



**MANIFESTAZIONE INTERNAZIONALE DI GINNASTICA RITMICA
PROGRAMMA TECNICO**

Chianciano Terme (SI), 20 giugno 2010

CAT. ALLIEVE 1° fascia 2001/2000 corpo libero + un attrezzo a scelta tra fune e palla

CAT. ALLIEVE 2° fascia 1999/1998 corpo libero + un attrezzo a scelta tra cerchio, clavette, nastro, fune

CAT. JUNIOR 1997/96/95 palla, cerchio, fune, clavette.

CAT. SENIOR 1994 e preced. cerchio, fune, nastro, palla.

Ogni Società potrà iscrivere 1 ginnasta per categoria.

Ogni ginnasta potrà iscriversi per un massimo di 2 attrezzi

CAT. ALLIEVE 1° fascia

Punteggio C.L.: D1 (4,00 p.) + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 25,00 p.

Punteggio fune, palla: [D1 (4,00 p.) + D2 (6,00 p.)] : 2 + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 25,00 p.

Corpo Libero

Diff. D1: p. 4,00

Massimo n. 8 diff. da 0,10 – 0,60 con min. 2 diff. per gruppo corporeo, di cui uno obbligatorio di valore fisso 0,50.

Fune, Palla

Diff. D1: p. 4,00

Massimo n. 8 diff. da 0,10 – 0,60 con min. 6 (3+3) diff. con il gruppo corporeo obbligatorio dell'attrezzo più eventualmente il valore di 2 diff. dei GCNO a scelta.

Diff. D2: p. 6,00

Maestria con o senza lancio e max 1 presa di rischio con o senza lancio (facoltativa).

Difficoltà di livello superiore a 0,60 potranno essere inserite nell'esercizio ma saranno riportate al valore 0,60: dovranno essere dichiarate con la lettera di appartenenza e il valore numerico 0,60.

VALORE ARTISTICO: p. 10,00 max

ESECUZIONE: p. 10,00 max

CAT. ALLIEVE 2° fascia

Punteggio C.L.: D1 (5,00 p.) + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 25,00 p.

Punteggio Cerchio, Clavette, Nastro, Fune:

[D1 (5,00 p.) + D2 (8,00 p.)] : 2 + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 26,50 p.

Corpo Libero

Diff. D1: p. 5,00

Massimo 8 diff. da 0,10 – 0,70 con 2 elementi di diff. per gruppo corporeo.

Cerchio, Clavette, Nastro, Fune

Diff. 1: p. 5,00

Massimo n. 8 diff. da 0,10 – 0,70 di cui min. 6 (3+3) diff. con il gruppo corporeo obbligatorio dell'attrezzo più eventualmente il valore di 2 diff. dei GCNO a scelta. CERCHIO: 2 diff. per ogni gruppo corporeo

Diff. D2: p. 8,00

Maestria con o senza lancio e max 2 prese di rischio con o senza lancio (facoltative)

Difficoltà di livello superiore a 0,70 potranno essere inserite nell'esercizio ma saranno riportate al valore 0,70: dovranno essere dichiarate con la lettera di appartenenza e il valore numerico 0,70.

VALORE ARTISTICO: p. 10,00 max

ESECUZIONE: p. 10,00 max

Per la categoria Allieve il nastro può essere di mt 5

CAT. JUNIOR

Punteggio Fune, Cerchio, Palla, Clavette

[D1 (7,00 p.) + D2 (10,00 p.)] : 2 + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 28,50 p.

Fune, Cerchio, Palla, Clavette

Diff. D1: p. 7,00

Massimo n. 10 diff. da 0,10 – 1,00 di cui min. 7 con il gruppo corporeo obbligatorio dell'attrezzo, (min. 5 diff. GCO in un esercizio con 7 diff. o meno) più eventualmente il valore di max 3 diff. dei GCNO a scelta.

CERCHIO: min. 2 max 4 diff. per ogni gruppo corporeo.

Diff. D2: p. 10,00

Maestria con o senza lancio e prese di rischio con o senza lancio: max 2 prese di rischio.

Difficoltà di livello superiore a 1,00 non potranno essere inserite nell'esercizio.

VALORE ARTISTICO: p. 10,00 max

ESECUZIONE: p. 10,00 max

CAT. SENIOR

Punteggio Fune, Cerchio, Palla, Nastro

[D1 (10,00 p.) + D2 (10,00 p.)] : 2 + A (10,00 p.) + E (10,00 p.) = 30,00 p.

Fune, Cerchio, Palla, Nastro

Diff. D1: p. 10,00

Massimo n. 12 diff. da 0,10 – 1,00 e più, di cui min. 8 (4+4) diff. con il gruppo corporeo obbligatorio dell'attrezzo, (min. 6 (3+3) diff. GCO in un esercizio con 9 diff. o meno) più eventualmente il valore di max 4 diff. del GCNO a scelta. CERCHIO: min. 2 max 4 diff. per ogni gruppo corporeo; la distribuzione per gruppi deve essere equilibrata.

Diff. D2: p. 10,00

Maestria con o senza lancio e prese di rischio con o senza lancio

VALORE ARTISTICO: p. 10,00 max

ESECUZIONE: p. 10,00 max



V TROFEO INTERNAZIONALE DI GINNASTICA RITMICA

Chianciano Terme (SI), 20 giugno 2010

SCHEDA ISCRIZIONE

Società

Indirizzo Città Regione

Telefono Fax E-mail

Responsabile Telefono

Ginnaste

	Cognome e Nome	Attrezzi	Categoria	Data di nascita		
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						

Tecnici / Accompagnatori

	Cognome e Nome	Qualifica
01		
02		

Data:

Il Presidente
