

**GINNASTICA
ARTISTICA
FEMMINILE**

**PROGRAMMA TECNICO
PROVINCIALE**

**ANNO SPORTIVO
2024-25**

Tale programma tecnico e regolamento diventa ufficiale dal 1 novembre 2024 (salvo modifiche e/o aggiornamenti)

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

PROGRAMMA GARE

A cura della Commissione Tecnica PROVINCIALE GAF

Questo Programma tecnico si rivolge alle ginnaste che praticano la Ginnastica Artistica consentendo a TUTTE di trovare il grado di difficoltà a loro più congeniale sia che il loro impegno abbia un carattere prettamente ludico-motorio, sia che il loro livello tecnico venga indirizzato verso esercizi più complessi ed evoluti. Inoltre, il Programma tende a privilegiare maggiormente l'esecuzione tecnica corretta del gesto tecnico piuttosto che spingere verso la ricerca di difficoltà superiori a discapito dell'esecuzione, cogliendo lo spirito presente negli obiettivi dello sport per tutti dell'A.I.C.S.

1	Le gare effettuate con l'utilizzo di questo programma sono previste a carattere individuale.									
2	Le categorie Pulcine, Piccolissime affrontano un programma unico senza livelli. Sono previste 4 categorie: Allieve, Ragazze, Junior e Senior e 6 livelli di Difficoltà: Primavera, A,B,C,D,E . Solo la categoria Allieve dispone di un ulteriore livello di difficoltà definito Primavera. Ogni ginnasta potrà scegliere il livello di difficoltà in cui cimentarsi ma, nel caso si tratti di un Torneo o Campionato con più fasi, dovrà mantenerlo per tutte le gare o accedere ad un grado SUPERIORE. Le ginnaste tesserate FGI sez. GAF possono partecipare ai campionati AICS solo nel livello D/E .									
3	<p>Per la composizione degli esercizi sono previste delle schede specifiche per ogni attrezzo :</p> <p>- Per il Volteggio la scheda contiene l'elenco dei salti richiesti per ogni livello.</p> <p>-Per la Trave e il Corpo Libero le schede sono composte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • per la categoria Pulcini da 5 righe; • per la categoria piccolissime da 7 righe; • per il livello Primavera e oltre da 9 righe. <p>Per tutti gli altri livelli presentati dal programma tecnico, le schede sono composte da 10 righe e colonne dove sono elencati gli elementi di difficoltà. (Per la compilazione delle schede seguire le indicazioni riportate nelle tabelle specifiche degli attrezzi).</p>									
4	Per la composizione degli esercizi agli attrezzi e per la scelta dei salti al Volteggio tutti gli elementi vanno scelti fra quelli presenti nella relative schede.									
5	Le ginnaste sono suddivise per nelle seguenti categoria di età:									
	2025	pulcini	piccolissime	allieve	ragazze	junior	senior			
		2018/19/20	2017/16*	2014/15/16	2012/13	2011/10	2009 e precedenti			
	*Le ginnaste del 2016 possono partecipare sia nella categoria piccolissime che nella categoria allieve.									
6	<p>Per la formulazione del punteggio alla Trave e Corpo Libero saranno conteggiati al massimo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 elementi per la categoria Pulcini; • 7 elementi per la categoria delle Piccolissime; • Nei livelli Primavera, A,B,C,D ,E per la formulazione del punteggio alla Trave e Corpo Libero saranno conteggiati min. 3 movimenti scelti nelle righe 1-2-3-4-5 (righe parte acrobatica) e i restanti scelti nelle righe non ancora usate della scheda per arrivare agli 8 previsti. Il Volteggio prevede invece la scelta del/i salto/i a seconda del livello di appartenenza. 									
7	<p>La prova delle parallele asimmetriche avrà una sua classifica come attrezzo di specialità e potranno partecipare le ginnaste del livello C in poi. Per gli esercizi da p. 2,00 la penalità per <u>esercizio troppo corto</u> alle Parallele verrà applicata in questo modo:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Meno punti 2,00 Per esercizio con 3 elementi</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">meno punti 4,00 per esercizio con 2 elementi</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Con 1 elemento l'esercizio si considera NON eseguito</td> </tr> </table>						Meno punti 2,00 Per esercizio con 3 elementi	meno punti 4,00 per esercizio con 2 elementi	Con 1 elemento l'esercizio si considera NON eseguito	
Meno punti 2,00 Per esercizio con 3 elementi	meno punti 4,00 per esercizio con 2 elementi	Con 1 elemento l'esercizio si considera NON eseguito								
8	<p>Per gli esercizi di p.3,00 ,p. 4,50 la penalità per <u>esercizio troppo corto</u> alle Parallele verrà applicata in questo modo:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">meno punti 2,00 per esercizio con 5 elementi</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">meno punti 4,00 per esercizio con 4 elementi</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">meno punti 6,00 per esercizio con 3-2 elementi</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">Con 1 elemento l'esercizio si considera non eseguito</td> </tr> </table>						meno punti 2,00 per esercizio con 5 elementi	meno punti 4,00 per esercizio con 4 elementi	meno punti 6,00 per esercizio con 3-2 elementi	Con 1 elemento l'esercizio si considera non eseguito
meno punti 2,00 per esercizio con 5 elementi	meno punti 4,00 per esercizio con 4 elementi	meno punti 6,00 per esercizio con 3-2 elementi	Con 1 elemento l'esercizio si considera non eseguito							
9	Nelle competizioni il punteggio finale verrà determinato sommando i punteggi parziali degli attrezzi previsti per quella di gara.									

Per l'assegnazione o meno dell'elemento eseguito e per tutto quanto concerne le penalità non espressamente specificate in questo programma e sulle "indicazioni per la giuria" si farà riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore ed eventuali aggiornamenti.

