 **DOMANDE E RISPOSTE **

**CUP SQUADRE E INDIVIDUALE**

**Generale**

* Cup Individuale; per la composizione dell’esercizio al Corpo Libero, è possibile ripetere l’elemento della serie ginnica obbligatoria?

No, sono richiesti 4 + 2 elementi tutti differenti al Corpo Libero, e 5 elementi differenti alla Trave

**Trave**

* Entrata: presalto battuta in pedana entrata Pennello (anche lateralmente); se effettuata lateralmente, può essere fatta sia parallelamente (quindi salendo di fianco) che fronte alla Trave (posizione trasversale)?

Si, l’importante è vedere un presalto, la battuta e il Pennello

* Posizione a ginocchio aperto: è un Passé con il ginocchio in fuori?

No, la posizione è in ginocchio, con una gamba avanti piegata, schiena dritta e braccia in posizione libera tenuta 2”

  Il ginocchio dietro deve essere a contatto della Trave

N.B. è valida anche come contatto dell’attrezzo in Specialità vedi CDP pag. 47

**SPECIALITA’**

**Generale**

* Verticale cambio: si può effettuare “sforbiciando”?

Si, si può effettuare sia sforbiciando che chiudendo e cambiando gamba

* E’ corretto che le Esordienti abbiano 6 elementi al Corpo Libero e 5 alla Trave?

Si

* ***(NEW)*** E’ possibile inserire più di 2 Abbuoni?

Si, ma ne verranno conteggiati Max 2 ad attrezzo come da Regolamento, e verrà comunque penalizzata l’esecuzione . L’Abbuono non sostituisce il numero totale degli elementi richiesti, ma può soddisfare un’esigenza. Vedi pag. 19 del Codice dei Punteggi.

* ***(NEW)*** Verticale divaricata di passaggio, anche divaricata frontale?

NO. Solo divaricata sagittale

**Parallele Asimmetriche**

* Parallele: si può non dichiarare entrata ed uscita?

Si, è possibile eseguire più elementi ma, per la nota di partenza verranno presi i 5 elementi più alti di valore e al max 2 Abbuoni

**Corpo Libero**

* Se una ginnasta esegue: staccata sagittale 2”, poi si gira e fa staccata frontale, vengono presi 2 elementi?

Si, l’importante è vedere le due aperture distinte, tenute ciascuna 2”

* ***(NEW)*** Qualora si esegua capovolta avanti + verticale a gd (o anche verticale a gu raccolte o tese) e si esegua la discesa dalla verticale in capovolta, si ottiene la serie acro (dato che l’elemento capovolta avanti da 0,10 ha la dicitura partenza e arrivo liberi)?

No, in questo caso va inserita una seconda capovolta oltre a quella di “discesa”

* ***(NEW)*** Nel gruppo strutturale salti artistici i due elementi enjambeè con ¼ di giro hanno la dicitura ap. 90° e ap. 135°. Si intende apertura minima (pena il non riconoscimento della cella o declassamento per quella da 135°), come per l’enjambèè sul posto (dove però la dicitura min. è presente)?

Certo, abbiamo messo più gradi di apertura così da facilitare il declassamento in caso di non apertura

* ***(NEW)*** Serie Acro: Verticale 360° + Capovolta Avanti (Abbuono Senior) / + Capovolta Avanti + Verticale a gambe (piegate/divaricate/tese); si devono vedere le due Capovolte o si può legare la serie dalla Capovolta di “discesa” della Verticale 360°?

In questa serie si devono vedere due Capovolte. Una fa parte del primo elemento, in questo caso l’Abbuono; e l’altra fa parte del secondo. Quindi ***NON E’ POSSIBILE*** usare la Capovolta di “discesa” del primo elemento altrimenti gli elementi ***NON SONO TERMINATI***.

Ricordiamo però, che per le serie in combinazione tra i “coniglietti” Verticale, non è obbligatoria una seconda Capovolta, e che l’elemento sarà considerato terminato al raggiungimento della Verticale. Vedi pag. 51 del Codice dei Punteggi

**Trave**

* Uscita in Trave bassa: è possibile eseguire Salto Avanti Raccolto?

