase senza avvitamenti       |    |    |    |    |     |     |
| Salto multipli con avvitamenti in meno di due fasi                     |    |    |   |  |     |     |
| Posizione delle mani   |    |    |   |  |     |     |
| Salto Verticali<br>Apertura delle gambe                                |    |    |   |  |     |     |
| <b>POSIZIONE RACOLTA</b>   |   |   |   |  |     |     |
| Angolo superiore corpo/coscia<br>Elementi/fase senza avvitamenti       |  |  |  |  |     |     |
| Salto multipli con avvitamenti in meno di due fasi<br>(posizione puck) |  |  |   |  |     |     |
| Ginocchia aperte   |  |  |  |  |     |     |
| Posizione delle braccia/mani   |  |  |   |  |     |     |

| DETRAZIONI  | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,4 | 0,5 |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| <b>APERTURE</b>                                       |     |     |     |     |     |     |
| Apertura dei salti                                    |     |     |     |     |     |     |
| <b>ARRIVI SUL TELO</b>                                |     |     |     |     |     |     |
| Piegare le gambe                                      |     |     |     |     |     |     |
| <b>INSICUREZZA</b>                                    |     |     |     |     |     |     |
| Spostamenti orizzontali/ spostamenti sul telo         |     |     |     |     |     |     |
| <b>PERDITA DI ELEVAZIONE</b>                          |     |     |     |     |     |     |
| Perdita di spinta dei piedi                           |     |     |     |     |     |     |
| Perdita di spinta negli arrivi proni, supini e seduti |     |     |     |     |     |     |
| <b>SINCRONISMO</b>                                    |     |     |     |     |     |     |
| Differenza fra gli arrivi dei due ginnasti            |     |     |     |     |     |     |

Disegni : Helen M

### Parte III – APPENDICI

Valida dal 01.01.2009

#### A- Calcolo delle difficoltà al trampolino – principi

| Rotazione                                 | Valore           | Bonus | Esempio                                  |
|---|------------------|-------|--|
| ¼ di salto                                | 0,1              | ----- | ¼ back = 0,3                             |
| Salto completo ( 360°)                    |                  | 0,1   | Back somersault tuck = 0,5               |
| Triplo salto completo (1080°)             | 1,6              |       | Triple back somersault tuck = 1,6        |
| Quadruplo salto completo (1440°)          | 2,2              |       | Quadruple back somersault = 2,2          |
| ½ avvitamento                             | <b>Posizione</b> | 0,1   | 1/1 twist to back (0,1+0,2) = 0,3        |
| 0°-630° salto con avvitamento             | < 0 /            | ----- | Barani straight (0,5+0,1) = 0,6          |
| 360-630° salto senza avvitamento          | < 0 /            | 0,1   | 1 ¾ pike (0,8+0,1) = 0,9                 |
| 720°-990° salto con o senza avvitamento   | < 0 /            | 0,2   | 2 ¾ pike (1,3+0,2) = 1,5                 |
| 1080°-1350° salto con o senza avvitamento | < 0 /            | 0,3   | ½ out Triffis pike (1,6+0,1+0,3) = 2,0   |
| 1440° salto senza o con avvitamento       | < 0 /            | 0,4   | ½ out Quadriffis pike (2,2+0,1+0,4)= 2,7 |

**B- Difficoltà al trampolino – esempi**

| Elemento                       | Posizione tuck o puck | Posizione carpia o tesa |
|--------------------------------|-----------------------|-------------------------|
| <i>¾ indietro o avanti</i>     | 0,3                   | 0,3                     |
| <i>Salto indietro o avanti</i> | 0,5                   | 0,6                     |
| <i>Barani</i>                  | 0,6                   | 0,6                     |
| <i>Cody</i>                    | 0,6                   | 0,7                     |
| <i>Barani ball out</i>         | 0,7                   | 0,7                     |
| <i>Full</i>                    | 0,7                   |                         |
| <i>Rudolf</i>                  | 0,8                   |                         |
| <i>1 ¼ salto</i>               | 0,8                   | 0,9                     |
| <i>Doppio-full</i>             | 0,9                   |                         |
| <i>Rudy ball out</i>           | 0,9                   |                         |
| <i>Doppio indietro</i>         | 1,0                   | 1,2                     |
| <i>Half out</i>                | 1,1                   | 1,3                     |
| <i>Half in Half out</i>        | 1,2                   | 1,4                     |
| <i>Full out</i>                | 1,2                   | 1,4                     |
| <i>2 ¼ salto</i>               | 1,3                   | 1,5                     |
| <i>Rudy out</i>                | 1,3                   | 1,5                     |
| <i>Full in Half out</i>        | 1,3                   | 1,5                     |