REGOLAMENTO

COMPETIZIONI

1.	Possono partecipare ai campionati Provinciali tutte Associazioni Sportive affiliate all' AICS per l'anno in corso.
2.	Possono partecipare ai campionati Provinciali tutte le ginnaste in regola con il tesseramento AICS per l'anno in corso.
3.	Il pagamento dell'iscrizione della società e di tutte le ginnaste deve essere effettuato prima dell'inizio della gara presso il punto segreteria, pena il diritto di partecipazione alla gara stessa.
4.	Le schede attrezzi di ogni ginnasta dovranno essere consegnate alla giuria prima dell'inizio del riscaldamento attrezzo.
5.	La scheda giuria non compilata in ciascuna sezione richiesta determina la valutazione dell'esercizio NULLA.
6.	La scheda di iscrizione della società con la dichiarazione dei nominativi, dei livelli e categorie di appartenenza di ogni ginnasta partecipante deve pervenire 20 giorni prima dalle date del Campionato provinciale secondo le indicazioni della circolare. La scheda di iscrizione deve essere compilata in ogni sua parte e sottoscritta dal Presidente Societario. Se questo punto non viene adempiuto verrà meno il diritto di partecipare alla gara.
7.	Per le ginnaste inserite nella lista iscrizione gara delle società che non si presentano alla competizione, le Associazioni devono comunque versare l'iscrizione gara per ginnasta e la stessa non può essere sostituita da altro nominativo
8.	Durante la gara, i genitori non sono ammessi sul piano di lavoro, né tantomeno negli spogliatoi. Tantomeno genitori che riprendono o filmano senza essere autorizzati dall'organizzazione (penalizzazione 0,50 dal presidente di Giuria). Solo In caso d'infortunio della ginnasta i genitori saranno ammessi sul piano di lavoro. Ogni società e ogni istruttore deve divulgare tale regola di comportamento, nel caso ciò non avvenisse sarà sospesa per il tempo necessario che occorrerà per ripristinare la sicurezza di lavoro delle atlete.
9.	A nessuna ginnasta è consentito rimanere sul piano gara al di fuori del proprio turno di lavoro.
10.	Ogni ginnasta può scegliere il livello di difficoltà su cui cimentarsi se la sua età è prevista dal Regolamento.
11.	Nel caso si tratti di un circuito di più gare o di un Campionato a varie Fasi, dopo aver effettuato la prima competizione in un LIVELLO non è più possibile cambiarlo.
12.	E' ammessa la prova video SOLO per VERIFICARE LA PRESENZA O MENO DELLA DIFFICOLTA' RICHIESTA , non per il punteggio di esecuzione, con richiesta alla Presidente di Giuria di Giornata.

CLASSIFICHE INDIVIDUALI

13.	Per tutte le Categorie e i Livelli di difficoltà è prevista una classifica generale individuale basata sulla somma dei 3 attrezzi richiesti dal programma tecnico provinciale (Volteggio, Corpo libero e Trave).
14.	Nella fase del campionato GRADI ALTI le parallele asimmetriche entrano come specialità nella competizione SOLO le ginnaste che partecipano presentando il LIVELLO C /D/E.
15.	In caso di parimerito verrà premiata la ginnasta più giovane dalle categorie PULCINE alla categoria ALLIEVE. Viceversa verrà premiata la ginnasta più matura nelle categorie RAGAZZE/JUNIOR/SENIOR.

PASSAGGIO OBBLIGATORIO DI LIVELLO

16.	<ul style="list-style-type: none"> Le campionesse provinciali dovranno obbligatoriamente salire di livello per l'anno successivo. Salire di livello significa CRESCERE di CATEGORIA (in base allo scatto d'età) oppure SALIRE DI LIVELLO, se per età la categoria non cambia. Nella categoria Allieve primavera ciascuna ginnasta classificatasi al primo posto anche in una sola gara obbligatoriamente dovrà passare al livello successivo.
-----	---

Programma tecnico 2024-2025

VOLTEGGIO

Richieste Tecniche	Dalla Categoria Pulcini fino al livello C	2 salti anche della stessa riga	
	Livello D/E	2 Salti a scelta Tabella. Ogni salto deve essere di righe differenti	
Attrezzatura	Categoria Pulcini Categoria Piccolissime Dalla Cat. Allieve a senior Dalla Cat. Allieve a senior	Tipo G Tipo F Tipo A Tipo B	Panca +pedana+ tappeto 20 cm h. 40 cm h. 60 cm (a scelta h.80 cm fino al LIVELLO C) h. 80 cm (A SCELTA h. 60 cm solo per Allieve nel livello D)
	Livello E	Tipo C Tipo D Tipo E	<ul style="list-style-type: none"> Tappetoni altezza 120 cm. (Tapp. H 80 + Tappetone h. 40 cm, lungh. 200 cm, largh. 100 cm posto in orizzontale) con arrivo su Tappetoni h.80 cm Tappetoni altezza 80 cm. + tappeto (h. 40 cm, lungh. 200 cm, largh. 100 cm.) posto al centro per lungo(distanza libera dal bordo del tappetone) + (con sovrapposto tappetino tipo "sarneige" se necessario) Tappetoni altezza 120 cm. (Tapp. h80 + Tappetone h. 40 cm, lungh. 200 cm, largh. 100 cm posto verticalmente) con arrivo su Tappetoni h.120 cm
Punteggio finale	Dalla Categoria Pulcini fino al livello C	2 salti - vale il migliore	
	Livello D/E	Media tra i 2 salti	
Composizione Punteggio	GIURIA "D": Valore del Salto	GIURIA "E": punti 10,00 meno penalità esecutive.	
Punteggio finale dalla categoria Pulcini fino al livello C	Punteggio "D" + Punteggio "E"		
Punteggio finale livello D e livello E	(Punt. "D" + Punt. "E" 1° Salto) + (Punt. "D" + Punt. "E" 2° Salto): 2		

SPECIFICHE TECNICHE

1.	La ginnasta ha facoltà di scegliere i salti differenti (uno per ogni riga richiesta) e l'allenatore dovrà indicarli sull' apposita scheda da consegnare alla giuria (nonchè dichiararne la successione) apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, il numero di esecuzione (1° o 2°) a penna (blu o nera). In ogni caso la Giuria riconoscerà i salti realmente eseguiti senza alcuna penalità per "falsa dichiarazione".
2.	In tutti i salti in cui è previsto l'uso dei Tappetoni si può sovrapporvi un tappetino tipo "sarneige" (posto al centro per lungo a distanza libera dal bordo dei Tappetoni) a discrezione del Presidente di Giuria; nei salti in cui è previsto il Tapp. da 80 cm + Tapp. (lungh. 200 cm, largh. 100 cm, e h. 40 cm) posto all'inizio di traverso è possibile sovrapporre a quest'ultimo un tappetino tipo "sarneige" a

