



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA
CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Ginástica Acrobática - 2018

COPA BRASÍLIA – ETAPA NACIONAL
REGULAMENTO GERAL

Informações gerais

A Federação Brasileira de Ginástica tem o prazer de convidar as delegações a participarem da 1ª Copa Brasília de Ginástica Acrobática – Etapa Nacional. Esta competição será organizada na cidade de Brasília, BRA, de 16 a 18 de novembro de 2018. A Copa Brasília de Ginástica Acrobática – Etapa Nacional está aberta às equipes nacionais e estaduais, bem como aos clubes individuais.

CAPÍTULO I - Das finalidades

Art. 1º - Proporcionar aos ginastas a oportunidade de se prepararem para os Campeonatos Internacionais.

CAPÍTULO II - Da participação

Art. 2º - Não há limite de pares ou grupos inscritos por categoria em qualquer evento.

Art. 3º - Cada atleta deve competir em somente uma disciplina e em apenas uma categoria.

CAPÍTULO III - Dos eventos

Art. 4º - Serão oito categorias, divididas em dois níveis:

	Categoria	Idade	Regras
Nível I	Mirim	6 anos – 12 anos	Anexo 1
	Pré-Infantil	8 anos – 15 anos	Anexo 2
	Infantil	Mínimo 10 anos	Anexo 2
Nível II	Pré-Infantil	8 anos – 16 anos	Anexo 3
	Infantil	9 anos – 17 anos	Anexo 4
	Juvenil	10 anos – 19 anos	Anexo 5
	Intermediário	11 anos – 20 anos	Anexo 6
	Adulto	Mínimo 13 anos	Anexo 7

Art. 5º - A idade do Competidor é definida pelo seu ano de nascimento, considerando dia 01/jan/2018 até dia 31/dez/2018. Por exemplo, um ginasta que faz 16 anos em 29 de dezembro de 2018 é considerado com 16 anos durante todo o ano.

Art. 6º - Pares e grupos que mudarão de categoria no ano seguinte da competição poderão competir em uma categoria acima de sua idade para preparar-se para o ano seguinte.

Art. 7º - A competição incluirá 5 disciplinas em cada categoria:

- Pares Femininos
- Grupos Femininos
- Pares Masculinos
- Grupos Masculinos
- Pares Mistos

CAPÍTULO IV - Da composição das séries

Art. 8º - Os eventos locais cumprirão o que diz os regulamentos específicos em anexo.

Art. 9º - Os programas (exercícios) e as exigências quanto à composição e à execução das séries de todas as categorias seguirão, além dos regulamentos específicos de GAC do Código de Pontuação Oficial da modalidade, versão 2018 e os arquivos em anexo.

CAPÍTULO V - Da inscrição

Art. 10º - Somente os ginastas vinculados a um clube poderão participar.

Art. 11º - A inscrição deverá ser feita via e-mail e de acordo com o calendário da FBG em formulário próprio, seguindo o protocolo de inscrições e código de taxas.

Parágrafo primeiro - Somente poderão se inscrever como técnicos e assistentes técnicos (um para cada categoria participante) os professores com CREF em dia (validade) ou, somente no caso de assistente técnico, comprovar ser aluno regular do curso de Educação Física.

Parágrafo segundo - Durante a competição somente poderão estar presentes na área de aquecimento os técnicos e assistentes técnicos inscritos.

Art. 12º - O pagamento das taxas de inscrição, arbitragem e inscrição do clube será feito via boleto bancário.

CAPÍTULO VI - Da Competição

Art. 13º - O envio dos diagramas deverá ser feita para a diretora de arbitragem da competição, via e-mail, até sete dias antes da competição.

Parágrafo 1º - O par/grupo que não tiver seus diagramas entregues até a data e hora determinada não poderá participar da competição

CAPÍTULO VII - Do Cronograma Provisório

(Nota: o horário será definido após as inscrições provisórias)

Dia 16	Credenciamento de delegações Treinamento Reunião de juízes Reunião de orientação
Dia 17	Competição Nível I Treinamento Nível II
Dia 18	Competição Nível II Premiação

CAPÍTULO VIII - Delegação

Art. 14º - Composição da delegação:

1 Chefe de delegação

1 Chefe de equipe

1-8 Treinadores e auxiliares técnicos

1 juiz

CAPÍTULO IX - Da premiação

Art. 15º - Serão premiados da seguinte forma:

I. Certificados para todos.

II. Medalhas do 1º ao 3º lugar, em cada categoria.

III. Medalhas de participação para os demais pares/grupos.

IV. Equipes: Serão premiadas, com troféus, as três primeiras colocadas somando as três melhores notas do nível I e as cinco melhores notas do nível II.

Art. 16º - Desempate:

I. A soma da nota de Execução e Artístico de cada Exercício.

II. A nota mais alta de Execução + Artístico de cada Exercício.

III. A nota mais alta de Execução de cada Exercício.

IV. A nota mais alta de Artístico de cada Exercício.

Se um empate ainda permanecer, ambos serão premiados na mesma classificação.

