



SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Ritmica

In convenzione con



ConfSport Italia A.S.D.R.

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

Campionato Nazionale Ginnastica Ritmica Serie C di Specialità

Con il Patrocinio del



Comune di Rimini

21-24 Maggio 2020

RDS STADIUM, Piazzale Pasolini, 1/C RIMINI



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



Iscritta nel Registro delle
Associazioni di Promozione Sociale
n. 713 - Det. N. D4535 del 14/12/2006



SEDE NAZIONALE SETTORE GINNASTICA

C/O CONFSPORT ITALIA A.S.D.R - Viale Salvatore Rebecchini, 17 - 00148 Roma - Tel: 06 55282936 / 06 5506622 - Fax: 06 94809036

info@confsportitalia.it - info@pec.confsportitalia.it - www.confsportitalia.it



Sezione Ginnastica Ritmica

Quote anno sportivo 2019 – 2020

ADESIONE E TESSERAMENTO

Adesione alla Confsport Italia/A.S.I. (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti con assicurazione – Polizza B)	€ 100,00
Adesione alla Confsport Italia/A.S.I. per società affiliate alla F.G.I. (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti con assicurazione – Polizza A)	€ 30,00
Tesseramento Dirigenti, Tecnici e Ufficiali di Gara – Polizza B	€ 18,00
Tesseramento soci/atleti (con assicurazione) – Polizza A	€ 4,50
Tesseramento soci/atleti (con assicurazione) – Polizza B	€ 6,50
Tesseramento atleti (con assicurazione) – Polizza A per gli atleti già tesserati alla F.G.I.	€ 4,00
Tesseramento atleti (con assicurazione) – Polizza B per gli atleti già tesserati alla F.G.I.	€ 6,00

PARTECIPAZIONE MANIFESTAZIONI GINNASTICA RITMICA

Iscrizione Trofeo Arcobaleno (a carattere Regionale)	Gratuita
Iscrizione fino a 2 Campionati	€ 60,00
Iscrizione fino a 4 Campionati	€ 80,00
Iscrizione per tutti i Campionati	€ 100,00
Esercizio d'Insieme di Specialità ed Èlite, Combinata ogni squadra e Trofeo per Società Elite	€ 50,00
Partecipazione ginnaste ai Campionati di Specialità – 1 attrezzo	€ 10,00
Partecipazione ginnaste a Campionati di Specialità – 2 attrezzi (*)	€ 15,00
Partecipazione Campionato Grand Prix delle Società - a ginnasta	€ 10,00
Partecipazione ginnaste al Trofeo Arcobaleno	€ 8,00
Partecipazione ginnaste a manifestazioni internazionale – ogni attrezzo	€ 15,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 1 esibizione	€ 80,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 2 esibizioni	€ 120,00
Trofeo Internationalgym - partecipazione con 3 esibizioni	€ 160,00
Ritardata iscrizione delle ginnaste (come da regolamento)	da € 2,00 a € 30,00
(*) Quando gli esercizi si svolgono nella stessa giornata di gara o nello stesso Campionato Nazionale	

CONTRIBUTO PER ACCESSO ALLA GIUSTIZIA FEDERALE

Reclami e preannunci reclami sul campo-gara (da consegnare all'Ufficiale di Gara)	€ 50,00
---	---------

Modalità versamenti quote ADESIONE – TESSERAMENTO - ISCRIZIONE CAMPIONATI E TASSE GARA

- Attraverso carta di credito sul portale.
- Creazione di un **“portafoglio”** sul portale Confsport Italia. Le Società che ne faranno richiesta potranno fare un versamento, che sarà caricato come credito, a mezzo:
 - c.c.p. n. 54776000 intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale;
 - a mezzo bonifico bancario intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale – codice IBAN IT45W050340329800000005558;
 - a mezzo bonifico postale intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale – codice IBAN IT3000760103200000054776000.Dal pagamento non sono ammesse detrazioni.

Per le modalità di Adesione e Tesseramento si rimanda a quanto riportato nella Normativa Generale.



SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Ritmica

In convenzione con:
Confsport Italia A.S.D.R.

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C DI SPECIALITÀ RDS STADIUM – PIAZZALE PASOLINI, 1/C – RIMINI 21 – 24 MAGGIO 2020

AMMISSIONE

Il **Campionato Nazionale di Serie C di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate all'A.S.I., alla CONFSPORT ITALIA A.S.D.R. o ad Enti convenzionati. Sono ammessi anche ginnasti di sesso maschile. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali GOLD (individuali, di rappresentativa e di insieme) e SILVER individuali LC-LD-LE nell'anno 2020 o hanno svolto nel 2019 campionati federali individuali GOLD e le ginnaste che partecipano, nell'anno in corso, ai diversi Campionati dell'A.S.I./Confsport Italia A.S.D.R., ad eccezione del Grand Prix delle Società e del Campionato Nazionale di Insieme di Specialità.