| Elemento                           | Posizione tuck o puck | Posizione carpia o tesa |
|------------------------------------|-----------------------|-------------------------|
| <i>Full in Full out</i>            | 1,4                   | 1,6                     |
| <i>Half in Rudy out</i>            | 1,4                   | 1,6                     |
| <i>Randy out</i>                   | 1,5                   | 1,7                     |
| <i>Full in Rudy out</i>            | 1,5                   | 1,7                     |
| <i>Triplo indietro</i>             | 1,6                   | 1,9                     |
| <i>Half in Randy out</i>           | 1,6                   | 1,8                     |
| <i>Full in Doppio-full out</i>     | 1,6                   | 1,8                     |
| <i>Half out Triffis</i>            | 1,7                   | 2,0                     |
| <i>Full in Randy out</i>           | 1,7                   | 1,9                     |
| <i>Half in Half out Triffis</i>    | 1,8                   | 2,1                     |
| <i>Full in Half out Triffis</i>    | 1,9                   | 2,2                     |
| <i>Rudy out Triffis</i>            | 1,9                   | 2,2                     |
| <i>Half in Rudy out Triffis</i>    | 2,0                   | 2,3                     |
| <i>Full in Rudy out Triffis</i>    | 2,1                   | 2,4                     |
| <i>Full Full Full</i>              | 2,2                   | 2,5                     |
| <i>Half out Quadriffis</i>         | 2,3                   | 2,7                     |
| <i>Half in Half out Quadriffis</i> | 2,4                   | 2,8                     |

**C- Calcolo della difficoltà nel Tumbling.....**

**D- Calcolo della difficoltà nel Tumbling – Bonus per posizione.....**

**E- Calcolo della difficoltà nel Tumbling – Valore degli avvitamenti.....**

**F- Difficoltà Tumbling – esempi.....**

**G- Calcolo delle difficoltà nel Tumbling.....**

**H- Difficoltà Doppio Mini Trampolino.....**

**I. Sistema numerico FIG Trampolino – DMT**

Sebbene il CT del TRA – FIG accetti la terminologia tradizionale come descritto nella parte III K si preferisce usare il sistema numerico FIG riportato sotto.

- La prima parte della tabella descrive il numero dei salti in ¼.
- La seconda, descrive la distribuzione e quantità dei ½ avvitamenti in ogni salto.
- Nella terza, la forma dell'elemento è descritta alla fine usando un 'O'; '<' per carpiato e '/' per teso.

| Elemento                           | ¼ salto |   | ½ avvitemento |   | Simbolo | Difficoltà |
|------------------------------------|---------|---|---------------|---|---------|------------|
|                                    |         |   |               |   |         |            |
| Half of triffis, raccolto          | 12      | - | -             | 1 | O       | 1,7        |
| Half in Rudy out, carpiato         | 8       | 1 | 3             |   | <       | 1,6        |
| Full in Half out, teso             | 8       | 2 | 1             |   | /       | 1,5        |
| Half in Rudy out, raccolto         | 8       | 1 | 3             |   | O       | 1,4        |
| Doppio Indietro, raccolto          | 8       | - | -             |   | O       | 1,0        |
| Half out, raccolto                 | 8       | - | 1             |   | O       | 1,1        |
| Rudy                               | 4       | 3 |               |   |         | 0,8        |
| Doppio-full                        | 4       | 4 |               |   |         | 0,9        |
| Half in 1 ¼ indietro, raccolto     | 7       | 1 | -             |   | O       | 0,9        |
| Half out double ball out, carpiato | 9       | - | 1             |   | <       | 1,4        |

**J.Simbologia FIG Tumbling**

Per le gare .....