	discrezione del Responsabile della Giuria.
3.	Solo nel caso di RINCORSA A VUOTO dichiarata dalla "Giuria D" la ginnasta ha la facoltà di ripetere lo stesso salto. In questo caso il punteggio ottenuto in tale ripetizione sostituirà a tutti gli effetti il punteggio precedentemente assegnato e sarà utilizzato per la definizione della nota finale a cui verrà detratta una penalità fissa di punti 1,00 per aver effettuato la ripetizione del salto.
4.	SALTI SUI TAPPETONI: Per quanto riguarda i Salti con arrivo in "AVANTI" non sono da considerare come penalità i passi o le cadute per eccesso avanti (passi o rimbalzi avanti o arrivo prono), ugualmente nei Salti con arrivo "INDIETRO" non verranno penalizzati i passi o le cadute per eccesso indietro (passi o rimbalzi indietro o arrivo supino).
5.	SALTI SU TAPPETONI (TIPO C o D o E) Tapp. h. 80 cm con sovrapposto un Tappeto (100 cm largh, 200 cm lungh, 40 cm h) posto al centro per lungo a distanza libera dal bordo dei Tappetoni]: Per quanto riguarda i Salti l'arrivo è previsto sopra il Tappetone sovrapposto; non è prevista alcuna penalità per i Salti con arrivo in "AVANTI" per i passi o le cadute per eccesso avanti (passi o rimbalzi avanti o arrivo prono o discesa dal tappeto sovrapposto); ugualmente nei Salti con arrivo "INDIETRO" non verranno penalizzati i passi o le cadute per eccesso indietro (passi o rimbalzi indietro o arrivo supino o discesa dal tappeto sovrapposto); altresì l'arrivo fuori lateralmente al Tappeto sovrapposto incorrerà nelle penalità previste per il "Fuori Riga" del C.d.P. FGI in vigore.
6.	Nel livello D/E la ginnasta deve scegliere 2 salti differenti (1 per RIGA).

Per l'assegnazione o meno dell'elemento eseguito e per tutto quanto concerne le penalità non espressamente specificate in questo programma e sulle "indicazioni per la giuria" si farà riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore ed eventuali aggiornamenti.

TRAVE

SPECIFICHE TECNICHE

ALTEZZA TRAVE	Categoria Pulcini/Piccolissime	h. 50 cm Entrata con possibile utilizzo pedana	
	Dal livello primavera al livello C (qualsiasi categoria)	h. 50 cm	
	Livello D/ E categoria junior e senior	h. 50/125 cm	
Tappetatura	<ul style="list-style-type: none"> TRAVE h.50 cm da terra con tappeti da circa 6 cm. sotto e per l'uscita TRAVE h.125 cm. da terra con tappeti h. 30 cm sotto la trave e per l'uscita. 	Durata esercizio: -Categoria Pulcini da 20" a 1' -Categoria Piccolissime/Primavera/A/B da 30" a 1' -Livelli C/D/E max 1'30"	
Richieste Tecniche	Categoria Pulcini	5 elementi di difficoltà	Valore p. 5,00
	Categoria Piccolissime	7 elementi di difficoltà	Valore p. 7,00
	Categoria Allieve Livello Primavera al livello E	min. 3 movimenti scelti nelle righe 1-2-3-4-5 (righe parte acrobatica) e i restanti scelti nelle righe non ancora usate della scheda per arrivare agli 8 previsti.	Valore p.8,00
	Obbligatorio dal livello C in poi : 1 movimento laterale (con spostamento) e un movimento a contatto con l'attrezzo.		
Il valore di ogni elemento di difficoltà è di p 1.00			
<p>Le schede della Trave prevedono 10 righe orizzontali nella quantità prevista dal programma come descritto sopra. Il tecnico dovrà indicarli sull'apposita scheda da consegnare alla giuria apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera) scegliendo la quantità degli elementi come sopra descritto scegliendo un'opzione tra quelle proposte nella stessa riga. Nelle celle ove indicato elementi con A,B,C,D il tecnico dovrà scrivere quale elementi la ginnasta intende eseguire. In ogni caso la Giuria riconoscerà le celle realmente eseguite senza alcuna penalità per "falsa dichiarazione". Nel caso in cui la ginnasta esegua un maggior numero di elementi previsti dal suo LIVELLO di difficoltà il giudice sceglierà quelli di maggior valore scartando gli altri.</p>			
<p>Gli E.D. effettuati non potranno essere mai scelti nella tabella del livello superiore al Livello presentato (dal livello A in poi) oppure dalla categoria a cui si appartiene (dalla categoria Pulcini al livello Primavera). Il valore di ogni E.D. è di p.1,00. Il tecnico può optare invece sulla dichiarazione di uno o più elementi del livello o categoria inferiore di 1 rispetto a quello presentato. In tale caso l'istruttore dovrà segnare sulla scheda da consegnare alla giuria il valore di p. 0,50 a quell'elemento. Per la composizione degli esercizi vedi le ulteriori Specifiche Tecniche sottostanti.</p>			
<p>Nei casi in cui non venisse riconosciuto dalla Giuria quanto dichiarato nella scheda la ginnasta si vedrà assegnare il valore di un elemento corrispondente a quanto realmente eseguito (se sarà possibile rintracciarlo sulla stessa riga di 1 livello inferiore (per i livelli B/C/D/ E) o di 1 categoria (per le categorie da piccolissime ad allieve primavera) . L'elemento così identificato partirà da un valore di p. 0,50 anziché p. 1,00.</p>			
<p>Nessun movimento della scheda può essere ripetuto (anche se collegato in "serie") eccetto i Flic Flac, le Ruote e le Rondate. Il salto in estensione d'uscita, in quanto elemento preparatorio ad un salto acrobatico, si considera elemento differente rispetto ai salti in estensione ginnici presenti nella tabella. Fanno eccezione gli elementi ripetuti all'interno della singola cella.</p>			
<p>Riga Entrate: Se la ginnasta (livello D) esegue il passaggio di gamba con arrivo in squadra con tenuta 2" si vedrà assegnare la cella relativa all'entrata (livello C) con la conseguenza della discesa del valore dell'elemento da p. 1.00 a p.0,50.</p>			
<p>In ogni tipo di "Serie" è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella.</p>			
Composizione punteggio	Punteggio "D" = ED Punteggio "E" = punti 10,00 - penalità esecutive		
Punteggio finale	Calcolo del punteggio finale: Punteggio "D" + Punteggio "E"		

Per l'assegnazione o meno dell'elemento eseguito e per tutto quanto concerne le penalità non espressamente specificate in questo programma e sulle "indicazioni per la giuria" si farà riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore ed eventuali aggiornamenti.