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 dell'A.S.I./Confsport Italia A.S.D.R..

CATEGORIE:	Baby	12 e successivi
	Giovanissime	11-10
	Allieve	09-08
	Junior 1	07-06
	Junior 2	05-04
	Master	03 e precedenti

SEDE DI GARA

Rds Stadium – Piazzale Pasolini, 1/C – Rimini

CAMPO DI GARA

Pedana 13x13 in moquette.

COMPOSIZIONE DELLA GIURIA

La Giuria sarà composta da Giudici Regionali A.S.I./Confsport Italia A.S.D.R..

Le modalità di composizione della giuria saranno indicate D.R.G o in caso di assenza dalla D.T.R..

RIUNIONE DELLA GIURIA

È consentito ad un solo istruttore per Società, regolarmente tesserato all'A.S.I. o ad Associazioni/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 A.S.I.** o dell'Associazione/Ente convenzionato.

Qualora le ginnaste non fossero ancora in possesso della tessera A.S.I. o di Associazioni/Enti convenzionati, la Società dovrà esibire la richiesta di tesseramento ed un valido documento di riconoscimento per le ginnaste.

ACCESSO AL CAMPO DI GARA

È consentito l'accesso al campo di gara a soli **2 istruttori per società** in abbigliamento sportivo purché in regola con il tesseramento e in possesso di regolare pass per poter accedere al campo gara.

PUNTEGGI

I punteggi saranno resi noti al termine della manifestazione.

RICORSI

Come previsto dal regolamento tecnico in vigore per l'anno sportivo 2019/2020, 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 dell'A.S.I./Confsport Italia A.S.D.R..

PREMIAZIONI

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 nella categoria Junior 1, Junior 2 e Master.

PROGRAMMA TECNICO

Categoria BABY

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, PALLA
- Squadra: CORPO LIBERO

Categoria GIOVANISSIME

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, CERCHIO, PALLA
- Individuale misto: CORPO LIBERO/FUNE
- Successione di 2 ginnaste: FUNE/PALLA
- Coppia/squadra CORPO LIBERO, Coppia/squadra CERCHIO, Coppia/squadra PALLA

Categoria ALLIEVE

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, CERCHIO, PALLA
- Individuale misto: CORPO LIBERO/FUNE
- Successione di 2 ginnaste: FUNE/PALLA
- Coppia/squadra CORPO LIBERO, Coppia/squadra CERCHIO, Coppia/squadra PALLA

Categoria JUNIOR 1

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CORPO LIBERO, PALLA
- Esercizio misto: CORPO LIBERO/CLAVETTE
- Successione di 2 ginnaste: FUNE/PALLA
- Coppia/squadra CORPO LIBERO, Coppia/squadra CERCHIO

Categoria JUNIOR 2

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CERCHIO, PALLA
- Individuale misto: CERCHIO/NASTRO
- Successione di 2 ginnaste: FUNE/PALLA
- Coppia/squadra CERCHIO, Coppia/squadra PALLA

Categoria MASTER

Max 2 esercizi a scelta tra

- Individuale: CLAVETTE
- Individuale misto: CERCHIO/NASTRO
- Successione di 2 ginnaste: FUNE/PALLA
- Coppia: PALLA
- Squadra: CERCHIO

MODALITÀ DI GIUDIZIO

Sarà scritto tutto l'esercizio e per l'attribuzione del punteggio finale saranno prese in considerazione in ordine cronologico le Combinazioni di Passi di Danza (S), Collaborazioni (C), Elementi attrezzo obbligatori 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 0,30) e successivamente, qualora rientrino nel numero delle difficoltà corporee previste dal programma, anche le difficoltà corporee (BD) da 0,10.

Qualora una BD non venisse convalidata, la giudice potrà convalidare una BD da 0,10 eseguita correttamente. Stessa cosa per S e C, fino al raggiungimento delle richieste del programma.

Negli esercizi individuali, ulteriori Difficoltà d'attrezzo (AD), possono essere inserite e non saranno valutate dalla giuria D, ma potranno essere penalizzati esecutivamente (Penalità E).