Assolutamente NO

* ***(NEW)*** Se nella gara allieve la squadra equilibrata viene tenuta due secondi invece che uno e la ginnasta ha già due elementi bonus, l’elemento squadra segnata da 0,30 viene barrato e non computato nella nota D?

No, viene comunque riconosciuta

**ECCELLENZA**

**Generali**

* ***(NEW)*** Argomento rovesciate avanti e dietro in trave e corpo libero. Premesso che, nell’aggiornamento giudici fatto in regione ad inizio anno, era stato detto dall’allora referente di giuria che nella riunione nazionale si era specificato che i suddetti elementi non sarebbero stati riconosciuti qualora l’apertura delle gambe non avesse raggiunto 180°, si legge a pagina 48 del codice dei punteggi che l’apertura (come da Codice internazionale dei punteggi) deve essere 180°, ma l’elemento viene riconosciuto con le penalità 0,10/0,30 per l’apertura rispettivamente fino a 160° e fino a 135°. Confermate questa norma?

Esatto, viene riconosciuto ma penalizzato fino a 0,30, al di sotto dei 135° non viene assegnato

* ***(NEW)*** Se la ginnasta esegue un movimento di valore basso per prendere il bonus in uno delle primi 4 gruppi strutturali, ma possiede nell’esercizio in parallela altri 7 elementi di maggior valore (oppure 8 nel caso di trave e corpo libero), l’elemento di valore basso che è del gruppo strutturale conferente bonus viene scartato nel conteggio della nota D? Oppure deve essere valutato comunque a discapito di un altro elemento di valore più alto presente in un altro gruppo?

Verranno considerati per la nota di partenza, i 7 elementi di maggior valore. Pag 18 Codice dei Punteggi, al punto 2 “esigenze”, è scritto che; un elemento può soddisfare un’ esigenza anche senza essere dichiarato. In più sotto le griglie delle penalita’ di Specialita’ ed Eccellenza c’è la dicitura: un elemento della griglia, pur non conteggiato nel valore di partenza può soddisfare un’esigenza

**Parallele Asimmetriche**

* Se una ginnasta nel Fioretto mette “piede + piede”, che penalità prende?

0,30 di Facilitazione

* Si richiedono max 2 kippe, una SI e una SS; anche per l’infilata a 2? Ovvero, posso fare 2 infilate a 2 una SI e una SS, più 2 kippe una SI e una SS?

Si, la specifica è stata inserita per le Kippe “frontali”

* Se seguo 180° Kippe + Fucs + Kippe; vengono considerate 2 Kippe differenti?

Si, la specifica è per le Kippe “frontali”, non per tutti i tempi di Kippe

* ***(NEW)*** Parallele Asimmetriche: se si esegue Slancio dietro a gambe tese posa dei piedi + Fioretto si ottengono sia la cella GS5 valore 0,50 che quella GS2 valore 0,50?

NO, dopo la posa dei piedi le mani si devono staccare le mani dallo staggio

* ***(NEW)*** Slancio e posa dei piedi a gambe piegate non è inserito nel GS4, che è gruppo strutturale conferente bonus di 0,50. Qualora lo slancio e posa dei piedi a gambe tese unite per salire alla sospensione SS (cella GS4 valore 0,50) viene eseguito dalla ginnasta con gambe leggermente piegate (fallo piccolo o medio) non viene assegnata la cella (e quindi in mancanza di altri elementi di quel gruppo la ginnasta perde il bonus relativo)?

C’è una tolleranza di 10° per le gambe piegate, altrimenti verrà assegnato slancio e posa dei piedi a gambe piegate (GS5 B se a gambe divaricate, GS5 C se a gambe unite)

**Trave**

* Capovolta indietro arrivo libero: si può anche arrivare “cavalcioni”?

Si, l’importante è vedere un rotolamento indietro

* ***(NEW)*** Orizzontale prona e orizzontale prona in relevè (rispettivamente celle GS7 valore 0,20 e GS7 valore 0,50) devono essere tenute due secondi, anche se non specificato come invece accade per la verticale (cella GS7 valore 0,70)?

Tutti gli equilibri vanno mantenuti 2” ai fini del riconoscimento anche se non specificato. Vedi pag. 46 del Codice dei Punteggi

* ***(NEW)*** Nella cella GS5 valore 0,40 è contemplato l’enjambeè 90° spinta ad un piede con arrivo in arabesque. L’Arabesque va fissato per 2 secondi o no?