REGULAMENTO ESPECÍFICO
ANEXO 1
CATEGORIA MIRIM – NÍVEL I

Tipo de nível	Obrigatório.
Número (Tipo) de Exercícios	Um (combinado).
Música/Coreografia	1. O exercício deve ser executado com música de escolha do treinador/atleta. Permitido com letras. 2. Se uma rotina é realizada sem música por qualquer motivo, o JD aplica uma dedução de -1,0. Se a música começar, mas corta no meio, dedução não se aplica (falha no som).
Ordem de elementos de pares/grupos e Elementos Individuais	1. Os elementos devem ser realizados de acordo com o COP. 2. -0.3 de dedução do JD aplica-se para elementos individuais e/ou de pares/grupos realizados fora da ordem.
Duração máxima do exercício	1. 2'45" (tolerância de 2"). 2. -0.3 de dedução do CPJ aplica-se se o exercício começa ou termina após a música.
Requisitos Especiais	1. O top deve ser suportado por pelo menos uma das bases nas aterrissagens de todos os elementos dinâmicos. 2. Uma penalidade de requisito especial de -0,5, será dada pelo JD se não for suportado nas aterrissagens.
Restrições	1. Não são permitidos elementos adicionais de par/grupo de valor no exercício. -1.0 de dedução pelo JD aplica-se para elementos adicionais realizados. São aplicáveis as deduções de execução. 2. Elementos individuais adicionais podem ser realizados sem penalidade. 3. Nenhum Link entre elementos dinâmicos é permitido, a menos que especificado na descrição do elemento. Um começo e fim claros e controlados devem ser realizados, caso contrário, nenhum crédito será dado para qualquer elemento.
Dificuldade	1. Se todos os elementos obrigatórios forem realizados com sucesso, a pontuação de dificuldade do exercício é 1,0. 2. Se um elemento requerido/elemento individual não for executado, a dificuldade é reduzida pelo valor do elemento conforme indicado na descrição do exercício. 3. Os elementos de par/grupo valem 0,1 ou 0,2 e os elementos individuais valem 0.

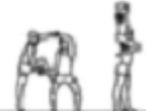
TABELAS DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

Pares Femininos

<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>EQUILÍBRIO</u>	<u>DINÂMICO 1</u> 	<u>ESTÁTICO 1</u> 	<u>ESTÁTICO 2</u> 
<u>VALOR =</u> <u>0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>
<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>FLEXIBILID</u>	<u>DINÂMICO 2</u> 	<u>ESTÁTICO 3</u> 	<u>DINÂMICO 3</u> 
<u>VALOR =</u> <u>0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,1</u>
<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>TUMBLING</u>	<u>DINÂMICO 4</u> 	<u>ESTÁTICO 4</u> 	
<u>VALOR =</u> <u>0</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	

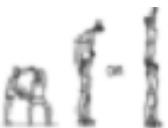
TABELAS DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

Pares Masculinos

<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>EQUILÍBRIO</u>	<u>ESTÁTICO 1</u> 	<u>ESTÁTICO 2</u> 	
<u>VALOR</u> <u>= 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	
<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>EQUILÍBRIO</u>	<u>DINÂMICO 1</u> 	<u>DINÂMICO 2</u> 	<u>ESTÁTICO 3</u> 
<u>VALOR</u> <u>= 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>
<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL DE</u> <u>TUMBLING</u>	<u>DINÂMICO 3</u> 	<u>ESTÁTICO 4</u> 	<u>DINÂMICO 4</u> 
<u>VALOR</u> <u>= 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>

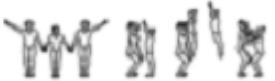
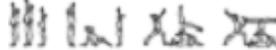
TABELAS DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

Pares Mistos

ELEMENTO INDIVIDUAL DE EQUILÍBRIO	<u>ESTÁTICO 1</u> 	<u>DINÂMICO 1</u> 		
<u>VALOR = 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>		
ELEMENTO INDIVIDUAL DE FLEXIBILIDADE	<u>ESTÁTICO 2</u> 	<u>ESTÁTICO 3</u> 	<u>DINÂMICO 2</u> 	<u>ESTÁTICO 4</u> 
<u>VALOR = 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>
ELEMENTO INDIVIDUAL DE TUMBLING	<u>DINÂMICO 3</u> 	<u>DINÂMICO 4</u> 		
<u>VALOR = 0</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>		

TABELAS DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

Grupos Femininos

<u>DINÂMICO 1</u>	<u>ESTÁTICO 1</u>	<u>ELEMENTO INDIVIDUAL DE</u>	
		<u>INDIVIDUAL</u>	<u>DE</u>
<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0</u>	<u>DE</u>
<u>DINÂMICO 2</u>	<u>DINÂMICO 3</u>	<u>ELEMENTO INDIVIDUAL DE</u>	<u>DE</u>
		<u>INDIVIDUAL</u>	<u>DE</u>
<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0</u>	<u>DE</u>
<u>ELEMENTO INDIVIDUAL DE</u>	<u>ESTÁTICO 2</u>	<u>DINÂMICO 4</u>	<u>ESTÁTICO 3</u>
<u>INDIVIDUAL</u>			
<u>DE</u>	<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,2</u>
<u>VALOR = 0</u>			

TABELAS DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

Grupos Masculinos

<u>ESTÁTICO 1</u> 	<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>EQUILÍBRIO</u>			
<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0</u>			
<u>DINÂMICO 1</u> 	<u>ESTÁTICO 2</u> 	<u>DINÂMICO 3</u> 	<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE</u> <u>EXIBILIDADE</u>	<u>ESTÁTICO 3</u> 
<u>VALOR = 0,1</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0,2</u>	<u>VALOR = 0</u>	<u>VALOR = 0,2</u>
<u>ELEMENTO</u> <u>INDIVIDUAL</u> <u>DE TUMBLING</u>	<u>DINÂMICO 2</u> 			

<u>VALOR = 0</u>	<u>VALOR = 0,2</u>

REGULAMENTO ESPECÍFICO
ANEXO 2
CATEGORIA PRÉ-INFANTIL E INFANTIL – NÍVEL I

Composição do Exercício

Cada Par e Grupo apresenta um Exercício Combinado.

O exercício será composto por figuras acrobáticas selecionadas da TABELA DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS, em anexo ao regulamento.

