

**Programmi tecnici G.RITMICA 2016 (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.(e Naz AII) *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 2016 | *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 2016 | 10,00 falli CdP 2013-2016 e PTS 2016 | *15,00 **16,00 (D+E) Vedi PTS 2016 |
| 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 2016) 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 2016) | | | | |
| 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 2016 | Valore da 0,10 a 0,40 con max 2 diff fino a 0,80 Vedi PTS 2016 | 10,00 falli CdP 2013-2016 e PTS 2016 | 15,00 (D+E) Vedi PTS 2016 |
| 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 2016 | Valore da 0,10 a,50 con max 2 diff fino a 1,00 Vedi PTS 2016 | 10,00 falli CdP 2013-2016 | 16,00 (D+E) Vedi PTS 2016 |
| Esercizi: AII fascia: Corpo libero, fune, cerchio, clavette | | | | |
| CAMP.CATEGORIA JUNIOR I fascia | 7,00 Da 4 a max 7 diff Vedi PTS 2016 | Valore da 0,10 a 0,90 e con max 3 diff <u>da 1,00</u> Vedi PTS 2016 | 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 2016 | Valore da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2016 | 10,00 falli CdP 2013-2016 | 18,00 (D+E) |
| Esercizi: fune, cerchio, palla, clavette | | | | |
| C.CATEGORIA SENIOR CAMP. ASSOLUTI Criterium, Futures Competition: Vedi programmi C.Nazionali di ogni categoria. | 10,00 Da 6a max 9 diff Vedi CdP 2013-2016 e PTS2016 | 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 2016 | Sen.: da 0,10 a 1,00 Jun.: da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2016 | 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 2016 | Valore da 0,10 a 1,00 Vedi PTS 2016 | 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 2016 | Da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limiti di valore e per C.L. vedi PTS 2016 | 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: 10 clavette | 8,00 Vedi CdP .2013-2016 cat.Jr e PTS 2016 | 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: 2 cerchi 6 clavette | 10,00 Vedi CdP.2013-2016 cat Sen e PTS 2016 | Da 0,10 a 1,00 e oltre, senza limiti di valore | 10,00 falli CdP 2013-2016 | 20,00 (D+E) |



INDICAZIONI TECNICHE COMPOSITIVE

PER TUTTE LE GARE Categoria ALLIEVE:

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

Per le seguenti esigenze mancanti D (giudici D)

- **assenza del 50% dei gruppi Fondamentali: 0,50**
- **assenza di 1 combinazione di passi di danza: 0,20**
- **assenza della M obbligatoria con elemento Fondamentale: 0,50**
- **assenza dell'Elemento obbligatorio d'attrezzo: 0,50**
- **più di 4 elementi di Maestria dichiarati: 0,30**
- **ogni difficoltà obbligatoria mancante: 0,20**
- **scrittura scorretta della Scheda (valori): 0,20 (giudice D) una sola volta**
- **se il simbolo è scritto scorrettamente o assente 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 \rightarrow) 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 (eccetto del valore di 0,10 – non dichiarata) 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.

ELEMENTI FONDAMENTALI E ALTRI GRUPPI TECNICI D'ATTREZZO

Gli elementi tecnici specifici d'attrezzo non sono limitati, ma non possono essere eseguiti in modo identico (eccetto durante una serie di salti e di pivot)

ELEMENTI OBBLIGATORI D'ATTREZZO

Per ciascun attrezzo della categoria Allieve è previsto un elemento obbligatorio d'attrezzo, del valore 0,40 (vedi PTS). Gli elementi possono essere eseguiti isolati o durante una combinazione di passi ritmici, ma non durante le difficoltà corporee o la Maestria o il DER.



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.

Per tutte le gare Allieve, deve essere presente minimo una M obbligatoria con 1 Gruppo Fondamentale a scelta.

Possono essere eseguiti massimo 3 elementi di Maestria in aggiunta alla Maestria obbligatoria con l'elemento fondamentale di attrezzo

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

La Maestria 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 $M \downarrow (\neq \delta)$

OPPURE

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

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

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 $S \Rightarrow$

ELEMENTI DINAMICI DI ROTAZIONE (DER) R^{\uparrow}

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

Per le esigenze, vedi PTS.

Il/i 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)

ESECUZIONE (E):

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

N.B. Esercizi **collettivi** (corpo libero, cerchi, **coppia 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 le categoria Allieve fascia il nastro può essere di m. 5.






