



**Confsport Italia A.S.D.R.**

Forum Europeo delle Associazioni, Sportive, Culturali e del Tempo Libero  
**Comitato Regionale Veneto**



Organizzazione e cura della società  
**A.S.D. POLISPORTIVA LIBERTAS LUPATOTINA**

*Ginnastica Ritmica*

**Campionato Regionale**

**Serie A  
Serie B  
e Serie C**

**Trofeo  
Arcobaleno**



Prefettura di Roma - Ufficio Territoriale del Governo  
Iscritta nel Registro delle Persone Giuridiche ai sensi del D.P.R.  
10 febbraio 2000, n.361; Numero di iscrizione 1139/2016



**Confsport Italia A.S.D.R.**  
Iscritta al Registro Nazionale  
delle A.S.D. del C.O.N.I.  
Numero di iscrizione 111942



**12 FEBBRAIO 2017**

Palazzetto Via Olimpia, 10 presso "Piscine Giò Club"  
**SAN GIOVANNI LUPATOTO - VERONA**

# QUOTE ANNO SPORTIVO 2016 – 2017

Affiliazione e/o Riaffiliazione alla Confsport Italia (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti con assicurazione)	€ 100,00
Affiliazione e/o Riaffiliazione alla Confsport Italia per le Associazioni già affiliate alla FGI (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti senza assicurazione)	€ 30,00
Tesseramento Dirigenti, Tecnici e Ufficiale di Gara	€ 18,00
Tesseramento ginnaste (con assicurazione) – Polizza A	€ 6,00
Tesseramento ginnaste (con assicurazione) – procedura on-line Polizza A	€ 4,50
Tesseramento ginnaste (con assicurazione) – Polizza B	€ 8,00
Tesseramento ginnaste (con assicurazione) – procedura on-line Polizza B	€ 6,50
Duplicato Tessera	€ 3,00
Iscrizione Campionato Arcobimbe (a carattere Regionale)	Gratuita
Iscrizione fino a 2 Campionati	€ 60,00
Iscrizione fino a 4 Campionati	€ 80,00
Iscrizione Tutti i Campionati	€ 100,00
Esercizio di squadra di Specialità da 4 a 6 ginnaste	€ 45,00
Partecipazione ginnaste ai Campionati e Gare di Squadra – 1 attrezzo	€ 10,00
Partecipazione ginnaste Campionati e Gare di Squadra – 2 attrezzi (*)	€ 15,00
Partecipazione ginnaste al Trofeo Internazionale di Ginnastica Ritmica ad attrezzo	€ 12,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 1 esibizione	€ 70,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 2 esibizioni	€ 110,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 3 esibizioni	€ 150,00
Ritardata iscrizione delle ginnaste	€ 30,00

**(\*) Quando gli esercizi si svolgono nella stessa giornata di gara**

## Modalità versamenti quote

- in contanti;
- a mezzo assegno bancario o circolare, non trasferibile, intestato alla Confsport Italia A.S.D.R.;
- a mezzo c.c.p. n. 54776000 intestato alla Confsport Italia A.S.D.R. specificando dettagliatamente la causale;
- a mezzo bonifico bancario intestato alla Confsport Italia A.S.D. R.  
codice IBAN: IT45W050340329800000005558;
- a mezzo bonifico postale intestato alla Confsport Italia A.S.D.R.  
codice IBAN: IT30O0760103200000054776000.

Dal pagamento non sono ammesse detrazioni. E' consigliabile non inviare denaro in contanti a mezzo posta.

**Per le modalità di Affiliazione e Tesseramento si rimanda a quanto riportato nella Normativa Generale 2016/2017.**

**ATTIVITA' SPORTIVA 2016 – 2017**  
**delle Sezioni G.R. – G.A.F. – G.A.M. – DANZA - MUSICAL**

<b>SETTORE GINNASTICA</b>	XIX Trofeo Internationalgym - XXVI Campionato di Coreografia
<b>SEZIONE GINNASTICA RITMICA</b>	Trofeo Arcobaleno Campionato a Squadre di Specialità Campionato Serie A di Specialità Campionato Serie B di Specialità Campionato Serie C di Specialità Grand Prix delle Società Trofeo Arcobimbe (a livello regionale) Campionato Gold – Gold a Squadre XII Trofeo Internazionale
<b>SEZIONE GINN. ARTISTICA FEMM.</b>	Campionato Serie A Campionato Serie B Trofeo Arcobaleno Trofeo Gym – Prime Gare Coppa delle Regioni Campionato Gold
<b>SEZIONE GINN. ARTISTICA MASC.</b>	Campionato Serie A Campionato Esordienti Campionato Gold
<b>SEZIONE DANZA CLASSICA, MODERNA, CONTEMPORANEA</b>	XXIV Rassegna Nazionale della Danza e della Coreografia "Momenti Magici 2017"
<b>SEZIONE MUSICAL</b>	4° Edizione "Welcome Musical" di Daniela Cerrone Rassegna per Giovani Talenti

**CAMPIONATO SERIE A, B, C, TROFEO ARCOBALENO**  
**Palazzetto Via Olimpia, 10 presso "Piscine Giò Club"**  
**San Giovanni Lupatoto (Verona)**  
**12 FEBBRAIO 2017**

**AMMISSIONE**

Il **Campionato Regionale di Serie A di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate alla CONFSPORT ITALIA A.S.D.R., all'A.S.I. o ad Enti convenzionati. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali agonistici (Gold, Silver LD) nell'anno in corso (2017) o hanno svolto nel 2016 attività agonistica federale (Campionato di Categoria, Campionato di Specialità, Serie A, Serie B, Serie C e Campionato d'Insieme) e le ginnaste che partecipano ai diversi Campionati della Confsport Italia A.S.D.R., ad eccezione del Grand Prix delle Società e del Campionato Nazionale di Squadra di Specialità.

