

**Programmi Tecnici Specifici G.RITMICA 2015 (C.d.P versione 2013-2016)****GARE E PROGRAMMI TECNICI DEL CALENDARIO FGI G.RITMICA CdP versione 2013-2016**

GARE	D (max)	Valore max diff.	E (max)	TOTALE
CAMP.SERIE C e Coppa Estate TORNEO REG. *Allieve I fascia - **Allieve II fascia	*5,00/6,00 *5 difficoltà (min1 max 2 x GC) **6 difficoltà (2 x ogni GC) Vedi PTS 2015	*Valore da 0,10 a 0,30 con max 2 diff fino a 0,60 **Valore da 0,10 a,50 con max 1 diff fino a 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016 e PTS 2015	*15,00 **16,00 (D+E) Vedi PTS 2015
Esercizi Camp. C: Corpo Libero (da 4 a 6 ginnaste), cerchio a coppie, fune e nastro in successione, clavette o palla individuale (vedi PTS GR 2015) Esercizi Torneo Reg.: 2 dei 6 esercizi individuali: Corpo Libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro. Esercizio di insieme a Corpo Libero ed es. Cerchio (da 3 a 6 ginnaste) (vedi PTS 2015)				
CAMP.CATEGORIA ALLIEVE I fascia	5,00 5 difficoltà (min 1 max 2 x G.C.) C.L. 8 diff. Min.2 x GC Vedi PTS 2015	Valore da 0,10 a 0,40 con max 2 diff fino a 0,80 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016 e PTS 2015	15,00 (D+E) Vedi PTS 2015
Esercizi A I fascia: Corpo libero, palla, nastro				
CAMP.CATEGORIA ALLIEVE II fascia	6,00 6 difficoltà (2 x ogni G.C.) C.L. 8 Dif. Min 2 x GC Vedi PTS 2015	Valore da 0,10 a,50 con max 2 diff fino a 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	16,00 (D+E) Vedi PTS 2015
Esercizi: AII fascia: Corpo libero, fune, cerchio, clavette				
CAMP.CATEGORIA JUNIOR I fascia	7,00 Da 4 a max 7 diff Vedi PTS 2015	Valore da 0,10 a 0,90 e con max 3 diff da 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	17,00 (D+E)
Esercizi: fune, cerchio, palla, clavette				
CAMP.CATEGORIA JUNIOR II fascia	8,00 Da 4 a max 7 diff Vedi PTS 2015	Valore da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
Esercizi: fune, cerchio, palla, clavette				
C.CATEGORIA SENIOR CAMP. ASSOLUTI Criterion, Futures Competition: Vedi programmi C.Nazionali di ogni categoria.	10,00 Da 6 a max 9 diff Vedi CdP 2013-2016 e PTS 2015	Da 0,10 e oltre, senza limite di valore	10,00 falli CdP 2013-2016	20,00 (D+E)
Esercizi: cerchio, palla, clavette, nastro				
CAMPIONATO DI SPECIALITA'	8,00 Difficoltà da 4 a max 7 (Jun) Difficoltà da 6 a max 9 (Sen) Vedi PTS 2015	Sen.: da 0,10 a 1,00 Jun.: da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
Esercizi: individuali fune, cerchio, palla, clavette, nastro, - in coppia. 2 clavette e 1 cerchio				
CAMPIONATO SERIE B	8,00 Da 6 a max 9 diff C.L. 7,00* vedi PTS 2015	Valore da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	* 17,00 18,00 (D+E)
Esercizi : corpo libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro				
CAMPIONATO SERIE A1/A2	10,00 Vedi CdP 2013-2016 cat Sen C.L. 7,00* vedi PTS 2015	Da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limiti di valore e per C.L. vedi PTS 2015	10,00 falli CdP 2013-2016	* 17,00 20,00 (D+E)
Esercizi: corpo libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro				
CAMPIONATO INSIEME GIOVANILE, e Insieme D'estate: 5 palle	8,00 Vedi CdP .2013-2016 cat.Jr e PTS 2015	Valore da 0,10 a 1,00 Vedi CdP 2013-2016	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
CAMPIONATO INSIEME OPEN e Insieme D'estate: 5 nastri	10,00 Vedi CdP.2013-2016 cat Sen e PTS 2015	Da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limiti di valore	10,00 falli CdP 2013-2016	20,00 (D+E)

CdP: Codice dei Punteggi – GC: Gruppo Corporeo - PTS: Programma Tecnico Specifico

**UTILIZZO GRIGLIA E DIFFICOLTA' DEL CODICE DEI PUNTEGGI 2013-2016**[illegible]

**INDICAZIONI TECNICHE COMPOSITIVE****PER TUTTE LE GARE Categoria ALLIEVE:**

N.B. PER I CAMPIONATI DI CATEGORIA ALLIEVE I e II FASCIA, REGIONALI, INTERREGIONALI E NAZIONALI, PER IL CAMPIONATO DI SERIE C REGIONALE E NAZIONALE, PER IL TORNEO REGIONALE ALLIEVE I e II FASCIA:

DEVE ESSERE PRESENTATA LA SCHEDA DI DICHIARAZIONE D DI CIASCUN ESERCIZIO in 5 copie (gare interregionali) e 6 copie (gare nazionali), COMPILATA AL COMPUTER.

