



PROGRAMMI TECNICI 2017

CHIARIMENTI – ERRATA CORRIGE

CODICE DEI PUNTEGGI

Pag.5 Partecipazione alle gare - **Precisazioni**

*Le ginnaste **FGI/GAF**, in regola con il tesseramento CSEN che abbiano partecipato alle gare federali del settore agonistico (Serie C, Serie B, Specialità, Torneo Allieve) nell'anno 2016 e che dall'anno **2017** gareggeranno, in base al nuovo assetto tecnico federale, nelle gare del programma FGI/GAF GOLD e nel programma Silver Eccellenza, possono partecipare al **solo Campionato di Eccellenza** secondo le seguenti modalità:*

CAMPIONATO FGI	PARTECIPAZIONE/RISULTATI	CORRISPONDENZA CATEGORIE CSEN
Serie C1	Con più di due attrezzi	Minimaster o Master
Serie C2	In caso di partecipazione alla Finale Nazionale con più di due attrezzi	Minimaster o Master
Serie B2	In caso di partecipazione alla Finale Nazionale con più di due attrezzi	Minimaster o Master
Serie C3		Nelle categorie di appartenenza per età
Serie B1		Master
Specialità		Master
Torneo Allieve 2016		Minimaster o Master a seconda dell'età

- *Non rientrano in tali categorie le ginnaste che, pur gareggiando abitualmente nella FGI/GxT, siano state utilizzate nelle gare del settore agonistico, sempre nel periodo sopra scritto sia dalla società di appartenenza, sia in prestito, per competere su uno o due attrezzi. Faranno fede i referti ufficiali FGI.*
- Sono escluse dalle competizioni Csen le ginnaste che partecipano al Campionato Individuale Gold Allieve, Junior e Senior, al Campionato Nazionale Assoluto, alla Serie A, alla Serie B Nazionale

Pag. 10: L'Abbuono non sostituisce il numero totale degli elementi richiesti, ma può soddisfare un'esigenza. In mancanza del numero di elementi richiesti si avrà la penalità di 0,50 per ogni elemento mancante ma **verranno conteggiati comunque gli abbuoni**

Pag. 12: Enjambée cambio: sia a Trave che al Suolo è possibile arrivare a 1 o 2 piedi
Sisonne flesso e Enjambée ad anello: Testa reclinata (se la testa non è reclinata salto nullo)

Pag. 14: I passaggi coreografici "complessi" e non in tenuta, vanno ad intaccare la penalità di tenuta generale dell'esercizio fino a 0,30.

Pag.16: Volteggio: il tappeto per la posa delle mani, nei salti provenienti dalla Rondata, può essere staccato dalla pedana o, **limitatamente per le ginnaste più piccole e minute, posizionato sopra la pedana**, ma se le mani toccano la pedana al di fuori del tappeto il salto è **NULLO**

Pag. 26: Serie Acrobatica – possibilità di combinazioni:

- Capovolta + Verticale a gb flesse, discesa in Capovolta e Verticale a gb divaricate (o contrario)
- Capovolta + Verticale a gb divaricate, discesa in Capovolta e di seguito Verticale a gb tese (o contrario)

Non è obbligatorio aggiungere un'altra capovolta tra i due elementi

Pag. 38: Aggiunta penalità: Mancanza n° minimo di elementi, **-0,50** per ogni elemento mancante

Capovolta avanti fermata partenza ritte, posare le mani sulla T. e, con una piccola spinta degli a.i., saltare in cap; prevede una breve pausa; l'elemento è valido sia se eseguito (durante la pausa) con bacino staccato dall'attrezzo e corpo raccolto, sia con passaggio in posizione supina e gambe a squadra. In caso di caduta l'elemento è valido se le spalle sono staccate dalla T.

Capovolta avanti: il rotolamento deve essere continuo. In caso di caduta l'elemento è valido se il bacino è staccato dalla T.

Entrata in Trave con Capovolta indietro: l'entrata si può eseguire con le mani posizionate sull'attrezzo o con le braccia in presa da sotto. L'entrata si può effettuare sia con gambe unite che con slancio di una gamba. Le gambe possono essere piegate in caso di necessità "staturali" di chi esegue

Trave Alta – **dalla Squadra Capovolta avanti:** non è consentito fermare la Capovolta; ci deve essere il rotolamento. Se si cade prima di appoggiare i piedi nella capovolta, l'elemento non sarà assegnato, ma verrà assegnata la squadra.