CORPO LIBERO

SPECIFICHE TECNICHE

Attrezzatura	E' prevista una pedana del Corpo Libero composta da una struttura di m 11 x m 11 x h. 4 cm formata da tabelle di 1 m x 1m x 4 cm di poliuretano espanso ad incastro.		
Durata dell'esercizio	Categoria Pulcini	da 20" a 1.00"	
	Categoria Piccolissime	da 30" a 1.00"	
	Dalla categoria Allieve Primavera a livello B	da 30" a 1.00"	
	Livello C/D/E (tutte le categorie)	da 30" a 1.30"	
Composizione esercizio	Categoria Pulcini	5 elementi di difficoltà	Valore p. 5,00
	Categoria Piccolissime	7 elementi di difficoltà	Valore p. 7,00
	Categoria Allieve Livello Primavera al livello E	min. 3 movimenti scelti nelle righe 1-2-3-4-5 (righe parte acrobatica) e i restanti scelti nelle righe non ancora usate della scheda per arrivare agli 8 previsti	Valore p.8,00
Composizione punteggio	Punteggio "D" = ED Punteggio "E" = punti 10,00 - penalità esecutive		
Punteggio finale	Calcolo del punteggio finale: Punteggio "D" + Punteggio "E"		

Le schede del Corpo libero prevedono 10 righe orizzontali nella quantità prevista dal programma come descritto sopra. Il tecnico dovrà indicarli sull'apposita scheda da consegnare alla giuria apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera) scegliendo la quantità degli elementi come sopra descritto scegliendo un'opzione tra quelle proposte nella stessa riga. **Nelle celle ove indicato elementi con A,B,C,D il tecnico dovrà scrivere quale elementi la ginnasta intende eseguire.** In ogni caso la Giuria riconoscerà le celle realmente eseguite senza alcuna penalità per "falsa dichiarazione". Nel caso in cui la ginnasta esegua un maggior numero di elementi previsti dal suo LIVELLO di difficoltà il giudice sceglierà quelli di maggior valore scartando gli altri.

Le celle con la denominazione "Movimento di Valore "C" o Superiore" devono essere diverse e l'elemento deve essere indicato nella cella.

Gli elementi di valore A - B - C - D delle schede di gara fa riferimento a quanto descritto nel Codice Internazionale FIG in vigore.

Gli E.D. effettuati non potranno essere mai scelti nella tabella del livello superiore al Livello presentato (dal livello A in poi) oppure dalla categoria a cui si appartiene (dalla categoria Pulcini al livello Primavera).

Il tecnico può optare invece sulla dichiarazione di uno o più elementi del livello o categoria inferiore di 1 rispetto a quello presentato. In tale caso la giuria darà all'elemento il valore di partenza di 0,50 anziché di p.1,00.

Nei casi in cui non venisse riconosciuto dalla Giuria quanto dichiarato nella scheda la ginnasta si vedrà assegnare il valore di un elemento corrispondente a quanto realmente eseguito (se sarà possibile rintracciarlo sulla stessa riga di 1 livello inferiore (solo per i livelli da B/C/D/E) o di 1 categoria (per le categorie da piccolissime ad allieve primavera) . L'elemento così identificato partirà da un valore di p. 0,50 anziché p. 1,00.

Tutti gli elementi artistici e acrobatici non possono essere ripetuti, tranne nei casi in cui siano specificamente indicati in una singola cella, ad esclusione del Flic dietro, della Rondata, della Ribaltata e del Salto in Estensione. Quest'ultimo potrà però essere considerato dalla giuria al massimo 3 volte (in ordine cronologico).

I salti ginnici spinta a 1 piede non possono essere uguali a quelli eseguiti nel passaggio di danza. Il Passaggio di danza deve avere almeno 1 dei salti con divaricata sagittale o frontale con apertura 90°/ 180°.

Per l'esercizio a Corpo Libero NON è consentito il brano musicale cantato.

In ogni tipo di "Serie" è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella anche nel "Passaggio di Danza"

Per l'assegnazione o meno dell'elemento eseguito e per tutto quanto concerne le penalità non espressamente specificate in questo programma e sulle "indicazioni per la giuria" si farà riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore ed eventuali aggiornamenti.

PARALLELE ASIMMETRICHE

SPECIFICHE TECNICHE

Gradi di Difficoltà:	1° punti 2,00	1° punti 3,00	2° punti 4,50
Categorie Livelli C/D/E	Allieve	Allieve	Allieve
	ragazze	ragazze	ragazze
	junior	junior	junior
	senior	senior	senior
Richieste tecniche	Si può usare tutta la griglia. Si contano le migliori 5 Celle su 5 righe diverse .	Si può usare tutta la griglia. Si contano max 8 celle	Si può usare tutta la griglia. Si contano le migliori 8 Celle su 8 righe diverse
Punteggio Massimo	punti 2,00	punti 3,00	punti 4,50
Colonne	A-B-C-D-E-F-G-H-I con Valore da punti 0,20 a punti 1,00		
Righe	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10		
	<p>ED (elementi di difficoltà): Somma del valore di tutte le caselle eseguite previste nel GRADO di appartenenza (max. 1 per riga).</p> <p>La somma degli E.D. effettuati non potrà mai superare il punteggio massimo previsto dal GRADO di appartenenza: (p. 2,00 per il 1° GRADO e max 5 righe), (p. 3,00 per il 1° GRADO e max 8 righe) (p. 4,50 per il 2° GRADO e max 8 righe).</p>		
	Punteggio "D" = ED Punteggio "E" = punti 10,00 - penalità esecutive		
Punteggio finale	Calcolo del punteggio finale: Punteggio "D" + Punteggio "E"		
Tappetatura	Nelle fasi provinciali si potranno usare tappeti simili (consigliati tappeti da cm 20) che consentano comunque una salvaguardia sufficiente alla sicurezza delle ginnaste.		
	<p>1. Le schede delle Parallele prevedono 10 righe orizzontali e la ginnasta ha facoltà di scegliere un elemento per ogni riga (in numero massimo previsto dal GRADO di appartenenza) e il tecnico dovrà indicarli sull'apposita scheda da consegnare alla giuria apponendo in basso a destra, all'interno della Cella scelta, un trattino a penna (blu o nera). Nelle celle ove indicato elem. C o D il tecnico dovrà scrivere quale elem. la ginnasta intende eseguire. In ogni caso la Giuria riconoscerà le celle realmente eseguite senza alcuna penalità per "falsa dichiarazione".</p> <p>2. In ogni caso saranno conteggiate al massimo 5 celle per il 1° GRADO PUNTI DUE, e 8 celle per il 1° GRADO PUNTI TRE, 2° GRADO, massimo 1 per riga orizzontale, (quella di maggior Valore), scelte fra tutte quelle presenti nella scheda.</p> <p>3. Nel caso in cui la ginnasta esegua un maggior numero di elementi previsti dal suo GRADO di difficoltà il giudice sceglierà quelli di maggior valore scartando gli altri. Comunque al massimo un elemento per riga.</p> <p>4. Per la composizione dell'esercizio alle PARALLELE gli elementi possono essere scelti liberamente su tutta la scheda: max 5 per il 1° GRADO PUNTI DUE e max. 8 per il 1° GRADO PUNTI TRE, 2°. Comunque al massimo 1 elemento per riga.</p> <p>5. Nei casi in cui non venisse riconosciuto dalla Giuria quanto dichiarato nella scheda la ginnasta si vedrà assegnare il valore di un elemento corrispondente a quanto realmente eseguito (se sarà possibile rintracciarlo sulla stessa riga) oppure il valore di un altro elemento eseguito, preso da una cella non conteggiata su una riga non conteggiata.</p> <p>6. Per la composizione del punteggio D le Kippe possono essere conteggiate solo 1 volta allo Staggio Superiore ed 1 volta allo Staggio Inferiore.</p> <p>7. Le celle con la denominazione "Movimento di Valore "C" o "Superiore" devono essere diverse e l'elemento deve essere indicato nella cella</p>		