In ogni esercizio:

DIFFICOLTÀ (D): Vedi programma e richieste specifiche di ciascuna gara

Nel corso di un esercizio non è consentito ripetere la stessa difficoltà corporea.

Non è possibile eseguire difficoltà in esubero, relativamente sia al numero massimo delle difficoltà consentito in ogni gara specifica, sia al numero minore e/o maggiore di difficoltà del Gruppo Corporeo, anche se non dichiarate. Gli esuberanti non saranno considerati validi e – dove dichiarati – saranno eliminati secondo l'ordine cronologico (penalità fissa 0,20 giudice D in tutti i casi).

Difficoltà corporee di livello superiore al consentito (singole, multiple, miste) non potranno essere inserite e non saranno prese in considerazione (vedi eccezioni nelle gare indicate)

Superamento del valore max previsto, della singola difficoltà o del totale: 0,20 (giudice D)

Per le seguenti esigenze mancanti D:

- assenza del 50% dei gruppi Fondamentali: 0,50 (giudice D)
- assenza di 1 combinazione di passi di danza: 0,20 (giudice D)
- assenza della M obbligatoria: 0,30 (giudice D)
- più di 4 elementi di Maestria dichiarati: 0,30 (giudice D)
- ogni difficoltà obbligatoria mancante: 0,20 (giudici D)

Scrittura scorretta della Scheda (valori): 0,20 (giudice D) una sola volta

Se il simbolo è scritto scorrettamente o la Difficoltà corporea è ripetuta, la Difficoltà non è contata (nessuna penalità).

Per ogni altra esigenza o penalità vedi le indicazioni relative ad ogni singola gara.

In ultimo, per quanto non specificato, vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

COMBINAZIONE DI PASSI DI DANZA (S⇒) valore 0,30

Minimo 1 combinazione di Passi di danza, continui e collegati (da balli, folclore, danza moderna, ecc.) che mostrino differenti tipi di movimenti ritmici, con l'attrezzo in movimento, durante l'intera combinazione ed eseguiti con durata minimo di 8 secondi in accordo con il tempo e il ritmo della musica. È richiesto Minimo 1 gruppo fondamentale dell'attrezzo (vedi CdP2013-16).

NON è possibile eseguire una difficoltà corporea o un elemento pre-acrobatico o grandi lanci durante i passi di danza per tutte le gare Allieve

Questa regola vale anche per il Corpo libero dei Campionati di serie A e B.

MAESTRIA D'ATTREZZO (M) valore 0,30

Fare riferimento al Cd.P 2013-2016 ed ai Programmi Tecnici specifici (PTS) per categoria

Esigenze generali: la Maestria consiste in combinazioni di elementi d'attrezzo **straordinari**.

È Valida solo se eseguita senza alcuna penalità di Esecuzione.

Possono essere eseguiti max. 4 elementi di Maestria (di cui 1 obbligatorio e 1 con elemento Fondamentale d'attrezzo)

Gli elementi di Maestria di ciascun attrezzo **devono essere differenti.**

Consiste in 3 Componenti:

Minimo 1 BASE: Gruppi tecnici Fondamentali e/o altri Gruppi tecnici dell'attrezzo (CdP 2013-2016)

+ un minimo di 2 criteri. Esempio $M \downarrow (\neq b)$

OPPURE

2 Basi + minimo 1 criterio Esempio: $M \vee \infty \downarrow (b)$

n.b.: questa seconda modalità è valida solo Allieve II fascia (C. Di Categoria) e non per la serie C e Torneo Regionale Allieve



Per ciascun attrezzo della categoria Allieve è prevista una M obbligatoria, di valore 0,40 (vedi PTS)

Per tutte le gare Allieve, in aggiunta alla M obbligatoria, deve essere presente minimo un'ulteriore Maestria con **1 Gruppo Fondamentale a scelta**.

Gli elementi di Maestria d'attrezzo possono essere eseguiti anche durante:

- Difficoltà corporea (D) isolata o componente di una difficoltà Multipla o Mista
- Combinazione di passi di danza S⇒

ELEMENTI DINAMICI DI ROTAZIONE (DER)($\overset{\curvearrowright}{R}$)

Vedi CdP 2013-16- relativamente a caratteristiche, Valore Base e Criteri.

Per le esigenze, vedi PTS.