## K. Terminologia FIG

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>BACK</b>             | salto indietro  |
| <b>FRONT</b>            | salto avanti  |
| <b>BALL OUT</b>         | salto avanti partendo dalla posizione di schiena  |
| <b>CODY</b>             | salto indietro partendo dalla posizione di pancia   |
| <b>FLIFFIS</b>          | qualunque salto doppio con avvitamenti  |
| <b>TRIFFIS</b>          | qualunque salto triplo con avvitamenti  |
| <b>QUADRIFISS</b>       | qualunque salto quadruplo con avvitamenti   |
| <b>IN</b>               | Indica che il numero di avvitamenti indicato è eseguito nella prima parte dell'elemento.    |
| <b>OUT</b>              | Indica che il numero di avvitamenti indicato è eseguito nell'ultima parte dell'elemento.    |
| <b>MIDDLE</b>           | Indica che il numero di avvitamenti indicato è eseguito nella parte centrale dell'elemento. |
| <b>BARANI</b>           | salto avanti con ½ avvitamento  |
| <b>HALF</b>             | ½ avvitamento eseguito in un salto doppio (vedi sotto).                                     |
| <b>DOUBLE FULL</b>      | salto indietro con 2/1 avvitamenti  |
| <b>TRIPLE FULL</b>      | salto indietro con 3/1 avvitamenti  |
| <b>RUDOLPH (RUDY)</b>   | salto avanti con 1 ½ avvitamento  |
| <b>RANDOLPH (RANDY)</b> | salto avanti con 2 ½ avvitamenti  |
| <b>ADOLPH</b>           | salto avanti con 3 ½ avvitamenti  |

### Esempi:

| N° di salti | N° di avvitamenti | Distribuzione | Terminologia                 |
|-------------|-------------------|---------------|------------------------------|
| 2           | ½                 | OUT           | Half out FLIFFIS             |
| 2           | ½ + ½             | IN & OUT      | Half in half out FLIFFIS     |
| 3           | 1 + ½             | MIDDLE & OUT  | Full middle half out TRIFFIS |
| 2           | ½ + 1½            | IN & OUT      | Half in Rudy out FLIFFIS     |

## L. Requisiti per il primo esercizio - trampolino

Validi dal 01.01.2009

### I. Requisiti per il primo esercizio CATEGORIA SENIOR (Nazionale e Internazionale)

1. L'esercizio è composto di 10 elementi diversi, ciascuno con un minimo di 270° di rotazione.
2. Di due elementi, indicati sulla carta di gara con un asterisco (\*), viene calcolata anche la difficoltà. La difficoltà sarà sommata all'esecuzione per dare il punteggio totale per il primo esercizio.
3. Nessuno di questi due elementi può essere ripetuto nel secondo esercizio di qualificazione, altrimenti la loro difficoltà non verrà conteggiata.

### AD IDENTIFICARE I DUE ELEMENTI PRESCELTI PER IL CALCOLO DELLA DIFFICOLTÀ E' LA POSIZIONE ALL'INTERNO DELL'ESERCIZIO NON L'ELEMENTO IN SE'.

Esempio:

Se un atleta presenta la seguente carta di gara:

1. \* barani out triffis O 1.7
2. \* half in half out O 1.2
3. barani /
4. back <
5. rudy
6. full
7. barani o
8. back /
9. 7/4 front <
10. rudy ball out

ed esegue l'esercizio come scritto sulla stessa, gli verrà riconosciuta una diff. pari a 2.9.

Nel secondo esercizio NON potrà ripetere “barani out triffis O” e “half in half out O” altrimenti la difficoltà degli stessi non sarà calcolata.

Se invece presentando la stessa carta di gara esegue il seguente esercizio:

1. \* barani out fliffis O 1.1
2. \* half in half out O 1.2
3. barani out triffis
4. back <
5. rudy
6. full
7. barani O
8. back /
9. 7/4 front <
10. rudy ball out

gli verrà riconosciuta una diff. pari a 2.3 (somma degli elementi eseguiti nelle posizioni segnate con l'asterisco).

Nel secondo esercizio NON potrà ripetere “barani out fliffis O” e “half in half out O” altrimenti la difficoltà degli stessi non sarà calcolata. Potrà invece eseguire “barani out triffis O” che non ha eseguito nonostante fosse dichiarato.

## **II. Requisiti per il primo esercizio di qualificazione per la categoria Junior (Nazionale ed Internazionale)**

L'esercizio è composto di 10 elementi diversi, 1 solo di questi elementi può avere meno di 270° di rotazione. Ognuno degli elementi che soddisfa un requisito deve essere indicato sulla carta di gara con un asterisco (\*). Questi requisiti non possono essere soddisfatti combinandoli in un elemento ma devono essere eseguiti in elementi separati.

1. 1 elemento con almeno 270° di rotazione con arrivo di pancia o schiena
2. 1 elemento con almeno 450° di rotazione con partenza da pancia o schiena
3. 1 elemento con almeno 720° di rotazione, avanti o indietro con o senza avvitementi e
4. 1 elemento con almeno 360° di rotazione e almeno 540° di avvitemento.

Losanna, Marzo 2009

**Federazione Internazionale di Ginnastica**

**Roma Marzo 2010**

**Federazione Ginnastica d'Italia D.T.N.T.E.**