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. Gli 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
- Le AD devono essere eseguite non su BD, no con Elementi Attrezzo Imposti
- Negli esercizi a corpo libero, le difficoltà d'equilibrio devono essere eseguite con ampio movimento delle braccia
- Nell'esercizio in SUCCESSIONE può essere ripetuta la stessa difficoltà dalle 2 ginnaste
- **Per gli esercizi di coppia e di squadra sono valide anche le COLLABORAZIONI C con passaggio di ginnaste o attrezzi sopra, sotto o attraverso degli attrezzi o delle compagne**
- Con penalità esecutive da 0,30 o più 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 A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA BABIES

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

CORPO LIBERO:

D: max 1,30

- Min. 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)

PALLA

D: max 2,80

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

PALLA

1. Rotolamento al suolo
2. Rotolamento sul 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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA GIOVANISSIME

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto 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 eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)

CERCHIO- PALLA

D: max 3,20

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

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

INDIVIDUALE MISTO: CORPO LIBERO/FUNE

D: max 2,30

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- 2 Elementi attrezzo a scelta 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 (isolato) della fune girante in senso inverso

ESECUZIONE 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA ALLIEVE

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto 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 eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)

CERCHIO - PALLA

D: max 3,20

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- Elementi attrezzo del valore di 0,30 ciascuno:

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

INDIVIDUALE MISTO: CORPO LIBERO/FUNE

D: max 2,30

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazione di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- 2 Elementi attrezzo a scelta 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 (isolato) della fune girante in senso inverso

ESECUZIONE 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA JUNIOR 1

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto 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 eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)

PALLA:

D: max 3,20

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- 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

INDIVIDUALE MISTO: CORPO LIBERO/CLAVETTE

D: max 2,30

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- 2 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno:

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 **A.S.I./CONFSport ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA JUNIOR 2

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

CERCHIO-PALLA

D: max 3,20

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 1 Difficoltà d’attrezzo (AD) del valore di 0,20
- Elementi attrezzo del valore di 0,30:

CERCHIO

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

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

INDIVIDUALE MISTO: CERCHIO/NASTRO

D: max 2,90

- Min. 3 – Max. 4 difficoltà corporee (Max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- Max. 1 Difficoltà d’attrezzo (AD) del valore di 0,20 nella totalità dell’esercizio
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni attrezzo):

CERCHIO

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

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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma individuale
CATEGORIA MASTER

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

CLAVETTE

D: max 3,20

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20
- Elementi attrezzo del valore di 0,30:
 1. Serie di giri di ambedue le clavette
 2. Movimento asimmetrico
 3. Moulinets
 4. Lancio di una clavetta
 5. Piccolo lancio di 2 clavette

INDIVIDUALE MISTO: CERCHIO/NASTRO

D: max 2,90

- Min. 3 – Max. 4 difficoltà corporee (Max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- Max. 1 Difficoltà d'attrezzo (AD) del valore di 0,20 nella totalità dell'esercizio
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni attrezzo):

CERCHIO

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

NASTRO

1. Serpentine discendenti o ascendenti
2. Spirali
3. Circonduzioni 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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma squadra
CATEGORIA BABIES

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

SQUADRA CORPO LIBERO

D: max 2,50

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

ESECUZIONE 10,00 PUNTI

Per le penalità fare riferimento al codice dei punteggi **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C

Programma coppia/squadra

CATEGORIA GIOVANISSIME

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

SUCCESSIONE DI 2 GINNASTE: FUNE/PALLA

D: max 2,70

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 - Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni attrezzo):

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 (isolato) della fune girante in senso inverso

PALLA

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

COPPIA/SQUADRA CORPO LIBERO

D: max 2,50

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

COPPIA/SQUADRA CERCHIO – COPPIA/SQUADRA PALLA

D: max 3,70

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Min. 1- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- 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
3. Circondazione 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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma coppia/squadra
CATEGORIA ALLIEVE

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

SUCCESSIONE DI 2 GINNASTE: FUNE/PALLA

D: max 2,70

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni attrezzo):

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 (isolato) della fune girante in senso inverso

PALLA

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

COPPIA/SQUADRA CORPO LIBERO

D: max 2,50

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

COPPIA/SQUADRA CERCHIO – COPPIA/SQUADRA PALLA

D: max 3,70

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- 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
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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma coppia/squadra
CATEGORIA JUNIOR 1

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo

SUCCESSIONE DI 2 GINNASTE: FUNE/PALLA

D: max 2,70

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni parte):

FUNE

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

PALLA

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

COPPIA/SQUADRA CORPO LIBERO

D: max 2,50

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)

COPPIA/SQUADRA CERCHIO

D: max 3,70

- 3 difficoltà corporee (1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 3 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- 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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma coppia/squadra
CATEGORIA JUNIOR 2

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo
da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto e 30 secondi massimo per la SQUADRA

SUCCESSIONE DI 2 GINNASTE: FUNE/PALLA

D: max 2,70

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni attrezzo):