Il DER in esubero, dichiarato e non, viene annullato (no penalità) ma, in presenza di falli tecnici, sarà penalizzato a livello esecutivo

Indicazioni tecnico-esecutive per la Serie C ed il Torneo Regionale Allieve I e II Fascia

SALTI: Cosacco: il piede può non essere in contatto con il bacino, ma comunque significativamente vicino, ma la coscia sempre parallela al terreno (difficoltà valida)

EQUILIBRI: Nel Corpo libero devono essere effettuati con un movimento ampio di un segmento corporeo degli arti superiori (**vale anche per il corpo libero dei Campionati di serie A e B**)

SALTI, EQUILIBRI, PIVOT: tutti gli elementi a boucle possono avere il piede non in contatto con la testa, ma comunque significativamente vicino, a circa 15 cm (difficoltà valida)

Indicazioni tecnico-esecutive per tutte le gare della categoria Allieve:

- DIFFICOLTA' DI SALTO CON ROTAZIONE, PIVOT: viene valutata la o le rotazioni eseguite

ESECUZIONE (E):

Vedi il capitolo Esecuzione del CdP 2013-2016, falli artistici e tecnici e integrazioni

N.B. Esercizi **da 3 a 6** ginnaste (corpo libero, cerchi): i falli di esecuzione si riferiscono ai falli di insieme del C.d.P.

N.B. Elementi non tipici della G.Ritmica, sia come impostazione che come tecnica esecutiva, saranno penalizzati nella Composizione di base con p.0,10 ciascuno fino ad un max di p.0,50 (giudici E). **Questa regola vale anche per il Corpo libero dei Campionati di serie A e B.**

N.B. Per tutte le gare Allieve: ogni esigenza si ritiene rispettata se la difficoltà è eseguita, indipendentemente da come viene realizzata.

Nota: per la cat.Allieve il nastro può essere di m.5.

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

Relativamente al Rischio/i in esubero, dichiarato e non, viene annullato (no penalità) ma in presenza di falli tecnici, sarà penalizzato a livello esecutivo.

**Programmi Tecnici Specifici (PTS)****GARE CATEGORIA ALLIEVE****Elementi di Maestria obbligatorie per gli esercizi individuali con gli attrezzi**

Elementi	Maestria con Valore fisso 0,40
FUNE	Controvela dx e sin, piedi uniti o divaricati, in relevé . Simbolo: M f
CERCHIO	Lungo rotolamento sul piano dorsale sulle braccia tese fuori. simbolo M c
PALLA	Lungo rotolamento sul piano frontale sulle braccia tese fuori simbolo M p
CLAVETTE	Serie di moulinets in decalage (alternando con senza incrocio i polsi/mani, ogni volta) sul piano frontale, da fuori - basso a sin a fuori basso a dex (o viceversa) per alto, descrivendo una semi-circonduzione, a piedi uniti o divaricati o in spostamento incrociando simbolo M cl
NASTRO	Rotolamento della bacchetta del nastro su una parte del corpo Simbolo: M n

n.b. Le Maestrie sopra indicate sono fisse. Possono essere eventualmente ripetute ma realizzate con i due criteri richiesti dal Codice e contano come una diversa Maestria con valore 0,30.

**CAMPIONATO SERIE C**

Esercizi liberi: corpo libero collettivo (da 4 a 6 ginnaste), cerchio in coppia, fune/nastro (2 ginnaste in successione), clavette o palla individuale

1 solo esercizio tra quelli scelti può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

Classifica: di squadra. Ogni squadra alterna le ginnaste ai 4 attrezzi (di cui 1 a scelta tra palla e clavette individuali), previsti nell'ordine indicato

**CAMP.SERIE C e Coppa Primavera	6,00 6 diff. (2 x ogni G.C.)	Valore da 0,10 a 0,50 con max 1 diff fino a 1,00	E:10,00 falli CdP 2013-2016	16,00 (D+E)
---	--	--	--	------------------------------