Per l'assegnazione o meno dell'elemento eseguito e per tutto quanto concerne le penalità non espressamente specificate in questo programma e sulle "indicazioni per la giuria" si farà riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore ed eventuali aggiornamenti.

PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO 2024 – 2025

ACS		PROGRAMMA GARE 2024 – 2025 Ginnastica Artistica Femminile				Categoria e Livello:			Data di nascita:					
ACS		Società:				Ginnasta:								
TRAVE		Società:				Ginnasta:								
		Livello C				Livello D			Livello E					
PARTE A CROBATICA	1	Acro. 1	Ponte (tenere 2") con o senza rovesciata d.		Capovolta d. (partenze e arrivo liberi)	Ponte (tenere 2") con o senza rovesciata d.	Capovolta d. Arrivo ritto	Rovesciata d.	Rovesciata d.		Flic d.			
	2	Acro. 2	Capovolta avanti arrivo libero				Capovolta a + salto in estensione		Rovesciata a.	Ruota	Tic tac con partenza a	Capovolta senza mani	Rovesciata a.	
	3	Acro. 3	Mani sulla trave: slancio di 1 g. tesa alla verticale		Da sedute: entrata in candela (tenere 2")	Verticale di slancio Tenuta 1"		Ruota	Verticale di slancio Tenuta 1"		Rondata (non collegata con altro elemento)		Rondata + salto in estensione	
	4	Entrate	Entrata in punta alla Trave con un passo in arabesque (apertura minima richiesta 90°)	Posa trasversale delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi framezzo		Squadra divaricata	Posa trasversale delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi framezzo	Staccata Frontale	Squadra divaricata Tenuta 2"	Squadra divaricata Tenuta 2"		Entrata: Verticale d'impostazione e discesa libera		Entrate di valore B e oltre
	5	Uscite	Rondata con appoggio mani estremità trave		Raccolto con 1/2 giro	Rondata con appoggio mani estremità trave		Ruota sulla Trave + Pennello ind.	Ruota / Rondata sulla Trave + Pennello ind.		Salto a. r. (spinta a 2 p.)	Da fermi: salto giro d. r.	Ruota / rondata + salto giro d. r. o t.	
Parte ARTISTICA	6	Salti ginnici spinta a 1 piede	Enjambée (apertura min.90°)		Cosacco	Enjambée (apertura min.90°)		Salto del Gatto con ½ giro	Enjambée	Salto del Gatto con ½ giro		Enjambée cambio	Cosacco	
	7	Salti ginnici spinta a 2 piedi	Salto in estensione con 180° al	Enj. sul posto (divar. 90)° arrivo a 2 piedi		Salto Raccolto	Enj. sul posto (divar. 90)° arrivo a 2 piedi	Salto in estensione con 180° al	Cosacco	Cosacco con ½ giro	Salto in estensione con 360° al		Enj. sul posto	Enj. sul posto con ½ giro
	8	Serie ginnica	Salto in estensione + Salto raccolto	Sissone (apertura min 90°) + salto in estensione			Sissone (apertura min 90°) + salto in estensione	Salto in estensione + Salto raccolto	Enjambée + sissone (Apertura min.90°)	Enjambée + sissone	Sissone + Cosacco	Enjambée + Enjambée sul posto	A + B	B + B B + C
	9	Tenute / Serie mista	Orizzontale Tenere 2"	Gamba tesa all'orizzontale Tenere 2"	Passè in relevè Tenere 1"	Gamba impugnata (min 135°) Tenere 2"	Passè in relevè Tenere 2"	Gamba tesa all'orizzontale in relevè Tenere 2"	Capovolta a + salto in estensione		Bilancia + pennello	Ruota / Rov. Ind. + A	A + B	B + B
10	Piroette	½ giro (180°) gamba libera 45°	½ giro in passè + passo* + ½ giro su 2 piedi		1 giro (360°) in passè	½ giro (180°) gamba all'orizzontale	1 giro (360°) in passè	1 giro (360°) gamba libera 45°	1 giro (360°) in passè	1 giro (360°) gamba all'orizzontale		½ giro (180°) gamba impugnata	2 giri (720°) in passè o gamba libera tesa	
Legenda:		a = avanti; d = dietro; g = gamba; enj = enjambée; ppu = piedi pari uniti; r = raccolto						* Nelle Piroette Combinate per "Passo" si intende l'appoggio della gamba libera del primo giro per entrare nel secondo						

Pen. GIUDICE 1 (G1) Pen. GIUDICE 2 (G2) MEDIA (G1 e G2) VD VE (10 – media) penalità neutre TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)

--	--	--	--	--	--	--





Società Ginnasta Categoria e Livello

Pen. GIUDICE 1 (G1) Pen. GIUDICE 2 (G2) MEDIA (G1 e G2) VD VE (10 – media) penalità neutre TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)