PARES: deve conter **uma** figura acrobática de cada grupo específico, totalizando **três elementos estáticos e três elementos dinâmicos**.

GRUPOS: deve conter **dois elementos estáticos** de dois grupos específicos **e três elementos dinâmicos**.

No INFANTIL: Pares e Grupos poderão executar **um** elemento estático e **um** elemento dinâmico livres escolhidos da Tabela de Dificuldade da FIG. Estes deverão estar sinalizados com as páginas e os valores corretos. Para contabilização da nota, estes elementos terão valor de dificuldade no Torneio 0,1 e substituirão os elementos descritos anteriormente.

O elemento dinâmico para pares e grupos que não consta na TABELA DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS em anexo ao regulamento deve conter a dificuldade mínima de valor **1** e máxima de valor **4**.

O elemento estático para pares que não consta na TABELA DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS em anexo ao regulamento deve conter a dificuldade mínima de valor **2** e máxima de valor **8**. Para grupos, mínimo de valor **2** e máximo de valor **10**.

Lembrando que a ênfase da competição da Categoria PRÉ-INFANTIL e INFANTIL é uma perfeita execução técnica e artística mais que a dificuldade (artigo 34º).

O par ou o Grupo que executar elementos estáticos ou dinâmicos a mais ou a menos que o número exigido terá uma penalidade de 1.0 ponto na nota final.

O Exercício não deve exceder 2'00”.

O Top pode escolher mudar a posição da Tabela de Elementos Obrigatórios de esquadro para prancha (ou vice-versa) desde que até 2 manutenções de 3 segundos do mesmo. A terceira posição estática do Top terá que ser uma parada ou uma flexibilidade de 3 segundos etc.

OBSERVAÇÃO: se a posição escolhida para ser alterada existir na tabela, mesmo que em outra linha, este artigo deixa de valer. Exemplo: figuras de pares Grupo 01 – Acrobático 05 e Grupo 02 – Acrobático 04.

Elementos Individuais

Os ginastas devem executar elementos individuais simultaneamente ou em imediata sucessão.

Os elementos individuais devem ser selecionados da Tabela de Dificuldade da FIG.

Cada ginasta deve executar obrigatoriamente um mínimo de **três** elementos individuais: **um equilíbrio, uma flexibilidade e um tumbling**. Além desses elementos individuais obrigatórios, cada ginasta de par/grupo poderá executar dois elementos individuais adicionais, sendo um elemento escolhido entre equilíbrio, flexibilidade ou agilidade e um elemento de *tumbling*, que deverá estar descrito no diagrama. Uma penalidade de 1.0 ponto será aplicada por falta de Requisito Especial se todos os ginastas não executarem os TRÊS tipos de elementos obrigatórios. Esta penalidade é aplicada uma vez em todo o exercício, mesmo se mais do que um ginasta falhar neste Requisito Especial.

Elementos coreográficos (giros, saltos, saltitos, ondas etc.) podem ser utilizados para valorizar a construção do exercício. Se este exercício tiver valor no código será considerado um dos elementos individuais acima.

Julgamento

A ênfase da competição da Categoria PRÉ-INFANTIL e INFANTIL é uma perfeita execução técnica e artística mais que a DIFICULDADE.

Todos os exercícios serão julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG de Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

Cada elemento escolhido da TABELA DE ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS tem um nível diferenciado de valor de dificuldade, no qual é usado para determinar o Valor de Dificuldade do exercício.

A Nota D (valor de dificuldade final do exercício) será determinada pelo valor da somatória de todos os elementos acrobáticos (elementos estáticos + elementos dinâmicos).

Caso o valor da somatória seja superior a 1,0, a Nota D equivalerá a 1,0 ponto.

O valor da somatória dos elementos dinâmicos não deve ser mais que o dobro da somatória dos elementos estáticos (e vice-versa).

A Nota Total é determinada somando:

- A média da nota de Execução Técnica multiplicada por 2 (Nota E)
- A média da nota Artística (Nota A)
- O Valor de Dificuldade do exercício (Nota D)

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

Penalidades são aplicadas na Nota Total pelo CPJ e JD de acordo com o Código de Pontos da FIG.

Nota Total – Penalidades = Nota Final

Observações:

1. O envio do diagrama deverá ocorrer até dois dias de antecedência à competição. Definido no congresso técnico. Após esta data cada diagrama receberá uma penalidade de 0,3 pontos aplicada pelo CPJ.
2. Caso haja necessidade de troca de ginasta por motivo de lesão, esta troca poderá ocorrer dentro da categoria e evento com apresentação de atestado médico original e uma cópia. Somente assim poderá contar esta nota para premiação por prova e por equipe.

Pares							
GRUPO 01	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05	Acrobático 06	Acrobático 07
	Valor = 0,0	Valor = 0,0	Valor = 0,2	Valor = 0,3	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,2
GRUPO 02	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05	Acrobático 06	Acrobático 07
	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,3	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,3
CARACTERÍSTICOS PARES FEMININOS	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04			
	Valor = 0,1	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,2			
CARACTERÍSTICOS PARES MASCULINOS	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04			
	Valor = 0,1	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,2			
CARACTERÍSTICOS PARES MISTOS	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04			
	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,3			

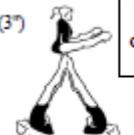
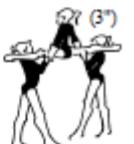
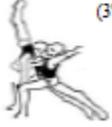
OBSERVAÇÃO