	Difficoltà D: p.6,00 max	MAESTRIA/ELEMENTI DI COLLABORAZIONE
Corpo libero Collettivo e Cerchio in Coppia	- C.L. : 6 diff (2 x ogni GC) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 1 diff fino a 1,00 -min. N.1 Combinazione di passi di danza Valore: 0,30 C.L. vedi Indicazioni tecniche compositive Cerchio: coordinata con i gruppi tecnici (fondamentali e alti gruppi) eseguita da entrambe le ginnaste . Elementi Dinamici con rotazione e lancio: Max. 1 (solo cerchio) CERCHIO: 6 Difficoltà, 3 senza scambio, solo isolate coordinate con i gruppi tecnici d'attrezzo (fondamentali o altri gruppi) e 3 con scambio (regole CDP 2013-16)	Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione • Collaborazioni semplici: 0,10 • Collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti:0,30 • Superamento con rovesciamento: 0,40 • Collaborazioni con salto e rovesciamento: 0,50 n.b.: è possibile eseguire elementi di collaborazione anche con il supporto delle compagne CERCHIO: vedi collaborazioni CdP 2013-16 Nel corpo libero collettivo e nell'esercizio con il cerchio: per ogni collaborazione o scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero penalità 0,20 (giudice D)
Palla, clavette Individuali	6 diff (2 x ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 1 diff. corporea fino a 1,00 p. di valore -min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifico di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: 0,30 Max. 1 Elemento Dinamico con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale: 1 Maestria Obbligatoria: valore 0,40 (vedi PTS) 3 valore 0,30 (di cui 1 con El. Fondamentale) Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico (eccetto durante una serie di salti e di pivot)
Fune/nastro in successione	- 6 diff. (2 x ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 1 diff. fino a 1,00 p. di valore FUNE: 3 difficoltà da 0,10-0,50, una per ciascun gruppo corporeo NASTRO: 3 difficoltà da 0,10-0,50, una per ciascun gruppo corporeo min. 1 Combinazione di passi di danza, Valore 0,30 Coordinata con min.1 gruppo tecnici fond. specifico dell'attrezzo (o nella fune o nella palla o in entrambi) -Elementi Dinamici con rotazione e lancio: Max. 1 per ciascun attrezzo	. MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale: 1 Maestria Obbligatoria: valore 0,40 (1 fune e 1 nastro) 3 valore 0,30: 1 con El. Fondamentale (nella fune e/o nel nastro) E' richiesto min 1 elemento per ciascun Gruppo Fondamentale di attrezzo in ciascuno dei due attrezzi

n.b. solo per la fase nazionale: difficoltà (isolata, multipla, mista, DER) di livello superiore a 0,50 (max 0,80) potranno essere inserite nell'esercizio, ma manterranno il valore di 0,50: dovranno essere dichiarate con il valore numerico 0,50. (fra parentesi valore reale)

N.B. NON potrà essere inserita nell'esercizio più di 1 difficoltà di livello max di p 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

ESECUZIONE: p.10,00 vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

**TORNEO REGIONALE**

Esercizi liberi: 2 prove a scelta fra: corpo libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro (prove individuali)
2 prove di Insieme : corpo libero e cerchio (da 3 a 6 ginnaste)

classifica:

- **individuale: ogni ginnasta esegue max. 2 esercizi a scelta tra i 6 previsti**
- **di insieme : corpo libero (da 3 a 6 ginnaste) + cerchi (da 3 a 6 ginnaste)**

1 solo esercizio, individuale e di Insieme, può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

TORNEO REG.	*5,00/**6,00	* Valore da 0,10 a 0,30 con max 2 diff fino a 0,60	10,00 falli CdP 2013-2016	*15,00 **16,00 (D+E)
*Allieve I fascia –	* 5 difficoltà (1 max 2 x G.C.)	** Valore da 0,10 a,50 con max 1 diff fino a 1,00		
**Allieve II fascia	** 6 diff (2 x ogni G.C.)			

	Difficoltà D: p.5,00* p.6,00** max	MAESTRIA /ELEMENTI DI COLLABORAZIONE
Corpo libero, Fune, Cerchio, Palla, Clavette, Nastro (individuali)	*ALLIEVE I: 5 diff (1 max 2 x G.C.) Valore da 0,10 a 0,30 con max 2 diff. fino a 0,60 **ALLIEVE II: 6 diff (2 x ogni G.C.) Valore: da 0,10 a 0,50 con max 1 diff fino a 1,00 p. di valore. coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo (per F.C.P.Cv.N.) - min.1 Combinazione di passi di danza Coordinata con min. 1 gruppo tecnico fondamentale specifico di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: 0,30 - Max. 1 Elemento Dinamico con rotazione e lancio: per entrambe le fasce	MAESTRIA Max 4 in totale: 1 Maestria Obbligatoria: valore 0,40 (vedi PTS) 3 valore 0,30 (di cui 1 con El. Fondamentale) Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico (eccetto durante una serie di salti e di pivot)
Corpo libero (Insieme) P.5,00	- 6 diff (2 x ogni G.C.) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 1 diff. fino a 1,00 p. di valore min. N.1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive, eseguita da tutte le ginnaste. Valore: 0,30	<u>Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione</u> • Collaborazioni semplici: 0,10 • Collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti: 0,20 • Superamento con rovesciamento: 0,30 • Collaborazioni con salto e rovesciamento: 0,40 n.b. : è possibile eseguire le collaborazioni anche con supporto delle compagne
Cerchio (Insieme) P.6,00	6 Difficoltà: 3 Difficoltà senza scambio (isolate, 1 xGC) 3 Difficoltà con scambio coordinate con gli Elementi tecnici Fondamentali Valore diff senza scambio coordinate con i gruppi tecnici fondamentali e gli altri gruppi: da 0,10 a 0,50 Valore diff con scambio : max 0,50 Distanza minima per gli scambi richiesti: 4 metri (valore 0,10). Per gli altri criteri o esigenze, vedi CdP 2013-16 Min n. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 Max. 1 Elemento Dinamico con rotazione e lancio	<u>Minimo n.4 elementi di collaborazione Collab. C.d.P. 2013-2016</u>

ESECUZIONE: p. 10,00 vedi CdP 2013-2016 e integrazioni



N.B.