--	--	--	--	--	--	--

PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO 2024 – 2025

		PROGRAMMA GARE2024 – 2025 Ginnastica Artistica Femminile		Livello:	Categoria:	Data di Nascita:		
		CORPO LIBERO		Società:		Ginnasta:		
		Pulcine		Piccolissime		Primavera		
PARTE ACROBATICA	1	Acro. 1	Rotolino indietro + tocco piedi a terra	Candela	Capovolta indietro con partenza e arrivo libero		Capovolta indietro con partenza e arrivo in piedi libero	
	2	Acro. 2	Capovolta avanti arrivo in piedi libero		Capovolta avanti con partenza e arrivo in piedi libero		Capovolta avanti con partenza e arrivo in piedi libero	
	3	Acro. 3			Ruota		Ruota Verticale con o senza capovolta	
	4	Acro. 4			Ponte 2"	Staccata 2"	Ponte 2" Staccata 2"	
Parte ARTISTICA	5	Salti ginnici spinta a 1 piede			Salto del gatto	Forbisce tesa	Salto del gatto Forbisce tesa	
	6		Salto in estensione (Pennello)				Salto in estensione con ½ giro	
	7		Tenute	Passè 2" Non in relevè		Passè 2" Non in relevè		Passè 2" Non in relevè
	8		Piroette					½ giro su 2 piedi
	9		passaggio di danza	Passo composto semplice		chassè		chassè dx + chassè sx
SPECIFICHE Nelle "Serie" è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella .								

Pen. GIUDICE 1 (G1)	Pen. GIUDICE 2 (G2)	MEDIA (G1 e G2)	VD	VE (10 – media)	penalità neutre	TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)



Società Ginnasta Categoria e Livello

Pen. GIUDICE 1 (G1)	Pen. GIUDICE 2 (G2)	MEDIA (G1 e G2)	VD	VE (10 – media)	penalità neutre	TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)

PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO 2024 – 2025

ACS		PROGRAMMA GARE 2024 – 2025 Ginnastica Artistica Femminile			Categoria e Livello:			Data di nascita:						
		CORPO LIBERO			Società:			Ginnasta:						
		Livello C			Livello D			Livello E						
PARTE ACROBATICA	1	Acro. 1	Ruota Spinta	Ruota saltata	Rondata + salto in estensione	Ruota o rondata + flic flac unito + pennello	Capovolta d alla verticale	Flic flac da fermo (smezzato o unito)	Rondata + flic flac + pennello	Rondata + salto d r	Capovolta d alla verticale + ½ giro (180°)	Rondata + flic flac + salto d r/k/t		
	2	Acro. 2	Capovolta saltata		Rovesciata a.	Ribaltata a 1 o a piedi pari			Ribaltata a 1 + ribaltata a pp + pennello	Ribaltata senza mani	Ribaltata a pp + capovolta saltata	Salto giro avanti r/t	Ribaltata + Salto a r/t	
	3	Acro. 3	Presalto da fermo + ruota spinta	Presalto da fermo + rondata con o senza pennello		Presalto da fermo + rondata + pennello	Presalto da fermo + rondata + divaricato / carpio	Presalto da fermo + rondata + enjambée (spinta a 2) / sissone	Presalto da fermo + rondata + salto divaricato / carpio / enj / sissone		Da fermo: 1 flic flac d unito o smezzato	Flic flac unito da fermo +salto divaricato / carpiato	Presalto da fermo + rondata+ salto dietro r/t	
	4	Acro. 4	Rovesciata d.		Tic Tac	Ruota senza mani	Ruota + Rovesciata d con arrivo in arabesque	Ruota + Flic d smezzato	Ruota senza mani		Rovesciata d + flic flac d smezzato			
	5	Acro. 5	Verticale + capovolta a. arrivo ritto	Verticale con ½ giro (180° a.l.)		Bilancia 1" partenza e arrivo libero	Verticale con ½ giro (180° a.l.) + uscita in capovolta		Bilancia 1" partenza e arrivo libero		Verticale con 1 giro (360°)		Flic flac avanti	
PARTE ARTISTICA	6	Salti ginnici spinta a 1 piede	Enjambée (90°)	Salto del gatto con ½ giro		Salto del gatto con 1 giro (360°)	Fouettè con arrivo in arabesque	Enjambée	Salto girato	Salto del Gatto con 1 giro (360°)	Enjambée con ½ giro (180°)		Enjambée con cambio	
	7	Salti ginnici spinta a 2 piedi	Sissone arrivo in arabesque (90°)	Cosacco	Salto carpiato divaricato	Cosacco o carpio o sissone (90°)	Salto raccolto con ½ giro	Salto in estensione con 1 giro (360°)	Enjambée sul posto con ½ giro (180°)	Salto carpiato divaricato con ½ giro (180°)	Cosacco con ½ giro (180°)	Salto in estensione con 1 giro (360°)	Salto raccolto con 1 giro (360°)	
	8	Tenute / Piroette Combine	Orizzontale 2"	Gamba tesa all'orizzontale e 2"	Bilancia partenza e arrivo libero	½ giro in passè + passo* + ½ giro in passè	1 giro in passè + passo* + ½ giro in passè	½ giro in passè	1 giro in passè + passo* + ½ giro in passè	1 giro in passè + passo* + ½ giro in passè	1 giro in passè + passo* + 1 giro in passè	piroetta di valore B + passo* + ½ giro in passè		B + passo* + A
	9	Piroette	1 giro in passè (360°)	1 giro g. libera tesa (360°)	½ giro g. libera tesa all'orizzontale	1 giro in passè o gamba libera tesa (360°)	½ giro g libera tesa all'orizzontale (180°)	½ giro gamba impugnata avanti o fuori (180°)	1 giro con g libera tesa (360°)	1 giro g libera tesa all'orizzontale (360°)	1 giro g impugnata avanti o fuori (360°)		2 giri in passè	
10	Passaggio di danza	Chassè + salto del gatto con ½ giro (180°)	Enjambée (apertura min 90°) + salto del gatto	Chassè + enjambée (apertura min 90°)	Chassè + enjambée	Chassè + salto del cervo	Chassè + enjambée laterale	Enjambée + enjambée laterale	Enjambée + cervo	1 salto ginnico spinta a 1 p. di valore A + 1 salto ginnico spinta a 1 p valore B		2 salti ginnici diversi spinta a 1 p di valore B o superiori		
Legenda e Specifiche:		a = avanti; d = dietro; g = gamba; enj = enjambée; ppu = piedi pari uniti; r = raccolto				I salti ginnici spinta a 1 piede non possono essere uguali a quelli eseguiti nel passaggio di danza. Il Passaggio di danza deve avere almeno 1 dei salti con divaricata 180°. Nelle "Serie" è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella. *Nelle Piroette Combine per "Passo" si intende l'appoggio della gamba libera del primo giro per entrare nel secondo								

Pen. GIUDICE 1 (G1) Pen. GIUDICE 2 (G2) MEDIA (G1 e G2) VD VE (10 – media) penalità neutre TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)

--	--	--	--	--	--	--	--





CORPO LIBERO

Società Ginnasta Categoria e Livello

Pen. GIUDICE 1 (G1) Pen. GIUDICE 2 (G2) MEDIA (G1 e G2) VD VE (10 – media) penalità neutre TOTALE (VD+VE – Pen. Neut.)