Il **Campionato Regionale di Serie B di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate alla CONFSPORT ITALIA A.S.D.R., all'A.S.I. o ad Enti convenzionati. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali agonistici (Gold, Silver LD, Serie D Eccellenza e Serie D1) nell'anno in corso (2017) o che hanno svolto nell'anno precedente (2016) attività agonistica federale (Campionato di Categoria, Campionato di Specialità, Serie A, Serie B, Serie C, Torneo Allieve e Campionato d'Insieme) e le ginnaste che partecipano, nell'anno in corso, ai diversi Campionati della Confsport Italia A.S.D.R., ad eccezione del Grand Prix delle Società e del Campionato Nazionale a Squadra di Specialità.

Il **Campionato Regionale di Serie C di Specialità** individualista, a coppia e a squadra, è riservato a tutte le ginnaste tesserate alla CONFSPORT ITALIA A.S.D.R., all'A.S.I. o ad Enti convenzionati. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali (Gold, Silver livello LC e LD, Serie D Eccellenza, Serie D1 e Serie D2) nell'anno in corso (2017) o che hanno svolto negli anni passati attività agonistica federale (Campionato di Categoria, campionato di Specialità, Serie A, Serie B, Serie C, Torneo Allieve e campionato d'Insieme) e le ginnaste che partecipano, nell'anno in corso, ai diversi Campionati della Confsport Italia A.S.D.R., ad eccezione del Grand Prix delle Società e del Campionato Nazionale a Squadra di Specialità.

Il **Trofeo Regionale "Arcobaleno"** è riservato a tutte le ginnaste tesserate alla CONFSPORT ITALIA A.S.D.R., all'A.S.I. o ad Enti convenzionati. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali (Gold, Silver livello LD, LC, LB, LA, Serie D Eccellenza, Serie D1, Serie D2, Serie D3) nell'anno in corso (2017) o che hanno svolto negli anni passati attività agonistica federale (Campionato di Categoria, campionato di Specialità, Serie A, Serie B, Serie C, Torneo allieve e campionato d'Insieme, ecc...) e le ginnaste che partecipano, nell'anno in corso, ai diversi Campionati della Confsport Italia A.S.D.R.

Gli accertamenti relativi alle ginnaste verranno effettuati tramite controllo dei tabulati e classifiche di gara presso i Comitati Regionali della F.G.I. e determineranno il decadimento dei risultati ottenuti nelle gare della Confsport Italia A.S.D.R..

Gli accertamenti relativi alle ginnaste verranno effettuati tramite controllo dei tabulati e classifiche di gara presso i Comitati Regionali della F.G.I. e determineranno il decadimento dei risultati ottenuti nelle gare della Confsport Italia A.S.D.R..

### **CAMPO DI GARA**

Pedana 13x13 in moquette.

### **COMPOSIZIONE DELLA GIURIA**

La Giuria sarà composta da Giudici Regionali Confsport Italia A.S.D.R. o giudici F.G.I..

Le modalità di composizione della giuria saranno indicate dalla Commissione Tecnica Regionale.

### **RIUNIONE DELLA GIURIA**

È consentito ad un solo istruttore per Società, regolarmente tesserato alla Confsport Italia A.S.D.R., all'A.S.I. o ad Enti convenzionati, di assistere alla riunione di giuria.

### **CONTROLLO TESSERE**

Al momento del controllo tessere devono essere presenti gli istruttori e le ginnaste e **dovranno essere esibite le tessere Confsport Italia A.S.D.R.**

**Qualora le ginnaste non fossero ancora in possesso della tessera Confsport Italia A.S.D.R., la Società dovrà esibire la richiesta di tesseramento unitamente al ricevuta di pagamento ed un valido documento di riconoscimento per le ginnaste.**

## **ISCRIZIONE AL CAMPIONATO**

L'iscrizione al Campionato per la stagione sportiva 2016/2017, se non già precedentemente saldato, dovrà pervenire alla Confsport Italia A.S.D.R. **esclusivamente** per iscritto, a mezzo fax (06.94809036), e-mail ([settori@confsportitalia.it](mailto:settori@confsportitalia.it)) entro il giorno **08 febbraio 2017**.

## **ISCRIZIONE ALLA GARA**

**Le iscrizioni devono essere saldate direttamente alla Società Organizzatrice ASD Polisportiva Libertas Lupatolina.**

Tutte le ginnaste, che partecipano alla gara in forma spontanea e senza alcun vincolo ed obbligo sportivo-agonistico in forma dilettantistica e di svago, dovranno essere regolarmente tesserate per l'anno sportivo 2016/2017 alla Confsport Italia A.S.D.R., all'A.S.I. o ad altri Enti convenzionati e provviste di certificato medico per l'attività sportiva praticata così come previsto dalle leggi in materia. Con l'iscrizione alla gara, si dichiara inoltre di essere a conoscenza di quanto stabilito dalla Confsport Italia A.S.D.R. nell'indizione e nel regolamento della suddetta manifestazione in ordine alla responsabilità per infortuni e rivece nei confronti della Confsport Italia A.S.D.R., non rimborsate dalla polizza di assicurazione infortuni.