*** Individuali Allieve 1° fascia , **Individuali Allieve 2° fascia ed esercizi di Insieme a C.L. e Cerchio**

N.B.: Difficoltà di livello superiore a quello della categoria NON potranno essere inserite nell'esercizio, e non saranno prese in considerazione

N.B. -ESERCIZI 3-6 ginnaste (corpo libero, cerchi): i falli di esecuzione si riferiscono ai falli di insieme del C.d.P.

N.B. - SERIE C - TORNEO REGIONALE: Per ogni elemento di collaborazione richiesto mancante: 0,20 p.

ESERCIZIO 3-6 ginnaste (corpo libero): la difficoltà è valida se eseguita da tutte le ginnaste e realizzata correttamente almeno dalla metà delle componenti

Non sono previsti abbassamenti di livello relativamente alle collaborazioni

ESERCIZIO di insieme: CERCHI

Uno scambio con perdita di attrezzo di una ginnasta sarà considerato valido come esigenza, ma sarà penalizzato a livello esecutivo e la difficoltà di scambio uguale a 0. La perdita d'attrezzo di una ginnasta annulla la difficoltà senza scambio, e sarà penalizzata a livello esecutivo

**CAMPIONATI DI CATEGORIA****ALLIEVE I FASCIA****Esercizi liberi individuali: corpo libero, palla, nastro****Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 3 esercizi: corpo libero, palla, nastro****1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)**

CAMP.CATEGORIA	5,00 max 5 difficoltà (min1 max 2 x G.C.)	Valore da 0,10 a 0,40 con max 2 diff fino a 0,80	10,00 falli CdP 2013- 2016 e PTS	15,00 (D+E)
ALLIEVE I fascia				

	Difficoltà D: p.5,00	MAESTRIA /ELEMENTI DI COLLABORAZIONE
Corpo libero	- 8 diff (min2 max 3 x G.C.) Valore: da 0,10 a 0,40 con max 2 difficoltà fino a 0,80 di valore min. 1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive Valore: 0,30	N.B. nel Corpo libero non sono previste Maestrie ed Elementi Dinamici con rotazione e lancio
Palla, Nastro	- 5 diff (min1 max 2 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: 0,10 0,20 0,30, 0,40 con max 2 diff. fino a 0,80 p. di valore min N.1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 1 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale: 1 Maestria Obbligatoria: valore 0,40 (vedi PTS) 3 valore 0,30 (di cui 1 con El. Fondamentale) Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)

n.b. Difficoltà (isolata, multipla, mista, DER) di livello superiore a 0,40 potranno essere inserite nell'esercizio, (max 0,80) ma saranno riportate al valore 0,40. **Dovranno essere dichiarate con il valore numerico 0,40. (fra parentesi valore reale)**

N.B. NON potranno essere dichiarate nell'esercizio più di 2 difficoltà di livello max di p 0,80 Non saranno considerate valide (no penalità)

ESECUZIONE: p.10,00 vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

**ALLIEVE II FASCIA**

Esercizi liberi: corpo libero, fune, cerchio, clavette,

Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 4 esercizi: corpo libero, fune, cerchio, clavette

1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CAMP.CATEGORIA	6,00 max 6 difficoltà (2 x ogni G.C.)	Valore da 0,10 a 50 con max 2 diff fino a 1,00	10,00 falli CdP 2013-2016	16,00 (D+E)
ALLIEVE II fascia				

	Difficoltà D: p.6,00	
Corpo libero	- 8 diff (min 2 max 3 x G.C.) Valore: da 0,10 a 0,50 con max 2 diff fino a 1,00 p.di valore min. 1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive Valore: 0,30	N.B. nel Corpo libero non sono previste Maestrie ed Elementi Dinamici con rotazione e lancio
Fune, Cerchio, clavette	- 6 diff (2 x ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 a 0,50 con max 2 diff fino a 1,00 - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 2 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale: 1 Maestria Obbligatoria: valore 0,40 (vedi PTS) 3 valore 0,30 (di cui 1 con El. Fondamentale) Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot).