--	--	--	--	--	--	--	--

PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO 2024 – 2025

		PROGRAMMA GARE 2024 – 2025 Ginnastica Artistica Femminile			Categoria e Livello:		Data di nascita:	
		Società:			Ginnasta:			
Per livelli PULCINE – PICCOLISSIME – PRIMAVERA – A – B – C								
		Pulcine	Piccolissime	Primavera	Livello A	Livello B	Livello C	
1 SALTO A SCELTA	1	Riga 1	Camminata sulla panca + senza riunire i piedi saldo in pedana + pennello	Rincorsa: battuta in pedana + Pennello	Rincorsa: battuta in pedana + Pennello + Ruota arrivo in piedi / Verticale arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + Verticale arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + Verticale con repulsione arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + ribaltata arrivo in piedi
	2	Riga 2				Rincorsa: battuta in pedana + capovolta saltata	Rincorsa: battuta in pedana + Ruota arrivo libero	Rincorsa: battuta in pedana + Rondata su tappetoni con arrivo in piedi
	3	Riga 3						Rondata in pedana + spinta + salto pennello
	4	Riga 4						Rincorsa: battuta in pedana + Ruota con repulsione arrivo libero
Tappetatura		Tipo G	Tipo F	Tipo A o B	Tipo A o B	Tipo A o B	Tipo A o B	
Tappetatura	Tipo A		Tappetoni altezza 60cm + (se necessario tappetino tipo "sarnaige") per tutte le cat. da Allieve a Senior					
	Tipo B		Tappetoni altezza 80cm + (se necessario tappetino tipo "sarnaige") per tutte le cat. da Allieve a Senior					
	Tipo F		Tappetoni altezza 40cm					
	Tipo G		Panca+ tappeto 20 cm					

1° SALTO				2° SALTO					
	VD	MEDIA (G1 e G2)	VE (10 – media)	TOT 1° salto		VD	MEDIA (G1 e G2)	VE (10 – media)	TOT 2° salto
Penalità G1					Penalità G1				
			penalità neutre					penalità neutre	
Penalità G2			TOTALE (VD + VE – pen neut.)		Penalità G2			TOTALE (VD + VE – pen neut.)	





Società Ginnasta Categoria e Livello

	VD	VE	PEN. NEUTRE	TOTALE
1° salto				

	VD	VE	PEN. NEUTRE	TOTALE
2° salto				

PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO 2024 – 2025

		PROGRAMMA GARE 2024 – 2025 Ginnastica Artistica Femminile			Categoria e Livello:		Data di nascita:		
		VOLTEGGIO Società:			Ginnasta:				
Per livelli D – E									
		Livello A		Livello B		Livello C		Livello D	
		Livello E							
2 SALTI DIVERSI A SCELTA (Media tra i 2 salti)	1	Riga 1	Rincorsa: battuta in pedana + Verticale arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + Verticale con repulsione arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + ribaltata arrivo in piedi	Rincorsa: battuta in pedana + ribaltata arrivo in piedi		Rincorsa: battuta in pedana + ribaltata arrivo in piedi	
	2	Riga 2	Rincorsa: battuta in pedana + capovolta saltata	Rincorsa: battuta in pedana + Ruota arrivo libero	Rincorsa: battuta in pedana + Rondata sui tappetoni con arrivo in piedi	Rincorsa: battuta in pedana + Rondata sui tappetoni con arrivo in piedi		Rincorsa: battuta in pedana + Rondata sui tappetoni con arrivo in piedi	
	3	Riga 3			Rondata in pedana + spinta + salto pennello		Rondata in pedana + spinta e arrivo supino o in candela sui tappetoni		Rondata in pedana + Flic Flac
	4	Riga 4			Rincorsa: battuta in pedana + Ruota con repulsione arrivo libero		Rondata in pedana + Flic Flac	Rincorsa: battuta in pedana + Ruota sui tappetoni con arrivo in piedi	
Tappetatura		Tipo A o B		Tipo A o B		Tipo A o B		Tipo A o B o C	
		Tipo A		Tipo B		Tipo C		Tipo D	
		Tipo E							
Tappetatura		Tipo A Tappetoni altezza 60cm + (se necessario tappetino tipo "sarnaige") solo per cat. Allieve							
		Tipo B Tappetoni altezza 80cm + (se necessario tappetino tipo "sarnaige") per tutte le cat.							
		Tipo C Tappetoni altezza 120cm (tapp. h 80cm + tapp. 200x100x40cm posto in orizzontale) con arrivo su tapp. h 80cm							
		Tipo D Tappetoni altezza 80cm con arrivo a 120cm (tappeto 200x100x40 cm) posto al centro per lungo, distanza libera dal bordo del tappeto							
		Tipo E Tappetoni altezza 120cm (tapp. h 80cm + tapp. 200x100x40cm posto verticalmente) con arrivo su tapp. h 120cm							

1° SALTO				
	VD	MEDIA (G1 e G2)	VE (10 – media)	TOT 1° salto
Penalità G1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Penalità G2	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2° SALTO				
	VD	MEDIA (G1 e G2)	VE (10 – media)	TOT 2° salto
Penalità G1	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Penalità G2	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

SOMMA TRA 1 E 2 SALTO

: 2

MEDIA

PENALITA' NEUTRE

PUNTEGGIO FINALE (media – pen neut)