## **ACCESSO AL CAMPO DI GARA**

È consentito l'accesso al campo di gara a soli **2 istruttori per Società** in abbigliamento sportivo regolarmente tesserati in qualità di Istruttore.

## **PUNTEGGI**

I punteggi saranno resi noti al termine della manifestazione. **Per il Campionato Regionale di Serie A,B e GOLD di Specialità vige nuovo Codice dei Punteggi.**

## **RICORSI**

Come previsto dal regolamento tecnico in vigore per l'anno sportivo 2016/2017, le decisioni ed i provvedimenti adottati dalla Giuria sono **INAPPELLABILI** pertanto non si accettano ricorsi di alcun genere, salvo quanto previsto dal Regolamento di Giustizia della Confsport Italia A.S.D.R..

## **PREMIAZIONI**

Nella classifica generale saranno premiate tutte le ginnaste secondo un criterio per **FASCE DI MERITO**:

dalla 1° alla 3° ginnasta, coppia o squadra classificata  
dalla 4° alla 6° ginnasta, coppia o squadra classificata  
dalla 7° alla 9° ginnasta, coppia o squadra classificata  
dalla 10° in poi una medaglia a tutte le partecipanti.

**FASCIA D'ORO**  
**FASCIA D'ARGENTO**  
**FASCIA DI BRONZO**

N.B.: Il criterio delle fasce di merito non verrà applicato nelle categorie Junior 1, Junior 2, Master e Campionato Gold.



**Confsport Italia** A.S.D.R.

Forum Europeo delle Associazioni, Sportive, Culturali e del Tempo Libero

**Comitato Regionale Veneto**

\* \* \* \*

# **CAMPIONATO REGIONALE SERIE A DI SPECIALITÀ**

\* \* \* \*

**Sede Nazionale**

Via Salvatore Rebecchini, 17 – 00148 ROMA – Tel. 06.55282936 – 06.5506622 – Fax 06.94809036

[www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) - [info@confspportitalia.it](mailto:info@confspportitalia.it)

### **Categoria GIOVANISSIME**

Max 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE (corpo libero – fune – cerchio – palla – clavette - nastro)
- COPPIA (corpo libero - palla)

### **Categoria ALLIEVE**

Max 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE (corpo libero – fune – cerchio – palla – clavette - nastro)
- COPPIA (corpo libero - cerchio)

### **Categoria JUNIOR 1**

Max 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE (corpo libero – fune – cerchio – palla – clavette - nastro)
- COPPIA (cerchio - 1 fune e 1 palla)

### **Categoria JUNIOR 2**

Max 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE (fune – cerchio – palla – clavette - nastro)
- COPPIA (cerchio - 1 fune e 1 palla)

### **Categoria MASTER**

Max 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE (fune – cerchio – palla – clavette - nastro)
- COPPIA (cerchio - 1 fune e 1 palla)

### **MODALITÀ DI GIUDIZIO**

Sarà scritto tutto l'esercizio e per l'attribuzione del punteggio finale saranno prese in considerazione in ordine cronologico le prime Combinazioni di Passi di Danza (S), Collaborazioni (C), Elementi Dinamici con Rotazione (R), Difficoltà d'attrezzo (AD) e Scambi (ED), fino al raggiungimento del punteggio massimo previsto.

Possono essere inserite ulteriori difficoltà corporee (BD) codificate del valore massimo di 0,10 (tabella difficoltà codice dei punteggi). Per la valutazione delle difficoltà corporee (BD), verranno scritte tutte le difficoltà corporee (BD) in ordine cronologico e per l'attribuzione del punteggio saranno prese in considerazione per prime le difficoltà corporee di maggior valore (da 0,20 a 0,50) e successivamente, qualora rientrino nel numero delle difficoltà corporee previste dal programma, anche le difficoltà corporee (BD) da 0,10.

ULTERIORI Difficoltà Corporee (BD) del valore da 0,10 a 0,50 e Scambi (ED), oltre a quelle richiesti, saranno penalizzati come difficoltà in esubero (penalità 0,30). Negli esercizi individuali, ulteriori Elementi Dinamici con Rotazione (R) e Difficoltà d'attrezzo (AD), possono essere inseriti e non saranno valutati dalla giuria D, ma potranno essere penalizzati esecutivamente (Penalità E).

Negli esercizi di coppia, ulteriori Elementi Dinamici con Rotazione (R), oltre a quelli richiesti, saranno penalizzati come difficoltà in esubero (penalità 0,30).