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



Programmi Tecnici Specifici (PTS)

GARE CATEGORIA ALLIEVE

Elementi obbligatori per gli esercizi individuali con gli attrezzi

| Elementi | Valore fisso 0,40 |
|----------|---|
| FUNE | Controvela dx e sin, piedi uniti o divaricati, in relevé con ampio movimento del tronco Simbolo: FU  |
| CERCHIO | Lungo rotolamento sul piano dorsale sulle braccia tese fuori. simbolo CE  |
| PALLA | Lungo rotolamento sul piano frontale sulle braccia tese fuori simbolo PA  |
| 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 incrociando per effettuare un giro su stessi simbolo CV  |
| NASTRO | Echappé del nastro da fermi o in spostamento (a passi o chassè) sul piano frontale (non lancio) Simbolo: NA  |

Gli elementi obbligatori di attrezzo sopra indicati sono fissi.

Possono essere eventualmente ripetuti:

1- per combinazioni di Maestrie, ma con i due criteri previsti dal C.d.P.
oppure

2 come maneggio d'attrezzo su una Difficoltà corporea

Possono essere calcolati nel computo del 50% del Gruppo Fondamentali

**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 a 4 dei 5 attrezzi (di cui 1 a scelta tra palla e clavette individuali), previsti nell'ordine indicato

| | | | | |
|---|-------------|--|--|------------------------------|
| **CAMP.SERIE C e Coppa Primavera | 6,00 | 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 | ESIGENZE COMPOSITIVE SPECIFICHE |
|--|---|--|
| Corpo libero Collettivo | <ul style="list-style-type: none"> - 6 difficoltà corporee (minimo 1 per ogni G.C. Questo "minimo" deve essere eseguito da tutte le ginnaste). Sono accettate le difficoltà "miste", ma con esecuzione simultanea di max 2 Difficoltà corporee differenti. Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 max 1 difficoltà fino a p.1,00 di valore - min. N.1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive | <p>Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione</p> <ul style="list-style-type: none"> • Collaborazioni semplici: 0,10 • Collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti:0,30 • Superamento con rovesciamento: 0,40 • Collaborazioni con salto e rovesciamento: 0,50 <p>N.B.: è possibile eseguire elementi di collaborazione anche con il supporto delle compagne</p> <p>Per ogni collaborazione o scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero penalità 0,20 (giudice D)</p> |
| Cerchio in Coppia | <p>6 difficoltà:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 senza scambio, solo isolate (eccetto multipla di pivot fouettè) max 1 difficoltà corporea fino a p. 1,00 di valore coordinate con i gruppi tecnici d'attrezzo (fondamentali e/o altri gruppi) - 3 con scambio (regole CDP 2013-16) - min. N.1 Combinazione di passi di danza coordinata con minimo 1 gruppo tecnico fondamentale eseguito da entrambe le ginnaste . - max. 1 DER eseguito da entrambe le ginnaste | <p>Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione vedi collaborazioni CdP 2013-16</p> <p>Per ogni collaborazione/scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero penalità 0,20 (giudice D)</p> <p>Tutti i gruppi Fondamentali attrezzo devono essere presente, anche eseguiti da 1 ginnasta.</p> <p>La penalità (giudici D 0,20) è applicata per ciascun gruppo mancante.</p> |
| Fune/nastro in successione | <ul style="list-style-type: none"> - 6 difficoltà corporee (2 x ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici d'attrezzo (fondamentali o altri gruppi) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 con max 1 difficoltà corporea fino a p. 1,00 di valore (corporea e/o DER) 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, Coordinata con min.1 gruppo tecnico fondamentale specifico dell'attrezzo (o nella fune o nel nastro o in entrambi) - max. 1 DER per ciascun attrezzo | <ul style="list-style-type: none"> - Elemento obbligatorio di attrezzo: valore 0,40 (1 fune e 1 nastro) - Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale, di cui 1 Maestria Obbligatoria con Elemento Fondamentale (1 fune e 1 nastro) valore 0,30 <p>Per ciascun attrezzo è richiesta l'esecuzione del 50% di elementi Fondamentali attrezzo</p> |
| Palla, clavette Individuali | <ul style="list-style-type: none"> - 6 difficoltà corporee (2 per ogni G.C.) coordinate con i gruppi tecnici d'attrezzo (fondamentali o altri gruppi) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 max 1 difficoltà (corporea e/o DER) fino a p. 1,00 di valore - min. 1 Combinazione di passi di danza - max. 1 DER | <ul style="list-style-type: none"> - Elemento obbligatorio di attrezzo: valore 0,40 - Maestria d'attrezzo M max 4 in totale, di cui: 1 Maestria Obbligatoria con Elemento Fondamentale valore 0,30 <p>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%)</p> |

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).

