



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Ginástica Artística Feminina 2018

REGULAMENTO TÉCNICO COPA INTERMEDIÁRIO

Troféu Soraya Carvalho

PARTICIPANTES

É aberta a participação na Copa Estreante de qualquer entidade filiada ou não à Federação Brasileira.

CATEGORIAS

Pré-Infantil B	08 anos, completos no ano da competição
Pré-Infantil A	09 a 10 anos, completos no ano da competição
Infantil	11 e 12 anos, completos no ano da competição
Juvenil	a partir de 13 anos

PROVAS

Salto – Plano Alto no plinto com 4 gavetas

Paralelas Assimétricas – barrote baixo

Trave – 1 metro de altura

Solo – esteira de no mínimo 12 metros

A série de solo deverá ser feita com música ou não para todos os níveis, e a duração da série deverá ser de no máximo 1'10".

Caso a equipe opte pela utilização de música, esta poderá ser a mesma para toda a equipe.

PREMIAÇÃO

Serão premiados os 6 primeiros colocados em cada categoria.

Os demais ginastas receberão medalha de participação, sendo chamados para receber a premiação em ordem de classificação.

A entidade que participar com o maior número de participantes, no masculino ou feminino, receberá o Troféu SORAYA CARVALHO



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

SALTO

SALTO Plano alto de colchões 1,00 m	1.00 – Parada cai chapado Nota D = 5.00 Nota E = 10.00
	2 saltos NF = melhor salto

PARALELA

Série Obrigatória Nota D Máx. = 5,00 p.	BARROTE INFERIOR	
	1. Oitava	+2.00
	2. Lançamento com as pernas unidas voltando para a barra	+2.00
	3. Saída em Lançamento para trás	+1.00
Nota E Máx. = 10,00 p.		

OBS: Painel D

- Item 2- para ser validado o lançamento a ginasta deverá retirar o quadril do barrote e retornar à posição de apoio.
- Deduzir 0,50 ponto omissão de elementos – elemento faltante (quando não há a intenção de execução) – Dedução Neutra da Nota Final.
- Deduzir 0.50 por elementos adicionais

TRAVE

Série Obrigatória Nota D Máx. = 5,00 p.	TRAVE	
	1. Entrada na lateral da trave subindo ao apoio passando a perna estendida lateralmente até a posição cavalgada	+1.00
	2. Salto com impulso nos 2 pés	+0.50
	3. Salto com impulso em 1 dos pés	+0.50
	4. Giro de 180° com os dois pés unidos	+1.00
	5. Equilíbrio sobre 1 pé a 180°	+1.00
	6. Saída - Rodante	+1.00
Nota E Máx. = 10,00 p.		

OBS: Painel D

- Deduzir 0,50 ponto omissão de elementos – elemento faltante (quando não há a intenção de execução) – Dedução Neutra da Nota Final.
- Deduzir 0.50 por elementos adicionais

A série deverá ser composta somente pelos elementos acima descritos com coreografia livre. A ordem de apresentação dos elementos poderá ser feita livremente.

Painel E:

- Se forem executados elementos adicionais estes serão avaliados quanto à execução e penalizados em caso de erros.

Equilíbrio sobre um pé a 180° (avião) – será considerado cumprido o elemento se a perna de trás estiver acima da horizontal, com as deduções pelo Painel E das exigências técnicas do artigo 7 do CP – 7.2.3

- Até 160° - atribuir o valor do elemento e deduzir 0,10 por amplitude



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

- De 135° a 159° - atribuir o valor do elemento e deduzir 0,30 por amplitude
- Da horizontal a 134° - atribuir o valor do elemento e deduzir 0,50 por amplitude.
- Abaixo da horizontal – não atribuir o valor do elemento

Será permitida a realização dos saltos estendido, grupado, galope e tesoura na Trave de Equilíbrio, para cumprir os requisitos da série obrigatória, porém, deverão cumprir os aspectos técnicos para serem validados pelo árbitro (ponta dos pés visível no salto estendido; pernas/joelhos acima da horizontal, ex: grupado, galope, tesoura, gato; e/ou afastamento das pernas maior que 135°, ex: sissone, jeté).

SOLO

Série Obrigatória Nota D Máx. = 5,00 p. Nota E Máx. = 10,00 p.	SOLO	
	1. Rodante salto estendido	+1.00
	2. Parada de mãos finalização livre	+1.00
	3. Ponte para trás	+1.00
	4. Giro de 180° sobre 1 dos pés	+0.50
	5. Dois saltos ginásticos iguais ou diferentes	+1.00
	6. Passagem coreográfica com movimentos próximos ao solo (incluindo tronco, coxa ou cabeça).	+0.50

OBS: Painel D

- Deduzir 0,50 ponto omissão de elementos – elemento faltante (quando não há a intenção de execução) – Dedução Neutra da Nota Final.
- Deduzir 0.50 por elementos adicionais

A série deverá ser composta somente pelos elementos acima descritos com coreografia livre. A ordem de apresentação dos elementos poderá ser feita livremente.

Painel E:

- Se forem executados elementos adicionais estes serão avaliados quanto à execução e penalizados em caso de erros.

Será permitida a realização dos saltos grupado, galope e tesoura no Solo, para cumprir os requisitos da série obrigatória se o exercício for validado pelo árbitro (pernas/joelhos acima da horizontal, ex: grupado, galope, tesoura, gato; e/ou afastamento das pernas maior que 135°, ex: sissone, jeté).