### **SPECIFICHE:**

- Il valore massimo degli scambi è di 0,50
- Elementi Dinamici con Rotazione: minimo con una rotazione (valore 0,10)
- Negli esercizi a corpo libero, le difficoltà di equilibrio devono essere eseguite con ampio movimento delle braccia
- Gruppi tecnici nelle coppie, basta che vengano eseguiti anche da una sola ginnasta
- Lunghezza del nastro minimo 5 metri
- Giovanissime e Allieve: il cerchio deve arrivare almeno all'altezza della cresta iliaca

**Per quanto non specificato fa fede il codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..**

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA GIOVANISSIME**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 4,00

- Min. 4 - Max. 5 difficoltà corporee (Min. 1 – Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

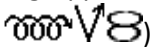
Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**FUNE-CERCHIO-PALLA-CLAVETTE-NASTRO**

**D:** max 4,50

- Min. 4 – Max. 5 difficoltà corporee (Min. 1 – Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA ALLIEVE**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 4,50

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

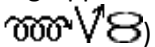
Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**FUNE-CERCHIO-PALLA-CLAVETTE-NASTRO**

**D:** max 5,00

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Max. 2 Elementi Dinamici con Rotazione
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA JUNIOR 1**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 4,50

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

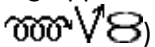
Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**FUNE-CERCHIO-PALLA-CLAVETTE-NASTRO**

**D:** max 5,50

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 Elementi Dinamici con Rotazione
- Max. 2 Difficoltà d'attrezzo

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA JUNIOR 2**

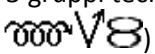
DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**FUNE-CERCHIO-PALLA-CLAVETTE-NASTRO**

**D**: max 6,00

- Min. 4 - Max. 7 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 3 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 Elementi Dinamici con Rotazione
- Max. 2 Difficoltà d'attrezzo

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA MASTER**

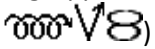
DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**FUNE-CERCHIO-PALLA-CLAVETTE-NASTRO**

**D:** max 6,50

- Min. 4 - Max. 7 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 3 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 Elementi Dinamici con Rotazione
- Max. 2 Difficoltà d'attrezzo

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma di coppia**  
**CATEGORIA GIOVANISSIME**

**DURATA ESERCIZIO:** da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 4,50

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**PALLA**

**D:** max 5,00

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE A

### Programma di coppia

### CATEGORIA ALLIEVE

**DURATA ESERCIZIO:** da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 5,00

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

#### **CERCHIO**

**D:** max 5,50

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma di coppia**  
**CATEGORIA JUNIOR 1**

**DURATA ESERCIZIO:** da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CERCHIO**

**1 FUNE E 1 PALLA**

**D:** max 6,00

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE A

### Programma di coppia

### CATEGORIA JUNIOR 2

**DURATA ESERCIZIO:** da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CERCHIO**

##### **1 FUNE E 1 PALLA**

**D:** max 6,50

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

#### **ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE A**  
**Programma di coppia**  
**CATEGORIA MASTER**

**DURATA ESERCIZIO:** da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CERCHIO**

**1 FUNE E 1 PALLA**

**D:** max 7,00

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore da 0,20 a 0,50
- Min. 1 combinazione di passi di danza
- Min. 4 collaborazioni
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



**Confsport Italia** A.S.D.R.

Forum Europeo delle Associazioni, Sportive, Culturali e del Tempo Libero

**Comitato Regionale Veneto**

\* \* \*

# **CAMPIONATO REGIONALE SERIE B DI SPECIALITÀ**

\* \* \* \*

**Sede Nazionale**

Via Salvatore Rebecchini, 17 – 00148 ROMA – Tel. 06.55282936 – 06.5506622 – Fax 06.94809036

[www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) - [info@confspportitalia.it](mailto:info@confspportitalia.it)

# **PROGRAMMA TECNICO**

## **Categoria GIOVANISSIME**

Max. 2 esercizi

- Esercizio a scelta tra CORPO LIBERO – CERCHIO – PALLA (individuale e/o coppia)

## **Categoria ALLIEVE**

Max. 2 esercizi

- Esercizio a scelta tra CORPO LIBERO – FUNE - CERCHIO (individuale e/o coppia)

## **Categoria JUNIOR 1**

Max. 2 esercizi

- Esercizio a scelta tra CORPO LIBERO – PALLA – NASTRO (individuale e/o coppia)

## **Categoria JUNIOR 2**

Max. 2 esercizi

- Esercizio a scelta tra CERCHIO – PALLA - NASTRO (individuale e/o coppia)

## **Categoria MASTER**

Max. 2 esercizi

- Esercizio a scelta tra FUNE – CERCHIO – CLAVETTE (individuale e/o coppia)

## MODALITÀ DI GIUDIZIO

Sarà scritto tutto l'esercizio e per l'attribuzione del punteggio finale saranno prese in considerazione in ordine cronologico le prime Combinazioni di Passi di Danza (S), Collaborazioni (C) e Elementi Dinamici con Rotazione (R) e Scambi (ED), fino al raggiungimento delle richieste previste (numero di BD, S, R, ED e punteggio massimo C).

Possono essere inserite ulteriori difficoltà corporee (BD) codificate del valore massimo di 0,10 (tabella difficoltà codice dei punteggi). Per la valutazione delle difficoltà corporee (BD), verranno scritte tutte le difficoltà corporee (BD) in ordine cronologico e per l'attribuzione del punteggio saranno prese in considerazione per prime le difficoltà corporee di maggior valore (0,20 e 0,30) e successivamente, qualora rientrino nel numero delle difficoltà corporee previste dal programma, anche le difficoltà corporee (BD) da 0,10.

ULTERIORI Difficoltà Corporee (BD) del valore da 0,20 a 0,50 e Scambi (ED), oltre a quelli richiesti, saranno penalizzati come difficoltà in esubero (penalità 0,30). Negli esercizi individuali, ulteriori Elementi Dinamici con Rotazione (R) possono essere inseriti e non saranno valutati dalla giuria D, ma potranno essere penalizzati esecutivamente (Penalità E). Negli esercizi di coppia, ulteriori Elementi Dinamici con Rotazione (R), oltre a quelli richiesti, saranno penalizzati come difficoltà in esubero (penalità 0,30).