Pares

		Pares					
GRUPO 01	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05	Acrobático 06	
	 Base de joelhos (0/4) Valor = 0,0	 (0/4) Valor = 0,1	 (2/4) Valor = 0,2	 Rodante (1/4) Valor = 0,2	 Rodante (4/4) Valor = 0,3	 (4/4) Valor = 0,3	
GRUPO 02	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05		
	 (0/0) Valor = 0,0	 180° Valor = 0,1	 (1/4) Valor = 0,2	 (4/4) Valor = 0,3	 (4/4) Valor = 0,3		
GRUPO 03	Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05	Acrobático 06	
	 180° Valor = 0,1	 180° Valor = 0,1	 360° Valor = 0,2	 Rodante 180° Valor = 0,2	 Rodante Valor = 0,3	 (0/2) Valor = 0,2	
OPCIONAL	APENAS PARA: Pares Femininos e Mistos						
	GRUPO 03	 (1/4) Valor = 0,2	 (1/4) Valor = 0,3				

OBSERVAÇÃO		
	ou	
	ou	

Grupos Femininos

		Acrobático 01	Acrobático 02	Acrobático 03	Acrobático 04	Acrobático 05
GRUPO 01	(3")		(3") 	(3") 	(3")  ou 	(3") 
		Valor = 0,0	Valor = 0,2	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,3
GRUPO 02	(3")	 ou 	(3")  →  Top	(3")  →  Top	(3")  →  Top	(3") 
		Valor = 0,0	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,2
GRUPO 03	(3")		(3") 	(3") 	(3")  ou 	(3") 
		Valor = 0,1	Valor = 0,0	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,3

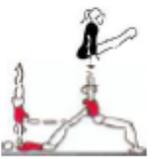
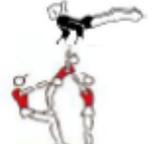
OBSERVAÇÃO
 ou  ou 
 ou  ou 

Grupos Femininos

GRUPO 01	Acrobático 01 	Acrobático 02 	Acrobático 03 	Acrobático 04 	Acrobático 05
	Valor = 0,0	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,3	Valor = 0,3
GRUPO 02	Acrobático 01 	Acrobático 02 	Acrobático 03 	Acrobático 04 	Acrobático 05
	Valor = 0,0	Valor = 0,1	Valor = 0,3	Valor = 0,3	Valor = 0,3
Grupo 03	Acrobático 01 	Acrobático 02 	Acrobático 03 	Acrobático 04 	Acrobático 05
	Valor = 0,0	Valor = 0,1	Valor = 0,2	Valor = 0,2	Valor = 0,2

OBSERVAÇÃO		
	ou	
	ou	

GRUPO MASCULINO

G R U P O 1	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4	Acrobático 5
	 valor = 0,1	 valor = 0,1	 valor = 0,2	 valor = 0,2	 valor = 0,3
G R U P O 2	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4	Acrobático 5
	 tops maos dadas valor = 0,1	 os Bases apoiam a parada valor = 0,2	 valor = 0,2	 parada na mão do base valor = 0,3	 valor = 0,3
G R U P O 3	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4	
	 valor = 0,1	 valor = 0,2	 valor = 0,2	 valor = 0,3	

Observação		
	ou	
	ou	

U P O O 1	 valor = 0,1	 valor = 0,2	 valor = 0,2	 valor = 0,3 4/4
	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4
G R U P O 2	 0/4 valor = 0,1	 (1/4) valor = 0,2	 (1/4) valor = 0,2	 (4/4) valor = 0,3
	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4
G R U P O 3	 180 valor = 0,1	 180 valor = 0,2	 180 valor = 0,2	 valor = 0,3
	Acrobático 1	Acrobático 2	Acrobático 3	Acrobático 4

		Observação	
	ou		ou

REGULAMENTO ESPECÍFICO
ANEXO 3
CATEGORIA PRÉ-INFANTIL – NÍVEL II

Composição do Exercício

Regras Gerais

Cada Par e Grupo deve apresentar um Exercício Combinado no qual deve ser coreografado e executado com música.

O Exercício não deve exceder 2'30" de música.

Pares: devem executar **dois** elementos estáticos da Tabela Específica do *Age Group* 11-16, **um** elemento opcional da Tabela da FIG, **dois** elementos dinâmicos da Tabela Específica do *Age Group* 11-16 e **um** elemento dinâmico opcional da Tabela da FIG, totalizando **três** elementos estáticos e **três** elementos dinâmicos.

Grupos: devem executar **um** elemento estático da Tabela Específica de *Age Group* 11-16, **um** elemento estático opcional da Tabela da FIG, **dois** elementos dinâmicos da Tabela Específica de *Age Group* 11-16 e **um** elemento dinâmico opcional da Tabela FIG, totalizando **dois** elementos estáticos e **três** elementos dinâmicos.

OBS.: a pirâmide opcional pode ser selecionada da mesma categoria usada no elemento obrigatório.

Elementos Individuais: executar **dois** elementos escolhidos entre equilíbrio, flexibilidade e agilidade e **dois** elementos de *tumbling*. Não é obrigatória a execução de um mortal como elemento individual.

Se elementos adicionais são executados haverá uma penalidade de 1.0 ponto.

Execução de elementos proibidos resultará em uma penalidade de 1.0 ponto. Consideram-se elementos proibidos os mesmos determinados pela FIG para o *Age Group*.

A aterrissagem de todos os elementos dinâmicos deve ser auxiliada. Se a aterrissagem for executada sem auxílio, uma penalidade de 1.0 ponto será aplicada por cada ocorrência.

O valor de Dificuldade do exercício será calculado de acordo com a Categoria *Age Group* 11-16.

A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota Técnica multiplicada por 2 (Execução ou Nota E).
- A média da nota Artística (Artística ou Nota A).
- O Valor de Dificuldade do exercício (Nota D).

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D.