N.B.. Difficoltà (isolata, multipla, mista, DER) di livello superiore a 0,50 potranno essere inserite nell'esercizio (max. 1,00 p.) ma saranno riportate al valore 0,50. dovranno essere dichiarate con il valore numerico 0,50. (fra parentesi valore reale)

N.B. NON potranno essere dichiarate nell'esercizio più di 2 difficoltà di livello max di p 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

ESECUZIONE: p.10,00 vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

**CATEGORIA JUNIORES E SENIORES****CAMPIONATI DI CATEGORIA****JUNIORES I fascia**

Esercizi liberi con: fune, cerchio, palla, clavette

Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 4 esercizi: fune, cerchio, palla, clavette

1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CAMP.CATEGORIA	7,00 Min 4 max 7 difficoltà	Valore da 0,10 a 0,90 con max 3 diff da 1,00	10,00 falli CdP 2013-2016	17,00 (D+E)
JUNIOR I fascia				

	Difficoltà D: p.7,00 max	
Fune, Cerchio, palla, clavette	- da 4 a 7 diff (min 1 max 3 x G.C.) d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre con max 3 diff fino a 1,00 p.di valore - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (50%). Penalità: punti 0,50 per (giudice D): Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot).

N.B. NON potranno essere inserite nell'esercizio più di 3 difficoltà (isolate, multiple, miste, DER) di livello max di p 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

Nota: Per la categoria Junior, il nastro può essere di m.5

ESECUZIONE: p.10,00 vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**JUNIORES II FASCIA**

Esercizi liberi con: fune, cerchio, palla, clavette

Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 4 esercizi: fune, cerchio, palla, clavette

1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CAMP.CATEGORIA JUNIOR II fascia	8,00 Da 4 a max 7 diff	Valore da 0,10 a 1,00	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
--	----------------------------------	-----------------------	--	------------------------------

	Difficoltà D: p.8,00 max	
Fune, Cerchio, palla, clavette	- da 4 a 7 diff (min 1 max 3 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 -- min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%). Penalità: punti 0,50 (giudice D)- Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot).

N.B. Difficoltà (isolate, multiple, miste, DER) di livello sup. a 1.00 NON potranno essere inserite nell'esercizio. Non saranno considerate valide (no penalità)

Nota: Per la categoria Junior, il nastro può essere di m. 5

ESECUZIONE: p.10,00 vedi c.d.p. 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**SENIOR**

Esercizi liberi con: cerchio, palla, clavette e nastro

Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 4 esercizi: cerchio, palla, clavette e nastro

1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

C.CATEGORIA SENIOR e CAMP. ASSOLUTI	10,00 Da 6 a max 9 diff Vedi CdP.2013-2016	da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limite di valore	10,00 falli CdP 2013-2016	20,00 (D+E)
--	---	---	--	------------------------

	Difficoltà D: p.10,00 max	
cerchio, palla, clavette, nastro	- da 6 a 9 diff (min 2 max 4 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 e più -- min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 5: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%). Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)

ESECUZIONE: p.10,00 Vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**CAMPIONATO DI SPECIALITA'****CATEGORIA JUNIOR E CATEGORIA SENIOR****Esercizi liberi individuali (Fune, Cerchio, Palla, Clavette, Nastro) per ciascuna categoria**

Esercizio libero in coppia (coppia formata da : 2 juniores, oppure 2 seniores, oppure 1 junior e 1 senior)-

1 solo degli esercizi individuali per ciascuna ginnasta può essere accompagnato da musica e parole. E' possibile utilizzare musica e parole anche per l'esercizio in coppia, oltre a quello individuale (penalità 0,50 per utilizzo voce nei 2 esercizi individuali)

Classifica:

- di attrezzo : fune, cerchio, palla, clavette, nastro individuale
- di coppia : 2 clavette ,1 cerchio,

CAMPIONATO DI SPECIALITA'	8,00 Da 6 a max 9 diff Sr Da 4 a max 7 diff Jr	Sen.: da 0,10 a 1,00 Jun da 0,10 a 1,00	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
	Difficoltà D: p.8,00			
Fune, cerchio, palla, clavette, nastro JUN	- da 4 a 7 diff (min 1 max 3 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio		MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%). Penalità: punti 0,50 (giudice D): Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)	
Fune, cerchio, palla, clavette, nastro SEN	- da 6 a 9 diff (min 2 max 4 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio		MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%). Penalità: punti 0,50 (giudice D): Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)	
2 Clavette, 1 cerchio DI COPPIA (JUN e SEN)	- 6 Difficoltà: 3 senza scambio solo isolate coordinate con i gruppi tecnici Fondamentali e altri gruppi (1 x GC) e 3 con scambio (CDP 2013-16) Valore difficoltà isolate: da 0,10 a 0,50 con max 1 diff. fino a 1,00 Valore difficoltà con scambio: max 1,00 - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico Fondamentale specifico di ciascun attrezzo eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 1 Elemento Dinamico con rotazione e lancio: fino a max 1.00 p. eseguito dalle 2 ginnaste		<u>Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione</u> - vedi collaborazioni CdP 2013-16 <u>Per ogni collaborazione o scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero pen. 0,20 (giudice D)</u> Ogni gruppo Fondamentale di ciascun attrezzo deve essere rappresentato: penalità 0,30 (giudice D)	

n.b.: Per la coppia e le cat Junior NON potranno essere inserite ulteriori difficoltà di livello superiore a 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