### SPECIFICHE:

- Il valore massimo degli scambi è di 0,50
- Elementi Dinamici con Rotazione: minimo con una rotazione (valore 0,10); valore massimo 0,50
- Negli esercizi a corpo libero, le difficoltà di equilibrio devono essere eseguite con ampio movimento delle braccia
- Gruppi tecnici nelle coppie, basta che vengano eseguiti anche da una sola ginnasta
- Lunghezza del nastro minimo 5 metri
- Giovanissime e Allieve: il cerchio deve arrivare almeno all'altezza della cresta iliaca

**Per quanto non specificato fa fede il codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..**

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE B**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA GIOVANISSIME**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 1,50

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CERCHIO-PALLA**

**D:** max 2,00

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE B**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA ALLIEVE**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 1,80

- Min. 3 - Max. 5 difficoltà corporee (Min. 1 – Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire due difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**FUNE-CERCHIO**

**D:** max 2,30

- Min. 3 - Max. 5 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,20 (A-B); tra le difficoltà richieste è possibile inserire due difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



**CAMPIONATO REGIONALE SERIE B**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA JUNIOR 1**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 1,80

- Min. 4 - Max. 5 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire due difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**PALLA-NASTRO**

**D:** max 2,30

- Min. 4 - Max. 5 difficoltà corporee (min. 1 max. 2 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire due difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma individuale

### CATEGORIA JUNIOR 2

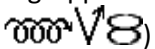
DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CERCHIO-PALLA-NASTRO**

**D:** max 2,60

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire tre difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma individuale

### CATEGORIA MASTER

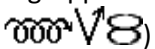
DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **FUNE-CERCHIO-CLAVETTE**

**D:** max 2,80

- Min. 4 - Max. 7 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 3 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire tre difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Devono essere rappresentati almeno 3 gruppi tecnici fondamentali dell'attrezzo diversi.

(Esempio in un esercizio con la palla: )

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE B**  
**Programma di coppia**  
**CATEGORIA GIOVANISSIME**

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

**CORPO LIBERO:**

**D:** max 3,30

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni passi di passi di danza
- Collaborazioni Max. punti 2,00

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia.

**CERCHIO-PALLA**

**D:** max 4,00

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni Max. punti 1,20
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma di coppia

### CATEGORIA ALLIEVE

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 3,30

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni Max. punti 2,00

#### **ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia.

#### **FUNE-CERCHIO**

**D:** max 4,00

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni Max. punti 1,20
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

#### **ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma di coppia

### CATEGORIA JUNIOR 1

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 3,30

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni max. 2,00 punti

#### **ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

#### **PALLA-NASTRO**

**D:** max 4,00

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le 3 difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni max punti 1,20
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

#### **ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma di coppia

### CATEGORIA JUNIOR 2

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **CERCHIO-PALLA-NASTRO**

**D:** max 4,20

- Min. 3 – Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni max punti 1,20
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE B

### Programma di coppia

### CATEGORIA MASTER

DURATA ESERCIZIO: da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto 30 secondi massimo

#### **FUNE-CERCHIO-CLAVETTE**

**D**: max 4,20

- Min. 3 - Max 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile inserire una difficoltà da 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza
- Collaborazioni max punti 1,20
- Max. 2 scambi
- Max. 1 Elementi Dinamici con Rotazione (max 0,50)

Deve essere rappresentato almeno 1 gruppo tecnico fondamentale dell'attrezzo.

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia.





**Confsport Italia** A.S.D.R.

Forum Europeo delle Associazioni, Sportive, Culturali e del Tempo Libero

**Comitato Regionale Veneto**

\* \* \* \*

# **CAMPIONATO REGIONALE SERIE C DI SPECIALITÀ**

\* \* \* \*

**Sede Nazionale**

Via Salvatore Rebecchini, 17 – 00148 ROMA – Tel. 06.55282936 – 06.5506622 – Fax 06.94809036

[www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) - [info@confspportitalia.it](mailto:info@confspportitalia.it)

## PROGRAMMA TECNICO

### **Categoria GIOVANISSIME**

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, FUNE, CERCHIO, PALLA
- Coppia/squadra: CORPO LIBERO, CERCHIO, PALLA

### **Categoria ALLIEVE**

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, FUNE, CERCHIO, PALLA
- Coppia/squadra: CORPO LIBERO, CERCHIO, PALLA

### **Categoria JUNIOR 1**

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, PALLA, CLAVETTE
- Coppia/squadra: CORPO LIBERO, CERCHIO

### **Categoria JUNIOR 2**

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: FUNE, CERCHIO, CLAVETTE
- Coppia/squadra: CERCHIO, PALLA

### **Categoria MASTER**

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: PALLA, CLAVETTE, NASTRO
- Coppia/squadra: CERCHIO, PALLA

## MODALITÀ DI GIUDIZIO

Sarà scritto tutto l'esercizio e per l'attribuzione del punteggio finale saranno prese in considerazione in ordine cronologico la prima Combinazione di Passi di Danza (S), le prime 4 Collaborazioni (C), lo Scambio (ED) e gli Elementi attrezzo obbligatori, fino al raggiungimento delle richieste previste.