No, però deve essere segnato l’arrivo in Arabesque

* ***(NEW)*** Nella cella ½ giro in relevè su due piedi + passo + ½ giro in passè, la ginnasta deve rimanere in relevè durante il passo?

Assolutamente SI

* ***(NEW)*** E’ possibile eseguire due serie artistiche ad esempio: enjambèe + sissonne e poi sissonne + sissonne?

Si, è possibile farlo. Non è consentito ad esempio eseguire: enjambèe + sissonne e poi il sissonne singolo. Se messo in due serie sono consentiti, ma non è consentito eseguire un salto singolo se già inserito in serie artistica, le difficoltà sono sicuramente differenti.

**Corpo Libero**

* Rondata + Salto Divaricato, va bene sia divaricato che Carpiato?

Si

* Se eseguo: 360° passé + 180° passé e poi 180° passé; vengono considerati 2 elementi? C’è la dicitura; Nessun elemento può essere ripetuto, a meno che non sia specificatamente indicato nelle singole celle. Fanno eccezione il Flic unito/smezzato, Rondata, Ribaltata e Salto Pennello.

Gli elementi non possono essere ripetuti, ma se messi in combinazioni diverse si. I Salti Artistici non possono essere ripetuti indipendentemente dal grado di apertura

**ACROBAT**

**Generale**

* Le bimbe e i bimbi nati nel 2010, possono fare Acrobat L2?

Si, sono ammesse/ammessi in tutti e 3 i livelli Acrobat. Chiaramente si fa riferimento alla Tabella presente nel Regolamento Tecnico del Campionato in questione:

|  |  |
| --- | --- |
| **TIPOLOGIA CAMPIONATO** | **CORRISPONDENZA LIVELLO ACROBAT** |
| **CUP A SQUADRE** | **1° LIVELLO** |
| **CUP INDIVIDUALE** | **1° o 2° LIVELLO** |
| **SPECIALITÁ** | **2° o 3° LIVELLO** |
| **ECCELLENZA CAT.RIE ALLIEVE A e B, JUNIOR 1 e 2, SENIOR 1 e 2** | **2° o 3° LIVELLO** |
| **ECCELLENZA CAT.RIE MINIMASTER e MASTER** | **3°LIVELLO** |
| **MASCHILE** | **QUALSIASI LIVELLO** |

**GAM**

* ***(NEW)*** PARALLELE PARI: nel precedente file: domande e risposte è stato aggiunto l’elemento B (0,20) GS3 ; **Oscillazione con aggancio/Seduta esterna variabili a dx e sx** .**SI RETTIFICA. L’elemento è già presente in GS1 B (0,20)**

**CUP SQUADRE E ACROBAT**

* E’ possibile usare anche in regione lo stesso metro della Finale Nazionale, ovvero, cambiare max 2 ginnaste nelle gare a squadre?

E’ possibile cambiare max 2 ginnaste per squadra anche in Regione, l’importante è non cambiare il nome della squadra dove è stato effettuato il cambio

* Se una società presenta nella prima prova 2 squadre, nella seconda prova, può accorpare le squadre nel caso in cui mancassero le ginnaste?

E’ possibile farlo, l’importante è non cambiare il nome della squadra dove è stato effettuato il cambio; ovvero: in una squadra formata da 5 componenti, considerando che il cambio è concesso solo per 2 componenti, il nome della squadra DOVRA’ essere quello delle/dei 3 ginnaste/i che gia’ facevano parte di quella squadra. Se invece le due squadre erano formate da 4 componenti ciascuna, accorpandole le ed effettuando il cambio di max 2 componenti, si porta’ scegliere il nome dell’una o dell’altra squadra

# COMPONENTI DELLA COMMISSIONE TECNICA NAZIONALE

*Cinzia Pennesi, Ilenia Oberni, Alice Grecchi, Monia Melis, Sonia Frasca, Tiziana Di Nitto, Ginevra Civiletti*



***Aggiornato il 10 febbraio 2018***

***(NEW) Aggiornato il 10 MAGGIO 2018***