Penalidades são aplicadas na Nota Total do CPJ e JD de acordo com o Código de Pontos da FIG.

Nota Total – Penalidades = Nota Final

CATEGORIA INFANTIL

Composição do Exercício

Regras Gerais

Cada par e grupo deve apresentar **um** Exercício Estático e **um** Exercício Dinâmico, nos quais deverão ser coreografados e executados com música.

O Exercício não deve exceder 2'00" de música.

Cada par e grupo, em um exercício, deve executar elementos obrigatórios ilustrados na Tabela de Elementos Obrigatórios da FIG e Elementos opcionais.

Cada par e grupo deve executar um número requerido de elementos opcionais. Os elementos opcionais não podem ser selecionados da Tabela de Elementos Obrigatórios. O elemento opcional deve ser selecionado do *Appendix 4* ou da Tabela de Dificuldade da FIG. Se elementos são selecionados da Tabela de Dificuldade, eles devem estar dentro da variação indicada na Tabela de dificuldade Obrigatória.

Disciplina	Estático	Dinâmico	Elemento Individual
Dupla Feminina*	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	Min 1v – Max 10v
Dupla Masculina	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	
Dupla Mista	Min 1v – Max 9v	Min 1v – Max 14v	
Grupo Feminino	Min 4v – Max 16v	Min 1v – Max 14v	
Grupo Masculino	Min 4v – Max 16v	Min 1v – Max 10v	

**The co-efficient normally applied for WPMWG balance and dynamic does not apply for 11-16*

De acordo com artigo 10.9 das Regras de Competição para *Age Group* da FIG (*World Age Group Competition Rules*), estes elementos, quando usados para requisitos especiais, devem estar claramente identificados no diagrama como ELEMENTO OPCIONAL e obedecer às regras de identificação abaixo:

- Se selecionados do *Appendix 4*, devem conter em sua descrição “*Appendix 4*”, o número da página, número de ID e valor de dificuldade;
- Se selecionados da Tabela de Dificuldade, devem conter em sua descrição o número da página, número de ID e valor de dificuldade.

Cada parceiro de um par ou grupo deve executar um mínimo de **três** elementos individuais em ambos os exercícios (estático e dinâmico). Os elementos devem ser selecionados do *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade. Importante: não se pode utilizar elementos individuais de equilíbrio, flexibilidade e agilidade no exercício dinâmico, assim como não se pode utilizar elementos individuais de tumbling no exercício estático. Exceção apenas para a utilização do Rodante no exercício estático antecedendo elementos individuais de agilidade.

Construções simples, *motions*, *links*, *catches* e desmontes são permitidos. Estes elementos devem ser selecionados da Tabela de elementos obrigatórios ou *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade, não exceder V=5, 3/4 de rotação ou mais de 360° de pirueta.

Uma penalidade de 0,3 é aplicada (somente uma vez) por Diagrama incorreto quando um elemento for realizado em ordem incorreta, um elemento for diferente do declarado, apresentar falta de informação do exercício (página, identificação, valor, rotações, determinação do tempo de manutenção nos elementos acrobáticos e individuais). Elementos adicionais executados e não identificados no Diagrama receberão uma penalidade de 1,0 ponto.

Todos os Requisitos Especiais devem ser cumpridos dentro dos elementos declarados no Diagrama. Exceção: se um elemento diferente for executado para aquele declarado para dificuldade no Diagrama pelo treinador, os ginastas não receberão o valor de dificuldade deste elemento. Se o elemento contar para requisitos especiais, eles recebem uma dedução de 0,3 por Diagrama incorreto.

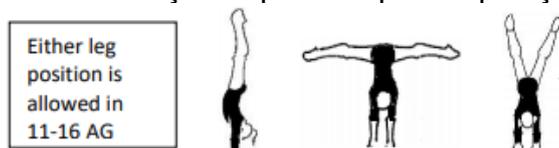
Uma penalidade de 1.0 ponto é aplicada quando:

- Um par e grupo ou elemento individual exceder o valor máximo determinado.
- Um elemento simples exceder o número máximo de rotações, piruetas ou valor máximo 5.
- Um elemento proibido for realizado.

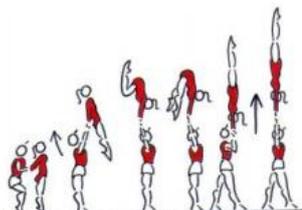
Esta penalidade é aplicada por cada violação, mesmo se o elemento realizado não estiver declarado no diagrama.

Somente **dois** desmontes são permitidos por dificuldade. **Um** desmonte adicional pode ser executado como um elemento adicional. A aterrissagem de todos os elementos dinâmicos de valor e desmontes avaliados com um valor maior do que **1** devem ser auxiliados. Se a aterrissagem for executada sem auxílio, uma dedução de 0.5 será aplicada por cada ocorrência. Exceção: Auxílio é opcional para o desmonte vindo do elemento “*cannon-ball*” e o *5/4 gainer* mortal grupado.

Por razões de desenvolvimento, nos elementos estáticos e dinâmicos de pares e grupos, a parada de mãos pode ser executada com pernas afastadas ou unidas. Não existe identificação específica para a posição das pernas no Diagrama.



Elementos em movimentos vindo a meio braço para braço estendido, como indicado na Tabela Obrigatória, podem ser executados primeiro a meio braço depois mover para parada de mãos alta como um *motion*, mas a posição baixa deve ser incluída no *motion*.



Pares

Exercícios Estático e Dinâmico

Cada exercício estático e dinâmico de pares deve incluir **seis** elementos de pares.