Possono essere inserite ulteriori difficoltà corporee (BD) codificate del valore massimo di 0,10 (tabella difficoltà codice dei punteggi). Per la valutazione delle difficoltà corporee (BD), verranno scritte tutte le difficoltà corporee (BD) in ordine cronologico e per l'attribuzione del punteggio saranno prese in considerazione per prime le difficoltà corporee di maggior valore (0,20) e successivamente le difficoltà corporee (BD) da 0,10, fino al raggiungimento del numero di BD previste dal programma.

ULTERIORI Difficoltà Corporee (BD) del valore da 0,20 a 0,50 e Scambi (ED), oltre a quelle richiesti, saranno penalizzati come difficoltà in esubero (penalità 0,30).

**N.B. Tutte le Esigenze (elementi attrezzo) hanno un valore di 0,30; (le collaborazioni e gli scambi) hanno un valore di 0,30.**

### SPECIFICHE:

- Negli esercizi con gli attrezzi, le difficoltà devono essere collegate con elementi d'attrezzo, non necessariamente quelli richiesti dal programma
- Negli esercizi a corpo libero, le difficoltà d'equilibrio devono essere eseguite con ampio movimento delle braccia
- Palla:  
NON VALIDO palla tenuta tra i palmi delle mani e muoverla su e giù  
VALIDO rotolamento anche a 2 braccia o accompagnato su due segmenti.
- Cerchio:  
VALIDO giri del cerchio ne basta UNO; prillo al suolo, tenuto a mano aperta, anche 1 rotazione
- Con penalità esecutive da 0,30 le difficoltà d'attrezzo non saranno valide
- Lunghezza del nastro minimo 5 metri
- Giovanissime e Allieve: il cerchio deve arrivare almeno all'altezza della cresta iliaca

**Per quanto non specificato fa fede il codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..**

# CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

## Programma individuale CATEGORIA GIOVANISSIME

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 0,90

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza

### **FUNE – CERCHIO- PALLA**

**D:** max 2,40

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

#### **FUNE**

1. 1 Serie di saltelli (min. 4)
2. Giri della fune doppia ad una mano (min. 3)
3. Richiamo di un capo della fune
4. Oscillazioni sul piano frontale
5. Attraversamento con salto della fune girante in senso inverso

#### **CERCHIO**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Rotolamento al suolo
3. Attraversamento
4. Prillo
5. Lancio medio

#### **PALLA**

1. Rotolamento al suolo
2. Rotolamento su una parte del corpo (min. 1 segmento)
3. Palleggio (al di sopra del ginocchio)
4. Circondazione a 2 mani sul piano frontale
5. Lancio medio

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

# CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

## Programma individuale

### CATEGORIA ALLIEVE

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

#### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 0,90

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 4 difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza

#### **FUNE – CERCHIO- PALLA**

**D:** max 2,40

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

##### **FUNE**

1. Una serie di saltelli (min. 4)
2. Giri della fune doppia ad una mano (min. 3)
3. Richiamo di un capo della fune
4. Oscillazioni sul piano frontale
5. Attraversamento con salto della fune girante in senso inverso

##### **CERCHIO**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Rotolamento al suolo
3. Attraversamento
4. Prillo
5. Lancio medio

##### **PALLA**

1. Rotolamento al suolo
2. Rotolamento su una parte del corpo (min. 1 segmento)
3. Palleggio (al di sopra del ginocchio)
4. Circonduzione a 2 mani sul piano frontale
5. Lancio medio

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

# CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

## Programma individuale

### CATEGORIA JUNIOR 1

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

#### **CORPO LIBERO:**

**D:** max 0,90

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza

#### **PALLA - CLAVETTE**

**D:** max 2,40

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

##### **PALLA**

1. Rotolamento a terra
2. Rotolamento su una parte del corpo (min. 1 segmento)
3. Palleggio (al di sopra del ginocchio)
4. Rovescio
5. Lancio medio

##### **CLAVETTE**

1. Serie di giri di ambedue le clavette
2. Movimento asimmetrico
3. Moulinets
4. Lancio di una clavetta
5. Piccolo lancio di 2 clavette (minimo mezza rotazione in volo)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

# CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

## Programma individuale

### CATEGORIA JUNIOR 2

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

#### **FUNE – CERCHIO – CLAVETTE**

**D:** max 2,70

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire tre difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Elementi attrezzo del valore di 0,30:

#### **FUNE**

1. Serie di saltelli con incrocio e non (min. 4)
2. Vele o controvele
3. Giri della fune doppia ad una mano sul piano sagittale (min.3)
4. Echappè
5. Lancio medio

#### **CERCHIO**

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Rotolamento al suolo
3. Attraversamento
4. Prillo
5. Lancio medio

#### **CLAVETTE**

1. Serie di giri di ambedue le clavette
2. Movimento asimmetrico
3. Moulinets
4. Lancio di una clavetta
5. Piccolo lancio di 2 clavette

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

# CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

## Programma individuale

### CATEGORIA MASTER

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

#### **PALLA – CLAVETTE – NASTRO**

**D:** max 2,70

- Min. 4 - Max. 6 difficoltà corporee (Min. 1 - Max. 2 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire tre difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Elementi attrezzo del valore di 0,30:

#### **PALLA**

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Rotolamento al suolo
3. Palleggio senza mani
4. Movimento a 8 ad una mano (spirale)
5. Lancio medio