Nota: Per la categoria Junior, il nastro può essere di m. 5

ESECUZIONE: p.10,00 Vedi c.d.p 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**CAMPIONATO DI SERIE B**

Esercizi liberi (C.d.P. internazionale 2013-20126 con: esercizio al Corpo Libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro. (C.L.: ginnaste categoria Allieve 2^a fascia o Junior 1^a fascia, che non potranno eseguire esercizi con attrezzi in quella gara. La Junior 1^a fascia può eseguire l'esercizio con attrezzo in altra gara dove non effettua l'esercizio a corpo libero)

Classifica: di squadra

Ogni squadra alterna le ginnaste ai 6 attrezzi previsti

1 solo dei due esercizi possibili per ciascuna ginnasta può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CAMP.SERIE B	8,00 Da 6 a max 9 diff CL 7,00* – 8 diff	Valore da 0,10 a 1,00	10,00 falli CdP 2013-2016	*17,00 18,00 (D+E)
---------------------	--	--------------------------	--	---

	Difficoltà D: p.7,00*, p.8,00 max	
*Corpo libero (Allieva II fascia o Junior I fascia)	8 diff (min 2 max 3 x G.C.) Valore: da 0,10 a 0,50 con max 2 diff fino a 1,00 min. 1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive Valore: 0,30	N.B. nel Corpo libero non sono previste Maestrie ed Elementi Dinamici con rotazione e lancio
Fune, cerchio, palla, clavette, nastro.	- da 6 a 9 diff (min 2 max 4 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) . Penalità: punti 0,50 (giudice D): Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)

N.B.. Corpo libero: Difficoltà (isolate, multiple, miste) di livello superiore a 0,50 potranno essere inserite nell'esercizio, (max. 1,00 p.) ma saranno riportate al valore 0,50. dovranno essere dichiarate con il valore numerico 0,50. (fra parentesi valore reale)

N.B. NON potranno essere inserite nell'esercizio più di 2 difficoltà (isolate, multiple, miste, DER) di livello max di p 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

Nota: Per le ginnaste della categoria Junior, il nastro può essere di m. 5

ESECUZIONE: p.10,00 max vedi c.d.p. 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**CAMPIONATO DI SERIE A1 E A 2**

Esercizi liberi (C.d.P. internazionale 2013-2016) con: esercizio al Corpo Libero, fune, cerchio, palla, clavette, nastro (C.L.: ginnaste categoria Allieve 2^ fascia o Junior 1^ fascia, che non potranno eseguire esercizi con attrezzi in quella gara. La Junior 1^ fascia può eseguire l'esercizio con attrezzo in altra gara dove non effettua l'esercizio a corpo libero)

Classifica: di squadra

Ogni squadra alterna le ginnaste ai 6 esercizi previsti

1 solo dei due esercizi possibili per ciascuna ginnasta può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CAMP.SERIE A	10,00 max Vedi CdP 2013-2016 cat Sen CL 7,00* – 8 diff	da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limite di valore e per C-L.	10,00 falli CdP 2013-2016	*17,00 20,00 (D+E)
---------------------	--	---	--	---

	Difficoltà D: p.10,00 p.7,00*	
*Corpo libero (Allieva II fascia o Junior I fascia)	8 diff (min 2 max 3 x ogni G.C Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 3 diff fino a 1,00 min. 1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive Valore: 0,30	N.B. nel Corpo libero non sono previste Maestrie ed Elementi Dinamici con rotazione e lancio
Fune, cerchio, palla, clavette, nastro.	- da 6 a 9 diff (min 2 max 4 x ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo Valore: da 0,10 e oltre fino a p.1,00 e più - min. 1 Combinazione di passi di danza Coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale specifici di ciascun attrezzo e gli altri gruppi tecnici d'attrezzo, eseguita da tutte le ginnaste Valore: 0,30 - Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio	MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 5: Valore: 0,30 Gruppi Fondamentali e altri Gruppi tecnici d'attrezzo L'esecuzione dei Gruppi tecnici Fondamentali del lavoro dell'attrezzo deve essere predominante nell'esercizio (minimo 50%) . Penalità: punti 0,50 (giudice D): Gli elementi tecnici dell'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico. (eccetto durante una serie di salti e di pivot)

N.B.. Corpo libero: Difficoltà (isolate, multiple, miste) di livello superiore a 0,50 potranno essere inserite nell'esercizio (max. 1,00 p.), ma saranno riportate al valore 0,50. dovranno essere dichiarate con il valore numerico 0,50. (fra parentesi valore reale)

N.B. NON potranno essere inserite nell'esercizio più di 3 difficoltà (isolate, multiple, miste, DER) di livello max di p 1.00 Non saranno considerate valide (no penalità)

Nota: Per le ginnaste della categoria Junior, il nastro può essere di m.5

ESECUZIONE p.10,00 Vedi CdP 2013-2016 e integrazioni

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.