Cada ginasta deve executar **três** elementos individuais para cada exercício. No exercício estático, cada ginasta deve executar obrigatoriamente **um** elemento individual de flexibilidade, **um** de equilíbrio e **um** de agilidade selecionados do *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade da FIG. No exercício dinâmico, cada ginasta deve executar **três** elementos individuais de tumbling selecionados do *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade da FIG. Um dos elementos deve ser um mortal.

Devem conter **quatro** elementos obrigatórios de pares, cada um selecionado de diferentes linhas (*Row I, II, III e IV*) da Tabela de Elementos Obrigatórios. Exemplo: um do *Row I*, um do *Row II* etc.

Devem conter um máximo de **dois** elementos opcionais com mínimo de valor **1** selecionado do *Appendix 4* ou da Tabela de Dificuldade da FIG (ver regra Geral). Os dois elementos opcionais devem ser estáticos e mantidos por 3 segundos.

Em exercícios estáticos, a dificuldade dos elementos opcionais deve ser no mínimo valor **1** e no máximo valor **9**.

Em exercícios dinâmicos, a dificuldade dos elementos opcionais deve ser no mínimo valor **1** e no máximo de valor **14**.

Para cada Requisito Especial não cumprido, será aplicada uma penalidade de 1,0 ponto.

Grupos

Exercício Estático

Exercícios Estáticos em Grupos devem incluir **três** pirâmides diferentes.

Cada ginasta deve executar **três** elementos individuais, sendo **um** elemento individual de flexibilidade, **um** de equilíbrio e **um** de agilidade selecionados do *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade da FIG.

Dois pirâmides, cada uma selecionada de diferentes linhas (*Row*) da Tabela de Elementos Obrigatórios, devem ser incluídas. As pirâmides devem ser executadas em construções separadas. (Elas não podem ser unidas).

Um máximo de **uma** pirâmide opcional selecionada do *Appendix 4* ou da Tabela de Dificuldade da FIG, com um mínimo de dificuldade no valor **4** e um máximo de dificuldade no valor **16** deve ser realizada para a manutenção estática de todos os ginastas. (Valor da posição do base + o valor do top). Esta pirâmide deve ser executada como uma construção separada.

A pirâmide opcional executada pode ser selecionada da mesma categoria a qual foi usada dos elementos obrigatórios.

Elementos proibidos para Grupos:

- I. Uma coluna de três ou quatro alturas.



- II. Ficar de pé nos ombros com a base no espacato sem as mãos no chão.



- III. Ficar em pé no quadril ou peito da base, com a base na ponte, quando houver somente dois pontos de suporte. (A regra não aplica para os pares.) Este tipo de elemento pode ser executado quando houver três pontos de suporte.



- IV. Suporte de quadril ou glúteos com a base na curvatura exagerada da coluna (Lordose).



Exercício Dinâmico

O exercício dinâmico em grupo deve incluir **seis** elementos de grupo.

Cada ginasta deve executar **três** elementos individuais de tumbling selecionados da *Appendix 3* ou da Tabela de Dificuldade da FIG. Um dos elementos deve ser um mortal.

Quatro elementos de grupo selecionados de diferentes linhas (*Row*) da Tabela de Elementos Obrigatórios, exemplo: um do *Row I*, um do *Row II* etc.

Dois elementos opcionais de grupo selecionados do *Appendix 4* ou da Tabela de Dificuldade da FIG com um mínimo de dificuldade valor **1** e um máximo de dificuldade valor **14** para mulheres e um máximo de dificuldade valor **10** para homens.

Row I dos Grupos Femininos Dinâmicos: A pirueta com 360°/540° na horizontal não pode ser usada como um elemento opcional.

Um total de **três** *catches* horizontais podem ser executados no exercício dinâmico feminino. Embora, penalidades artísticas para a recepção de elementos executados serão aplicadas.

Grupos masculinos podem executar **um** *catch* horizontal selecionado do Elemento Obrigatório. **Um** *catch* horizontal como um elemento opcional do *Appendix 4* ou da Tabela de Dificuldade da FIG.

Para cada Requisito Especial não cumprido, será aplicada uma penalidade de 1,0 ponto.

Elementos Individuais

Ginastas devem executar **três** elementos individuais simultâneos ou em imediata sucessão.

O elemento individual pode ser selecionado do *Appendix 3* ou da Tabela da FIG. Elementos Individuais selecionados da Tabela de Dificuldade da FIG não devem exceder valor **10**.

Importante: no exercício estático o Rodante pode ser usado várias vezes antecedendo os elementos de agilidade, embora no exercício dinâmico pode ser usado somente uma vez.

Julgamento

Execução e Artístico

A ênfase da competição está em uma perfeita execução técnica e artística mais que a dificuldade.

Os exercícios são julgados pelo mérito Técnico e Artístico, de acordo com o Código de Pontos da FIG (*Appendix 1*).

Cada elemento escolhido da Tabela de Dificuldade Obrigatória tem um nível de valor de dificuldade, que será usado para determinar o valor de Dificuldade do exercício.

Elementos opcionais não são usados no cálculo do valor de Dificuldade do exercício, embora eles possam ser executados para Requisitos Especiais.

O valor de Dificuldade do exercício é calculado de acordo como valor de dificuldade dos elementos realizados (valor máximo 0,5).

Valor dos Elementos Obrigatórios
0,0
0,1
0,2
0,3
0,4
0,5

A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota de Execução Técnica multiplicada por 2 (Nota E).
 - A média da nota Artística (Nota A).
 - O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D).
- NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

Penalidades são aplicadas da Nota Total do CPJ e JD de acordo com o Código de Pontos da FIG.