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

La difficoltà è valida se eseguita correttamente da tutte le ginnaste

**TORNEO ALLIEVE**

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)

N.B. Solo per le Allieve II fascia è prevista una fase nazionale. (vedi N.T. 2016)

| | | | | |
|----------------------------|---------------------------------|---|--|---|
| 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 | ESIGENZE COMPOSITIVE SPECIFICHE |
|---|--|--|
| Corpo libero, Fune, Cerchio, Palla, Clavette, Nastro (individuali) | *ALLIEVE I: 5 difficoltà corporee (1 max 2 x G.C.) Valore da 0,10 a 0,30 max 2 difficoltà corporee fino a 0,60 **ALLIEVE II: 6 difficoltà corporee (2 x ogni G.C.) Valore: da 0,10 a 0,50 max 1 difficoltà fino a p.1,00 di valore. coordinate con i gruppi tecnici fondamentali specifici di ciascun attrezzo e/o elementi dagli altri gruppi tecnici d'attrezzo (per FU.CE.PA.CV.NA.) - min.1 Combinazione di passi di danza - Max. 1 DER: per entrambe le fasce | - Elemento obbligatorio di attrezzo: valore 0,40 - Maestria d'attrezzo M max 4 in totale, di cui 1 Maestria Obbligatoria con Elemento Fondamentale 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%) |
| Corpo libero (Insieme) P.5,00 | - 6 difficoltà (min 1 per ogni G.C. eseguito da tutte le ginnaste) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 Max 1 diff fino a p.1,00 - min. N.1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive, eseguita da tutte le ginnaste. Valore: 0,30 | Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione • 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) coordinate con i gruppi tecnici fondamentali e gli altri gruppi: con valore da 0,10 a 0,50 - 3 Difficoltà con scambio con valore 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 - Max. 1 DER | Minimo n.4 elementi di collaborazione Collab. C.d.P. 2013-2016 Per ogni collaborazione/scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero penalità 0,20 (giudice D) |

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

Esercizio a corpo libero collettivo T.R.: 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

*** 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 corpo libero, cerchi: i falli di esecuzione si riferiscono ai falli di insieme del C.d.P

**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 | 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 | ESIGENZE COMPOSITIVE SPECIFICHE |
|--------------------------|---|--|
| Corpo libero | - 8 difficoltà (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 difficoltà (min1 max 2 x G.C.) coordinate con i gruppi tecnici d'attrezzo (fondamentali e/o altri gruppi) Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 Max 2 difficoltà (corporea e/o DER) fino a p.0,80 di valore - min. 1 Combinazione di passi di danza - Max. 1 DER | - Elemento obbligatorio di attrezzo: valore 0,40 - Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale, di cui 1 Maestria Obbligatoria con Elemento Fondamentale 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%) |

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 inserite 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 | 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 | ESIGENZE COMPOSITIVE SPECIFICHE |
|--------------------------------|--|--|
| Corpo libero | <p>- 8 difficoltà (min 2 max 3 x G.C)</p> <p>Valore: da 0,10 a 0,50</p> <p>max 2 difficoltà fino a p.1,00 di valore</p> <p>min. 1 Combinazione di passi di danza vedi Indicazioni tecniche compositive Valore: 0,30</p> | <p>N.B. nel Corpo libero non sono previste Maestrie ed Elementi Dinamici con rotazione e lancio</p> |
| Fune, Cerchio, clavette | <p>- 6 difficoltà (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</p> <p>max 2 difficoltà (corporea e/o DER) fino a p.1,00 di valore</p> <p>- min. 1 Combinazione di passi di danza</p> <p>- max. 2 DER</p> | <p>- Elemento obbligatorio di attrezzo: valore 0,40</p> <p>- Maestria d'attrezzo M Max 4 in totale, di cui 1 Maestria Obbligatoria con Elemento Fondamentale valore 0,30</p> <p>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%)</p> |

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 | 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 | <ul style="list-style-type: none"> - da 4 a 7 difficoltà corporee (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 DER | <p>MAESTRIA</p> <p>Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30</p> <p>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).</p> |

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 | 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, | <p>- da 4 a 7 difficoltà corporee (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</p> <p>- 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</p> <p>- Max. 3 DER</p> | <p>MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30</p> <p>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%).</p> |

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 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 | <p>- da 6 a 9 difficoltà corporee (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</p> <p>-- 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</p> <p>- Max. 3 DER</p> | <p>MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 5: Valore: 0,30</p> <p>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%).</p> |