Nei salti ginnici con avvitamento il salto può essere fatto in qualsiasi fase della rotazione, l'importante è che si veda correttamente la forma del salto

Cup/Specialità: i passaggi di categoria sono ammessi solo per **un grado**:

da Esordienti ad Allieve A da Allieve A ad Allieve B

da Allieve B a Junior A da Junior A a Junior B

da Junior B a Senior

Si ricorda che rimane in vigore il Regolamento Podio come scritto e riportato nei programmi 2016

Pag. 16 CUP A SQUADRE e INDIVIDUALE Trave

“Non c'è obbligo di Entrata ed Uscita codificate ma solo di 5 elementi scelti LIBERAMENTE dalla griglia specifica”

Nessun lavoro fantasioso: si può non scegliere un'entrata e/o un'uscita tra quelle inserite in griglia (questo vuol dire Codificate), ma in nessun caso saranno accettate Entrate/Uscite COREOGRAFICHE, pena l'annullamento dell'esercizio. Sono gare ufficiali, non saggi societari. Nel dubbio, meglio scegliere dalla griglia.

Pag. 17 GRUPPO STRUTTURALE GIRI - EQUILIBRI

Verticale Divaricata Sagittale: posizione a “bilancia” e apertura min.160°; nella “bilancia”, la gamba deve oltrepassare la Verticale

Pag.26 SPECIALITÀ

La Verticale 2” è elemento a sé stante, non combinabile con nessun altro elemento

Pag.33 ARTISTICA MASCHILE

Tabella Falli Generali, alla voce “Insufficiente precisione nella posizione tesa”, segnare con la X l'entità dei Falli da 0.10 a 0.30 (non riportata)

Pag.35: Colpo di Petto: dall'oscillazione brachiale avanti salire all'appoggio a corpo teso avanti

ACROBAT 1°, 2° e 3° LIVELLO

Pag.48 Tabella Falli da aggiungere per tutti e tre gli attrezzi:

se un componente la squadra, nella prima ondata, non esegue lo stesso salto (volteggio/minitrampolino) o la stessa sequenza (suolo), la sua esecuzione sarà considerata Nulla ed alla squadra verrà assegnata la penalità di 0.50 per ondata non uguale

Le sequenze al suolo prevedono l'esecuzione obbligatoria di tre elementi, così come descritto. La mancanza di un elemento comporterà automaticamente l'annullamento di tutta la sequenza

PROGRAMMI TECNICI

CUP A SQUADRE

Pag. 4: Corpo Libero la "Schiacciatina" del busto a terra deve essere tenuta almeno 2"

CUP INDIVIDUALE – CAT. JUNIOR A e JUNIOR B

Pag. 11: Trave: Capovolta Avanti, arrivo libero, consentito arrivare sedute non sdraiate

SPECIALITÀ

Pag.8: cat. Esordienti Corpo Libero: Serie Artistica scelta dai Gruppi Strutturali: **Salto e/o Giri**

Pag. 15: Trave Gruppo Strutturale Giri Cella D 0.40 Mezzo giro in **PASSÉ avamp** + passo + mezzo giro in **PASSÉ avamp**

ECCELLENZA – Programma tecnico

Date di nascita: **Minimaster: 2005-2008; Master dal 2004 e precedenti**

Pag.20-21: Griglie aperte per tutte le categorie, con punteggio max fisso per ogni categoria con un numero minimo e massimo di elementi:

TABELLA PUNTEGGI MAX

	VOLTEGGIO	PARALLELE	CORPO LIBERO	TRAVE
ESORDIENTI	14.30	14.00 (10+2.50+1.50)	14.30 (10+2.50+1.80)	14.30 (10+2.50+1.80)
ALLIEVE	15.30	14.50 (10+2.50+2.00)	15.30 (10+2.50+2.80)	15.30 (10+2.50+2.80)
JUNIOR	16.50	16.00 (10+2.50+3.50)	16.50 (10+2.50+4.00)	16.50 (10+2.50+4.00)
SENIOR A	18.00	17.40 (10+2.50+4.90)	18.80 (10+2.50+6.30)	18.80 (10+2.50+6.30)
SENIOR B	18.00		18.80 (10+2.50+6.30)	18.80 (10+2.50+6.30)
MINIMASTER	18.00	18.10 (10+2.50+5.60)	20.20 (10+2.50+7.70)	20.20 (10+2.50+7.70)
MASTER	18.00	18.10 (10+2.50+5.60)	20.20 (10+2.50+7.70)	20.20 (10+2.50+7.70)

N° di elementi da poter scegliere

Parallele Asimmetriche

Categorie	N° elementi	Esigenze
Esordienti	5-6	Scelta libera su tutta la griglia - lavoro su SI e/o SS
Allieve	5-6	Scelta libera su tutta la griglia - lavoro su SI e/o SS
Junior	6-7	Scelta libera su tutta la griglia - lavoro su SI e SS

Senior A	6-7	Scelta libera su tutta la griglia - lavoro su SI e SS
Mini Master/ Master	7-8	Scelta libera su tutta la griglia - lavoro su SI e SS