Nota Total – Penalidades = Nota Final

CATEGORIA JUVENIL E INTERMEDIÁRIO

Estrutura da Competição

Cada par e grupo da categoria Juvenil executa um exercício estático e um dinâmico e cada par e grupo da categoria Intermediário executa um exercício estático, um dinâmico e um combinado.

O tempo máximo de música para os exercícios estático e combinado não deve exceder 2'30" e para o exercício dinâmico 2'00".

Composição do Exercício

Todos os exercícios, Estático, Dinâmico e Combinado, são compostos de acordo com o Regulamento Técnico da FIG, Código de Pontos e Tabela de Dificuldades da Ginástica Acrobática.

A Dificuldade de um exercício será calculada de acordo com o Código de Pontos da FIG e a Tabela de Dificuldades:

Categoria Juvenil: Estático: 80 / Dinâmico: 70.

Categoria Intermediário: Estático: 120 / Dinâmico: 110 / Combinado: 140.

Pares e grupos podem executar até 20 valores acima do que é dado para o máximo de dificuldade. Se exceder 20 valores acima da dificuldade máxima, uma penalidade de 1.0 ponto será aplicada.

Se elementos de Dificuldade adicionais não forem declarados no Diagrama, mas são executados, uma penalidade de 1.0 ponto será aplicada, com exceção de simples entradas ou saídas até valor **5**.

No exercício estático, cada ginasta deve executar **três** elementos individuais (**um** elemento de agilidade, **um** de equilíbrio e **um** de flexibilidade). Se este requisito especial não for cumprido, uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada.

No exercício dinâmico, cada ginasta deve executar **três** elementos individuais de *tumbling*. Se este requisito especial não for cumprido, uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser um mortal. Se este requisito especial não for cumprido, uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada.

No exercício combinado, todos os ginastas devem executar **três** elementos individuais. Se este requisito especial não for cumprido, uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada. Um deles deve ser um mortal selecionado de elementos de agilidade ou *tumbling*. Se este requisito especial não for cumprido, uma penalidade de 1,0 ponto será aplicada.

Esclarecimento: caso um par/grupo realize apenas dois elementos individuais onde nenhum deles é um mortal são aplicadas duas penalidades de 1,0 ponto: uma por faltar um elemento individual e uma por não realizar um mortal.

Grupo Masculino

Durante todo o exercício o Top pode estar em uma posição sem valor **duas** vezes e em pirâmide com construções separadas.

Pirâmides com dois bases no chão podem ser usadas **duas** vezes em todo o exercício.

Uma pirâmide com dois bases no chão pode ser usada para requisito especial. Embora crédito de dificuldade poderá ser dado por **uma** pirâmide de transição com dois bases no chão e **uma** pirâmide separada com dois bases no chão.

Elementos Estáticos proibidos para grupos:

- I. Uma coluna de três alturas para mulheres ou quatro alturas para homens.
- II. Ficar em pé nos ombros com a base no espacato sem as mãos apoiadas no chão.
- III. Ficar em pé no quadril ou peito das bases, com a base na ponte, quando houver somente dois pontos de suporte. (A regra não se aplica para pares.) Este tipo de elemento pode ser executado quando houver três pontos de suporte.
- IV. Suporte de quadril ou glúteo com a base em exagerada curvatura da coluna (Lordose).

Elementos dinâmicos proibidos de pares e grupos:

- I. Mortal com rotação de 12/4 ou mais.

Julgamento

Todos os exercícios são julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG da Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota de Execução Técnica multiplicada por 2 (Nota E).
- A média da nota Artística (Nota A).
- O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D).

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

Penalidades são aplicadas da Nota Total do CPJ e JD de acordo com o Código de Pontos da FIG.

Nota Total – Penalidades = Nota Final

CATEGORIA ADULTO

Composição do Exercício

Cada par e grupo executa um exercício estático, um dinâmico e um combinado.

O tempo máximo de música para os exercícios estático e combinado não deve exceder 2'30" e para o exercício dinâmico 2'00".

Regras Gerais

Todos os exercícios (Estático, Dinâmico e Combinado) são compostos de elementos de pares e grupos característicos do exercício.

O número de elementos para dificuldade é limitado para um máximo de **8** elementos de pares e grupos em todo o exercício.

Existem Requisitos Especiais para a composição de cada exercício.

Os elementos individuais podem ser executados para o valor de dificuldade, mas eles não são requeridos. Em todos os exercícios o máximo de elementos individuais que pode ser executado para obter valor de dificuldade são **três**.

Características Exercício Estático

Todos os elementos de pares e grupos devem ser selecionados da Tabela de Dificuldade e devem ser mantidos por 3 segundos.

Quando um *mount* e um *motion* são declarados para crédito de dificuldade, a posição final deve ser mantida por 3 segundos.

Pares - Exercício Estático

Pares e grupos devem executar um mínimo de **5** elementos estáticos com valor mínimo **1**.

Uma parada de mãos deve ser executada pelo Top.

Restrição para pares

Em um exercício, o Top pode repetir a mesma posição **quatro** vezes: **duas** vezes como manutenção estática e **duas** vezes durante o *motion* de base.

Não mais que **quatro** elementos para dificuldade podem ser executados em série ou imediata sucessão.

Os bases não podem repetir o mesmo *motion* no mesmo exercício.

Os bases não podem mudar o ponto de suporte do Top durante o *motion*.

O Top pode mudar de posição durante o *motion* de base apenas **uma** vez.

Grupos - Exercício Estático

Deve conter **duas** pirâmides separadas de categorias diferentes.

Deve haver um mínimo de **três** manutenções estáticas de 3 segundos cada.

Deve haver uma parada de mãos executada pelo Top.

Por cada requisito especial não cumprido haverá uma penalidade de 1,0 ponto.