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 2seniores, 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)**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 | <p>- 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</p> <p>- 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</p> <p>- Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio</p> | | <p>MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30</p> <p>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):</p> <p>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)</p> | |
| Fune, cerchio, palla, clavette, nastro SEN | <p>- 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</p> <p>- 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</p> <p>- Max. 3 Elementi Dinamici con rotazione e lancio</p> | | <p>MAESTRIA Maestria d'attrezzo M Max 4: Valore: 0,30</p> <p>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):</p> <p>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)</p> | |
| 2 Clavette, 1 cerchio DI COPPIA (JUN e SEN) | <p>- 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)</p> <p>Valore difficoltà isolate: da 0,10 a 0,50 con max 1 difficoltà. fino a 1,00 Valore difficoltà con scambio: max 1,00</p> <p>- 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</p> <p>- Max. 1 DER: fino a max 1.00 p. eseguito dalle 2 ginnaste</p> | | <p><u>Minimo n.4 elementi di collaborazione con o senza rotazione</u> - vedi collaborazioni CdP 2013-16</p> <p><u>Per ogni collaborazione o scambio mancante o scambio/difficoltà in sovrannumero pen. 0,20 (giudice D)</u></p> <p>Ciascun gruppo Fondamentale di ciascun attrezzo deve essere rappresentato: penalità 0,30 (giudice D)</p> | |

n.b.: Per la coppia e le cat Junior NON potranno essere inserite ulteriori difficoltà di livello superiore a 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 c.d.p 2013-2016 e integrazioni

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

**CAMPIONATO DI SERIE B1/B NAZIONALE**

Esercizi liberi (C.d.P. internazionale 2013-20126 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 attrezzi previsti

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

| | | | | |
|---------------------|--------------------------------|-----------------------|--|---|
| CAMP.SERIE B | CL 7,00* 8,00 | 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 difficoltà corporee (min 2 max 3 x G.C.) Valore: da 0,10 a 0,50 max 2 difficoltà fino a p.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 difficoltà corporee (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^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 esercizi previsti

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

| | | | | |
|---------------------|-------------------------------------|---|--|---|
| CAMP.SERIE A | CL 7,00* 10,00 max | 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 difficoltà corporee (min 2 max 3 x ogni G.C Valore: 0,10 0,20 0,30 0,40 0,50 max 3 difficoltà fino a p.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 difficoltà corporee (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 DER | 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): |

N.B.. Corpo libero: Difficoltà (isolate, multiple, miste) di livello superiore a 0,50 potranno essere inserite nell'esercizio (max. p.1,00), 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 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 10 clavette

| | | | | |
|--|---|---|--|------------------------|
| CAMP.INSIEME GIOVANILE: 10 clavette | 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 2 cerchi 6 clavette

| | | | | |
|---|---|---|--|------------------------|
| CAMP.INSIEME OPEN: 2 cerchi 6 clavette | 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

TORNEO NAZIONALE ALLIEVE II FASCIA

Riservato a: le prime classificate a ciascun attrezzo individuale del Campionato Regionale Categoria Allieve II

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

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

COPPA ESTATE *

Esercizi liberi : corpo libero collettivo (da 3 a 6 ginnaste), fune/nastro (2 ginnaste in successione) e 1 attrezzo individuale.

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 Campionato Nazionale Categoria Allieve I fascia , le prime 3 classificate del Campionato Nazionale Categoria Allieve II fascia e le prime 6 classificate del Campionato Nazionale Categoria Jr I fascia .

Esercizi liberi (CdP 2013-2016) :

Allieve I fascia: corpo libero e nastro

Allieve II fascia: cerchio e clavette

JR I fascia: fune e palla

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 2016

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

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 10 clavette

Gara "Open": esercizio con 2 cerchi e 6 clavette

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***



N.B. Scheda Ufficiale Difficoltà (D)

Per tutte le gare (Allieve, Junior, Senior e Squadra) e per ciascun esercizio è prevista una Scheda Ufficiale di Difficoltà (D).

Per le competizioni ufficiali FGI, la scheda Ufficiale di Difficoltà deve essere compilata con il computer. Le schede scritte a mano non saranno accettate (esclusione dalla competizione).

Le Schede Ufficiali di Difficoltà (per ciascuna ginnasta/squadra e per ciascun esercizio) dovranno essere consegnate alla Società Organizzatrice, un'ora prima dell'inizio della riunione di giuria:

- Gare interregionali: 4 copie**
- Gare nazionali: 5 copie**

Qualora la riunione di giuria si svolgesse la sera precedente la gara, le schede ufficiali di Difficoltà potranno essere consegnate massimo entro un'ora prima dell'inizio della competizione.

Qualora le competizioni si svolgano in più giornate, alle ginnaste/società che non gareggiano nella prima giornata, è permesso consegnare le schede al massimo entro un'ora prima della gara iniziale della giornata in cui sono impegnate.

In caso di mancata consegna delle schede Ufficiali di Difficoltà secondo quanto sopra enunciato, il primo esercizio della ginnasta/squadra, sarà penalizzato di p.0,50 (giudice coordinatore)

**Firenze, 23/09/2015
Aggiornato al 15/01/2016**

**D.T.N.R.
prof.ssa Marina Piazza**