#### **CLAVETTE**

1. Serie di giri di ambedue le clavette
2. Movimento asimmetrico
3. Moulinets
4. Lancio di una clavetta
5. Piccolo lancio di 2 clavette

#### **NASTRO**

1. Serpentine discendenti o ascendenti
2. Spirali
3. Circondazioni sul piano sagittale o frontale con superamento del nastro
4. Lancio medio (anche a boomerang)
5. Echappè (intorno alla mano o in volo)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



## CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

### Programma coppia/squadra

### CATEGORIA GIOVANISSIME

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

#### **CORPO LIBERO**

**D:** max 1,90

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

#### **CERCHIO - PALLA**

**D:** max 3,10

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- Max. 1 scambio (valore imposto 0,30)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

#### **CERCHIO**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Attraversamento
3. Prillo
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

#### **PALLA**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Palleggio al di sopra del ginocchio
3. Circonduzione a 2 mani sul piano frontale
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE C**  
**Programma coppia/squadra**  
**CATEGORIA ALLIEVE**

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

**CORPO LIBERO**

**D:** max 1,90

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

**CERCHIO - PALLA**

**D:** max 3,10

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- Max. 1 scambio (valore imposto 0,30)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

**CERCHIO**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Attraversamento
3. Prillo
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**PALLA**

1. Rotolamento sul corpo (min. 1 segmento)
2. Palleggio al di sopra del ginocchio
3. Circonduzione a 2 mani sul piano frontale
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**CAMPIONATO REGIONALE SERIE C**  
**Programma coppia/squadra**  
**CATEGORIA JUNIOR 1**

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo

**CORPO LIBERO**

**D:** max 1,90

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

**CERCHIO**

**D:** max 3,10

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le 3 difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- Max. 1 scambio (valore imposto 0,30)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:
  1. Rotolamento sul corpo
  2. Attraversamento
  3. Prillo
  4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

### Programma coppia/squadra

### CATEGORIA JUNIOR 2

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo per la COPPIA  
da 1 minuto e 15 secondi a 1 minuto e 30 secondi massimo per la SQUADRA

#### CERCHIO - PALLA

**D:** max 3,60

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- Max. 1 scambio (valore imposto 0,30)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

#### CERCHIO

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Attraversamento
3. Prillo
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

#### PALLA

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Palleggio al di sopra del ginocchio
3. Rovescio
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

## CAMPIONATO REGIONALE SERIE C

### Programma coppia/squadra

### CATEGORIA MASTER

DURATA ESERCIZIO: da 50 secondi a 1 minuto massimo per la COPPIA  
da 1 minuto e 15 secondi a 1 minuto e 30 secondi massimo per la SQUADRA

#### CERCHIO - PALLA

**D:** max 3,60

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (min. 1 per GC) del valore massimo di 0,10; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire due difficoltà del valore di 0,20
- 1 combinazione di passi di danza (valore 0,30)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto ognuno 0,30)
- Max. 1 scambio (valore imposto 0,30)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

#### CERCHIO

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Attraversamento
3. Prillo
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

#### PALLA

1. Rotolamento sul corpo (min. 2 segmenti)
2. Palleggio senza mani
3. Movimento a 8 ad una mano (spirale)
4. Lancio medio (ulteriore rispetto al lancio di scambio richiesto)

**ESECUZIONE** 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



**Confsport Italia** A.S.D.R.

Forum Europeo delle Associazioni, Sportive, Culturali e del Tempo Libero

**Comitato Regionale Veneto**

\* \* \* \*

# **TROFEO REGIONALE ARCOBALENO**

\* \* \* \*

**Sede Nazionale**

Via Salvatore Rebecchini, 17 – 00148 ROMA – Tel. 06.55282936 – 06.5506622 – Fax 06.94809036

[www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) – [info@confspportitalia.it](mailto:info@confspportitalia.it)

## **PROGRAMMA TECNICO**

### **CATEGORIA ARCOBIMBE (solo a livello regionale)**

- Esibizione societaria Corpo Libero
- Esibizione societaria con attrezzo a scelta

### **CATEGORIA GIOVANISSIME**

- Esercizio individuale e/o collettivo Corpo libero con elementi richiesti
- Esercizio individuale e/o collettivo Palla con elementi richiesti

### **CATEGORIA ALLIEVE**

- Esercizio individuale e/o collettivo Corpo libero con elementi richiesti
- Esercizio individuale e/o collettivo Cerchio con elementi richiesti

### **CATEGORIA JUNIOR**

- Esercizio individuale e/o collettivo Corpo libero con elementi richiesti
- Esercizio individuale e/o collettivo Fune con elementi richiesti

### **MODALITÀ DI GIUDIZIO**

Sarà scritto tutto l'esercizio e per l'attribuzione del punteggio finale saranno prese in considerazione in ordine cronologico gli Elementi attrezzo obbligatori e le difficoltà corporee (BD) richieste.

Possono essere inserite ulteriori difficoltà corporee (BD) codificate del valore massimo di 0,10 (tabella difficoltà codice dei punteggi).

ULTERIORI Difficoltà Corporee (BD) del valore da 0,20 a 0,50 e rovesciate avanti e/o indietro, oltre a quelle richieste, saranno penalizzate come difficoltà in esubero (penalità 0,30).