**CAMPIONATO ASSOLUTO**

Riservato a : Ginnaste Team Italia, Campionessa Nazionale Categoria Juniores e Campionessa Nazionale Categoria Seniores e comunque alle prime ginnaste in ordine di classifica delle categorie Juniores e Seniores, non appartenenti al Team Italia.

Esercizi liberi (C.d.P. 2013-2016) con: cerchio, palla, clavette e nastro
Classifica individuale: ogni ginnasta esegue 4 esercizi: cerchio, palla, clavette e nastro
1 solo esercizio può essere accompagnato da musica e parole

C.CATEGORIA SENIOR CAMP. ASSOLUTI	10,00 Da 6 a max 9 diff Vedi CdP 2013-2016	da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limite di valore	10,00 falli CdP 2013-2016	20,00 (D+E)
--	---	---	-------------------------------------	------------------------

Nota: Per le ginnaste della categoria Junior, il nastro può essere di m. 5

CAMPIONATO DI INSIEME cat. Giovanile

Esercizio libero con 5 palle

CAMP.INSIEME GIOVANILE: 5 palle	8,00 Vedi CdP 2013-2016 cat.Jr	Valore da 0,10 a 1,00 Vedi C.d. P. 2013- 2016	10,00 falli CdP 2013-2016	18,00 (D+E)
--	---	---	--	------------------------

L'esercizio può essere accompagnato da musica e parole

CAMPIONATO DI INSIEME cat. OPEN

Esercizio libero con 5 nastri

CAMP.INSIEME OPEN: 5 nastri	10,00 Vedi CdP 2013-2016 cat Sen	da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limite di valore	10,00 falli CdP 2013-2016	20,00 (D+E)
--	---	---	--	------------------------

L'esercizio può essere accompagnato da musica e parole

Per tutto quanto non specificato, fare riferimento al CdP 2013-2016 e integrazioni.



GARE SPECIALI

*** COPPA ESTATE**

Esercizi liberi : corpo libero collettivo (da 4 a 6 ginnaste), fune/nastro (2 ginnaste in successione) e 1 attrezzo individuale. (a scelta tra palla e clavette)

Classifica: di squadra. Ogni squadra alterna le ginnaste ai 3 attrezzi nell'ordine indicato

Per le esigenze ed i valori compositivi vedere scheda relative al Campionato serie C (fase regionale e interregionale) alle pagine precedenti.

1 solo esercizio tra quelli scelti può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

CRITERIUM GIOVANILE

Riservato a : le prime 3 classificate del C. Nazionale Categoria Allieve I fascia , le prime 3 classificate del C. Nazionale Categoria Allieve II fascia e le prime 6 classificate del C. Nazionale Categoria Jr I fascia .

Esercizi liberi (CdP 2013-2016) :

Allieve I fascia: corpo libero e nastro

Allieve II fascia : cerchio e palla

JR I fascia ; fune e clavette

Per le esigenze ed i valori compositivi -vedere schede relative alle pagine precedenti.

1 solo esercizio tra i due può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

***FUTURES COMPETITION**

Riservato a :ginnaste partecipanti al Campionato Interregionale di Categoria, escluse dalla Finale Nazionale così come segue:

Per ciascun concentramento interregionale:

le prime 3 Allieve II fascia; le prime 3 Junior I fascia, le prime 3 Junior II fascia, la prima Senior in classifica dopo le ammesse alla Fase Nazionale 2015

Esercizi liberi (CdP 2013-2016) :

Allieve II fascia cerchio-clavette

Junior I fascia : fune e palla

Junior II fascia: palla e cerchio

Senior: clavette e nastro

Per le esigenze ed i valori compositivi -vedere schede relative alle pagine precedenti.

1 solo esercizio tra i due può essere accompagnato da musica e parole (penalità 0,50)

***INSIEME D'ESTATE**

Riservato alle squadre (Giovanili e Open)partecipanti alla Fase Regionale, escluse dalla ammissione al Campionato Nazionale di Insieme. Per ogni tipo di gara è ammessa una sola squadra per società

Esercizi liberi di Insieme (CdP 2013-2016)

Gara "Giovanile": esercizio con 5 palle

Gara "Open": esercizio con 5 nastri

Per le esigenze ed i valori compositivi -vedere schede relative alle pagine precedenti.

L'esercizio può essere accompagnato da musica e parole

*** Gare inserite nella settimana della Festa della Ginnastica**

la D.T.N.R.

Firenze, 8/09/2014

prof.ssa Marina Piazza