Restrição para grupos

As transições devem ser realizadas sem desmanchar a pirâmide e ir para o chão e o top tem que estar numa posição de valor (manutenção estática ou *motion*).

Valor de dificuldade por uma transição é creditado quando feito de 3 segundos de manutenção para 3 segundos de manutenção.

Em um exercício, o Top pode repetir a mesma posição **quatro** vezes: **duas** vezes como manutenção estática e **duas** vezes durante uma transição.

Em uma pirâmide estática ou numa pirâmide com no máximo três posições base, o valor de dificuldade é recebido por no máximo **quatro** manutenções de 3 segundos com a seguinte exceção: em pirâmides de categoria 2 (dois tops trabalhando) permitido no máximo **três** manutenções estáticas.

Máximo **quatro** pirâmides em todo o exercício (quatro construções).

Quando o top, intermediário ou base estiverem em uma posição sem valor de dificuldade, não é dado dificuldade adicional para a posição estática ou *motion* (exceção: pirâmides com dois tops trabalhando).

Esclarecimentos para Grupos

Depois de todos os Requisitos Especiais realizados, pirâmides adicionais podem ser executadas, porém devem ser de categorias diferentes. Em um exercício estático ou combinado pirâmides de mesmo box devem ser executadas apenas **uma** vez como uma construção ou como parte de uma pirâmide de transição ou **uma** pirâmide com 2-3 posições-base.

Em pirâmides com mais de uma posição base a primeira pirâmide base determina a categoria da construção.

Pirâmides de categoria 2 são pirâmides com dois tops trabalhando. Nesta categoria especial, um dos tops pode mudar de posição e receber valor de dificuldade para o *motion* e nova manutenção estática se o outro top e base não mudarem de posição. Embora se o segundo top mudar de posição, recebe valor de dificuldade somente uma vez (a posição do base é dada somente uma vez).

Quando um top se move é considerado um *motion*. Se os três se moverem separados são considerados três *motions*.

Pirâmides de transição: se um intermediário e/ou base mudar o ponto de suporte para um valor de transição, o valor de dificuldade é dado. Um box da Tabela deve ser mudado. Para a avaliação da Pirâmide de Transição, todo o valor do base é dado. Em uma pirâmide de transição, mas com mais de uma manutenção estática, o maior valor de dificuldade do base é dado.

Em uma pirâmide de transição:

- Quando o top não se move durante a transição dos bases, a posição do início do top é usada para determinar o valor de dificuldade do top;
- Quando o top se move durante a transição, o valor de dificuldade da transição é calculado: valor de dificuldade da transição + valor de dificuldade inicial do top + valor de dificuldade da transição + valor de dificuldade da manutenção estática do base;
- O top não pode utilizar um apoio adicional ou suporte durante a transição. Não existe um requisito especial para o top manter a mesma posição durante o *motion* e no final da pirâmide. Exemplo: o top pode estar em um esquadro durante a transição e, em seguida, ir para a parada de mãos.

Características Exercício Dinâmico

Art. 120º - Deve haver no mínimo **seis** elementos de pares e grupos onde **dois** devem ser *catches*. Cada elemento usado para Requisito Especial deve ter no mínimo valor de dificuldade **1**.

Restrição para Pares e Grupos

As seguintes restrições afetam o valor de dificuldade do exercício:

- Não mais que três desmontes são avaliados para dificuldade;
- Não mais que três *catches* horizontais são avaliados para dificuldade;
- Não mais que três *links* em um exercício são avaliados para dificuldade;
- Não mais que três inícios idênticos são avaliados para dificuldade;
- Não mais que quatro inícios idênticos vindo da plataforma são avaliados para dificuldade;
- Não mais que quatro elementos de dificuldade podem ser executados em série ou imediata sucessão;
- Não mais que cinco aterrissagens no chão (desmontes + elementos dinâmicos).

Restrições adicionais para grupos femininos

As três ginastas devem estar envolvidas para o elemento ser avaliado. Somente assistência para um desmonte não é considerado “as três envolvidas”.

Restrições adicionais para grupos masculinos

As seguintes restrições afetam o valor de dificuldade do exercício:

- Se um dos parceiros mudar de posição durante o voo não é considerado elemento idêntico;
- Somente um elemento com dois pares simultaneamente ou imediata sucessão será avaliado para dificuldade;
- Somente um elemento com três agindo juntos;
- Somente um elemento dinâmico com um *catch* com três agindo juntos;
- Somente um *catch* horizontal;
- Somente um elemento com três parceiros ativos e o 4º não participa do elemento pode ser realizado para valor de dificuldade. Auxiliar na aterrissagem não é considerado como participação ativa.

Características Exercício Combinado

Deve haver no mínimo **seis** elementos de pares e grupos e no máximo **oito** onde **três** devem ser manutenções estáticas e **três** devem ser elementos dinâmicos, incluindo um *catch*. Todos com valor mínimo **1**.

Uma parada de mãos deve ser executada pelo top.

Restrições

Todas as restrições de estáticos e dinâmicos são aplicadas.

No exercício combinado, não mais que **dois** desmontes são avaliados para dificuldade.

Julgamento

Todos os exercícios são julgados de acordo com o Código de Pontos da FIG da Ginástica Acrobática e o Regulamento Técnico.

A Nota Total será determinada somando:

- A média da nota de Execução Técnica multiplicada por 2 (Nota E).
- A média da nota Artística (Nota A).
- O Valor de Dificuldade dos elementos obrigatórios (Nota D).

NOTA TOTAL = NOTA E + NOTA A + NOTA D

Penalidades são aplicadas da Nota Total do CPJ e JD de acordo com o Código de Pontos da FIG.

Nota Total – Penalidades = Nota Final