**N.B. Tutte le Esigenze (difficoltà corpo e attrezzo) hanno un valore di 0,20; (le formazioni) hanno un valore di 0,30.**

Con penalità esecutive da 0,30 le difficoltà d'attrezzo non saranno VALIDE.

### **SPECIFICHE:**

- Negli esercizi a corpo libero, le difficoltà di equilibrio devono essere eseguite con ampio movimento delle braccia
- Giovanissime e Allieve: il cerchio deve arrivare almeno all'altezza della cresta iliaca

**TROFEO ARCOBALENO  
CATEGORIA ARCOBIMBE  
CORPO LIBERO + ATTREZZO A SCELTA**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata, esibizione senza valutazione.

**TROFEO ARCOBALENO  
Programma individuale  
CATEGORIA GIOVANISSIME**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 0,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: serie di 4 galoppi laterali con cambio di fronte
  - 1 pivot: capovolta laterale
  - 1 equilibrio: equilibrio sul bacino (squadra)

**PALLA**

**D:** max 1,40

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: serie di 4 galoppi laterali con cambio di fronte
  - 1 pivot: capovolta laterale
  - 1 equilibrio: equilibrio sul bacino (squadra)
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Palleggio grande a 2 mani
  - Rotolamento sulle braccia avanti unite (partenza braccia flesse dal petto)
  - Circonduzione a 2 mani
  - Piccolo lancio

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..



**TROFEO ARCOBALENO**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA ALLIEVE**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 0,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: salto del gatto
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: sull'avampiede arto libero sollevato (avanti, laterale, dietro)

**CERCHIO**

**D:** max 1,40

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: salto del gatto
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: sull'avampiede arto libero sollevato (avanti, laterale, dietro)
  
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Rotolamento sul dorso della schiena partenza cerchio al petto con 2 mani
  - Giri su una mano sul piano sagittale (min. 2)
  - Prillo al suolo
  - Piccolo lancio ribaltato

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**TROFEO ARCOBALENO**  
**Programma individuale**  
**CATEGORIA JUNIOR**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 0,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: Groupè
  - 1 pivot: pivot 360° arto sollevato (avanti/laterale/dietro)
  - 1 equilibrio: sull'avampiede, gamba libera al di sotto dell'orizzontale, busto flesso avanti

**FUNE**

**D:** max 1,40

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: groupè
  - 1 pivot: pivot 360° arto sollevato avanti/laterale/dietro
  - 1 equilibrio: sull'avampiede, gamba libera al di sotto dell'orizzontale, busto flesso avanti
  
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Una serie di saltelli (min. 3)
  - Richiamo di un capo
  - Giri della fune doppia sul piano trasverso (min. 3)
  - Oscillazioni sul piano frontale

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi ConfSport Italia A.S.D.R..

**TROFEO ARCOBALENO**  
**Collettivo**  
**CATEGORIA GIOVANISSIME**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 1,80

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: serie di 4 galoppi laterali con cambio di fronte
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: equilibrio sul bacino (squadra)
  
- 4 formazioni (valore imposto 0,30)

**PALLA**

**D:** max 2,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: serie di 4 galoppi laterali con cambio di fronte
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: equilibrio sul bacino (squadra)
  
- 4 formazioni (valore imposto 0,30)
  
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Palleggio grande a 2 mani
  - Rotolamento sulle braccia avanti unite (partenza braccia flesse dal petto)
  - Circonduzione a 2 mani
  - Piccolo lancio

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**TROFEO ARCOBALENO**  
**Collettivo**  
**CATEGORIA ALLIEVE**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 1,80

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: salto del gatto
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: sull'avampiede arto libero sollevato (avanti, laterale, dietro)
  
- 4 formazioni (valore imposto 0,30)

**CERCHIO**

**D:** max 2,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: salto del gatto
  - 1 pivot: uno chainèe
  - 1 equilibrio: sull'avampiede arto libero sollevato (avanti, laterale, dietro)
  
- 4 formazioni (valore 0,30 ognuna)
  
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Rotolamento sul dorso della schiena partenza cerchio al petto con 2 mani
  - Giri su una mano sul piano sagittale (min. 2)
  - Prillo al suolo
  - Piccolo lancio ribaltato

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..

**TROFEO ARCOBALENO**  
**Programma collettivo**  
**CATEGORIA JUNIOR**

**DURATA ESERCIZIO:** da 45 secondi a 1 minuto massimo, musica anche cantata.

**CORPO LIBERO**

**D:** max 1,80

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: groupè
  - 1 pivot: pivot 360° arto sollevato (avanti/laterale/dietro)
  - 1 equilibrio: sull'avampiede, gamba libera al di sotto dell'orizzontale, busto flesso avanti
  
- 4 formazioni (valore imposto 0,30)

**FUNE**

**D:** max 2,60

- 3 difficoltà (valore imposto 0,20):
  - 1 salto: groupè
  - 1 pivot: pivot 360° arto sollevato (avanti/laterale/dietro)
  - 1 equilibrio: sull'avampiede, gamba libera al di sotto dell'orizzontale, busto flesso avanti
  
- 4 formazioni (valore imposto 0,30)
  
- 4 elementi attrezzo (valore imposto 0,20)
  - Una serie di saltelli (min. 3)
  - Richiamo di un capo
  - Giri della fune doppia sul piano trasverso (min. 3)
  - Oscillazioni sul piano frontale

**ESECUZIONE 10,00 PUNTI**

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi Confsport Italia A.S.D.R..