Trave

Categorie	N°	Esigenze	Durata esercizio	Note
Esordienti	5-7	Scelta libera su tutta la griglia	1'10"	Trave bassa (mt.0.50)
Allieve	6-8	Scelta libera su tutta la griglia	1'15"	Trave h. cm 105 dai tappeti
Junior	7-9	Scelta libera su tutta la griglia	1'30"	Trave h. cm 105 dai tappeti
Senior B Senior A	8-9	Scelta libera su tutta la griglia	1'30"	Trave h. cm 105 dai tappeti
Mini Master Master	9-11	Scelta libera su tutta la griglia	1'30"	Trave h. cm 105 dai tappeti

Corpo Libero

Categorie	N° elementi	Esigenze	Durata esercizio
Esordienti	5-7	Scelta libera su tutta la griglia	1'10"
Allieve	6-8	Scelta libera su tutta la griglia	1'10"
Junior	7-9	Scelta libera su tutta la griglia	1'20"
Senior B Senior A	8-9	Scelta libera su tutta la griglia	1'30"
Mini Master Master	9-11	Scelta libera su tutta la griglia	1'30"

ESEMPIO: CAT. ALLIEVE CORPO LIBERO

Richiesti min 6 elementi max 8 elementi punteggio max 15.30 (10.00 nota E + 2.50 esigenze + 2.80 elementi) - 5 elementi rispondono alle Esigenze da 0.50 tot. di p.2.50

Si può raggiungere il punteggio di 2.80 con massimo 8 elementi; è possibile aggiungerne altri, anche per assolvere le esigenze, ma verranno comunque considerati gli 8 elementi di valore maggiore, calcolati tutti per le esigenze e per l'esecuzione

Esempio n°1: Enjambée + Enjambée laterale (0,30) – 1 giro passé (0,30) - Rondata (0,10) - Salto Avanti Carpiato (0,50) - Flic Indietro unito (0,50) – Kippe di testa (0,30) – Pennello 360° (0.30) - Johnson (0,50)

Gli elementi sottolineati sono quelli che verificano le esigenze mentre quelli solo evidenziati, sono gli 8 elementi di valore maggiore. Totale esercizio 2,50 di esigenze + 2,80 di elementi=15.30

Esempio n°2: Enjambée cambio + Enjambée (0,50) – 1 giro passé e mezzo (0,40) - Rondata (0,10) - Salto Avanti Carpiato (0,50) - Flic indietro unito (0,50) – Kippe di testa (0,30) - Pennello 360° (0.30)) - Johnson (0,50)

Gli elementi sottolineati sono quelli che verificano le esigenze mentre quelli solo evidenziati, sono gli 8 elementi di valore maggiore. Totale esercizio 2,50 di esigenze + 3,10 di elementi sarebbe 15,60 ma per le allieve il punteggio max è 15.30, quindi l'esercizio parte da 15,30

Esempio n°3: Enjambée + Enjambée laterale (0,30) – 1 giro passé e mezzo (0,40) - Rondata Flic
Salto Indietro Racc (0,40) - Salto Avanti Carpiato (0,50) - Flic Indietro unito (0,50) –

Gli elementi sottolineati sono quelli che verificano le esigenze mentre quelli solo evidenziati, sono i 5 elementi di valore maggiore. Totale esercizio 2,50 di esigenze + 2,10 di elementi =15.10 meno 0,50 per elemento mancante dal numero minimo = valore di partenza 14,60

Pag.22: Volteggio – Tappeto sovrapposto: uscita laterale (fuori direzione) dopo l'arrivo, penalità 0.30

ACROBAT 1°,2° e 3° LIVELLO

Pag.2: chi gareggia nell'Eccellenza, può partecipare **solo al 3°livello**; chi gareggia nel Cup individuale può scegliere tra il 1° o il 2° livello

Pag.4: l'anno 2006 rientra nella categoria Allievi/e; i nati nell'anno 2009 possono partecipare solo ad 8 anni compiuti e possono partecipare anche soltanto nell'eventuale Finale nazionale

Pag.5: Trampolino 1°livello

Allievi: scelta tra 1 e 7; Junior: scelta tra 1 e 10; Senior: scelta libera su tutta la griglia

Pag.8: Volteggio 2°livello

Il salto n°9 si intende: rondata + salto giro indietro raccolto e non il salto pennello raccolto (groupé)

Pag.11: Volteggio 3°livello

Il salto n°7 si intende: rondata + salto giro indietro raccolto e non il salto pennello raccolto (groupé). In entrambe le tabelle non sono previsti salti artistici

Per tutto quanto non previsto dal presente Codice, farà fede il Codice Internazionale dei Punteggi edizione 2017-2020

La Commissione Tecnica Nazionale

La Referente Nazionale di Giuria