Società Ginnasta Categoria e Livello

	VD	VE	TOTALE
1° salto	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

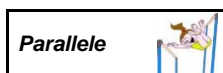
PEN NEUTRE

PUNTEGGIO FINALE

	VD	VE	TOTALE
2° salto	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

		Parallele 		Società:		Ginnasta:		Cat. e Liv.		Punti		DATA DI NASCITA	
	A 0,20	B 0,30	C 0,40	D 0,50	E 0,60	F 0,70		G 0,80	H 0,90	I 1,00			
1			Giro ind con una gamba tesa infilata	Giro addominale indietro		Tempo di capovolta d. all'appoggio libero (-O)			Tempo di capovolta d. all'appoggio libero (+O)	Movimento Valore "C" o superiore			
2	Dall'app.: passaggio lat. di 1 g arrivo in app. con g infilata	Dall'app.: passaggio lat. di 1 g con salto di mano arrivo in app. con g infilata	Da ritti S.I.: saltare alla sospensione allo S.S.		Giro di pianta avanti o indietro a gambe piegate			Giro di pianta av o ind a gambe tese dall'inizio alla fine del giro	Fioretto e stacco con volo da S.I. a S.S.	Movimento Valore "C" o superiore			
3	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio		Dall'appoggio: Slancio ind. a g.div e corpo squad. altezza staggio	Dall'appoggio: Slancio ind. e posa dei piedi sullo staggio	Dall'appoggio: Slancio ind. a g.div e corpo squad. (-O)			Dall'appoggio: Slancio ind. a g.div e corpo squad. (+O)		Slancio ind. a g.div e corpo squad. (V) anche con 180° o più a.l.			
4	Passaggio lat. di ritorno g infilata, arrivo in appog.ritto frontale		S.S.: dall'oscillazione salire all'appogg. in cap. a g flesse		S.S.: dall'oscillazione salire all'appogg. in cap. a g tese			Dall'appoggio S.S.: Mezza volta di Petto	Granvolta di petto	Gran volta di petto con 180° o più a.l.			
5	Dall'app. con 1 g infilata 1/2 giro riunendo le gambe in app. ritto frontale		Dall'app.: Bascule con 1 g infilata in presa poplitea	Dall' appoggio: Bascule con 1 g tesa infilata	infilata a 2 g e stacco (anche presa dalla Bascule)	Giro di pianta indietro all'appoggio libero (-O)			Giro di pianta indietro all'appoggio libero (+O)	Movimento Valore "C" o superiore			
6	Dall'app. con 2 g infilate 1/2 giro e arrivo all'app. ritto frontale		Giro addominale avanti gambe flesse (ochetta)	Giro addominale avanti a gambe tese (ochetta)		Kippe staggio basso o Kippe staggio alto		Granvolta di dorso gd e corpo squadrato	Granvolta di dorso corpo teso gambe unite	Granvolta cubitale (o di dorso) con 180° a.l. o più			
7	Entrata: Saltare all'appoggio ritto frontale	Entrata: Capovolta d all'appoggio ritto frontale (part. libera)	Entrata: <u>Partenza a piedi uniti</u> - Capovolta d all'appoggio ritto frontale	Kippe infilata 1 g in presa poplitea anche con oscillazione	Kippe infilata 1 g tesa o Kippe infilata a 2 g tese	Kippe staggio basso o Kippe staggio alto		Stalder ap. I (-O)	Stalder ap. I. (+O)	Movimento Valore "C" o superiore			
8		Oscillazione	Giro a con una gamba tesa infilata	Giro a con 2 gambe tese infilate		Kippe staggio basso o Kippe staggio alto		Endo ap.I.(-O) o Giro pianta av (-O)	Endo ap.I.(+O) o Giro pianta ap.I. (+O)	Movimento Valore "C" o superiore			
9	Slancio indietro gu (piedi sotto staggio)		Slancio indietro (sotto l'orizzontale)		Fuchs	Slancio ind a corpo teso g. unite (sotto 45°)			Slancio ind a corpo teso g. unite (sopra 45°)	Slancio d corpo teso gu (V) anche con 180° o più a.l.			
10	Dall'app.: Slancio d e arrivo a terra fronte allo staggio	Dall'oscillaz. S.S. abbandonare d le impugnature ed arrivo in piedi	Fioretto		Fioretto con 1/2 giro	Salto avanti o indietro raccolto		Salto avanti o indietro a corpo teso	Uscita di valore "B"	Uscita di Valore "C" o superiore			
	TOT. A	TOT. B	TOT. C	TOT. D	TOT. E	TOT. F		TOT. G	TOT. H	TOT. I			
TOT.									TOT.				

Legenda: a(avanti) d(dietro) g(gamba/e) gd(gambe divaricate) gu(gambe unite) -O(sotto l'orizzontale) +O (sopra l'orizzontale) V(in verticale) S.I.(Staggio Inf.) S.S.(Staggio Sup.) a.l.(asse longit.)



GIUDICE 1 (E1)	GIUDICE 2 (E2)	Punt. E (media tra E1 e E2)	VD	VE (10,00 - Punt. E)	Penalità neutre	PUNTEGGIO FINALE

Società:

Ginnasta:



Categoria:

Livello:

Punti:

GIUDICE 1 (E1)	GIUDICE 2 (E2)	Punt. E (media tra E1 e E2)	VD	VE (10,00 - Punt. E)	Penalità neutre	PUNTEGGIO FINALE

SPECIFICHE TECNICHE E DI GIURIA PER TROFEO PRIMAVERA

Commissione GAF provinciale

- **Categoria Pulcini e Piccolissime** : nessuna penalità per mancato saluto alla giuria.
- **Categoria Pulcini e Piccolissime**: si può utilizzare la pedana in entrata a trave.
- **Categoria Pulcini** NESSUNA penalità per esercizio corto.

VOLTEGGIO

Categoria Pulcini :

- Se la bambina si ferma sulla panca, ma poi slancia la gamba per battere in pedana: - 0,30
- Se si ferma in pedana e/o salta a piedi pari dalla panca: - 0,50

Categoria ALLIEVE PRIMAVERA

- Se dopo il pennello la bambina fa un passo per entrare in verticale o ruota: -0,30
- Se dopo il pennello fa due passi per entrare in verticale o ruota: -0,50
- Il volteggio è nullo solo se la bambina non effettua il pennello

TRAVE

TUTTE LE CATEGORIE:

- Appoggio supplementare: -0,30
- Non tenere una posizione 2": -0,50
- Se il giro non è completo: -0,10

CORPO LIBERO

TUTTE LE CATEGORIE:

- Appoggi supplementari nella capovolta avanti o indietro: -0,30
- Non tenere una posizione 2" come richiesto dal programma: -0,50
- Se il giro non è completo: -0,10