FUNE

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

PALLA

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

COPPIA/SQUADRA CERCHIO – COPPIA/SQUADRA PALLA

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 eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto 0,30)
- 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
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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
Programma coppia/squadra
CATEGORIA MASTER

DURATA ESERCIZIO: da 45 secondi a 1 minuto massimo
da 1 minuto 15 secondi a 1 minuto e 30 secondi massimo per la SQUADRA

SUCCESSIONE DI 2 GINNASTE: FUNE/PALLA

D: max 2,70

- Min. 3 - Max. 4 difficoltà corporee (Max. 2 per ogni parte) (Min. 1 per GC) del valore massimo di 0,20; tra le difficoltà richieste è possibile eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi) (1 per ogni parte)
- 4 Elementi attrezzo a scelta del valore di 0,30 ciascuno (2 per ogni parte):

FUNE

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

PALLA

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

COPPIA PALLA – SQUADRA CERCHIO

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 eseguire una difficoltà del valore di 0,30
- Min. 1 – Max. 2 combinazioni di passi di danza (6-8 secondi)
- Max. 4 collaborazioni (valore imposto ognuno 0,30)
- 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 **A.S.I./CONFSPORT ITALIA A.S.D.R..**



**CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C
SPECIALITA' DI GINNASTICA RITMICA
ASI / Confsport Italia A.S.D.R.**

RIMINI, RDS STADIUM 21-24 MAGGIO 2020

Tanti vantaggi se prenoti con noi

Prenotando il soggiorno con Pa Incentive/Rimini, partner ufficiale di Confsport Italia, ricevi tariffe agevolate alloggiando in strutture alberghiere convenzionate per l'evento .

Abbiamo creato per te il "**VILLAGGIO DELLA GINNASTICA RITMICA**" selezionando buoni hotel vicini all'impianto sportivo, per facilitare i tuoi spostamenti e rendere più piacevole il tuo soggiorno, concentrati in un'unica zona, per condividere ogni momento della tua esperienza con gli altri partecipanti all'evento

Non perdere l'occasione ... prenota subito !

TARIFE ALBERGHIERE CONVENZIONATE in htl cat. 3 stelle

Tipologia camera	Tariffe Pernottamento e colazione	Tipologia camera	Tariffe Mezza pensione	Tipologia camera	Tariffe Pensione completa
In multipla *	€ 26,00	In multipla*	€ 35,00	In multipla*	€ 38,00
In doppia	€ 28,00	In doppia	€ 37,00	In doppia	€ 40,00
In singola	€ 38,00	In singola	€ 47,00	In singola	€ 50,00

* per multipla s'intende camera tripla e quadrupla

Bimbi in camera con 2 adulti: 0 – 2 anni gratis, 3-5 anni sconto 20% sulla tariffa in doppia

Le tariffe si intendono per persona, al giorno ed includono:

- sistemazione in camere con servizi privati
- trattamento di pernottamento e colazione o trattamento di mezza pensione o trattamento di pensione completa (con cestino pranzo) - 1/2 minerale inclusa ad ogni pasto
- assistenza ufficio Pa Incentive
- IVA

SOGGIORNI 1 NOTTE : è previsto un supplemento di euro 3,00 per persona sulle tariffe sopra indicate

E' possibile richiedere una proposta per sistemazione in hotel di categoria 4 stelle e/o hotel di categoria 2 stelle

Le tariffe non includono: tassa di soggiorno pari a euro 2,00 in hotel di categoria 3 stelle, euro 3,00 in hotel di categoria 4 stelle, extra di carattere personale e quanto non espressamente indicato. La tassa di soggiorno, da pagare direttamente in hotel, s'intende per persona, per ogni notte di soggiorno. Sono esenti dal pagamento i minori fino al quattordicesimo anno di età e gli autisti di pullman .

SI RICHIEDE LA SEGUENTE PRENOTAZIONE ALBERGHIERA:

Hotel 3 stelle

Pernottamento e colazione Mezza pensione Pensione completa

Data di arrivo _____ 2020

Data di partenza _____ 2020

Nr. camere singole _____

Nr. camere doppie _____

Nr. camere matrimoniali _____

Nr. camere triple _____

Nr. camere quadruple _____

Richieste particolari :

MODALITA' DI PRENOTAZIONE E PAGAMENTO

Prego compilare in stampatello e spedire entro il 11 maggio **2020** a: PA INCENTIVE SRL Via Sassonia, 30 – 47922 Rimini
Tel. ++39/0541/305877 Fax ++39/0541/305879 – annalisad@paincentive.it www.paincentive.it

Pa Incentive vi confermerà, via mail, la prenotazione alberghiera con nome e indirizzo hotel riservato richiedendo la caparra confirmatoria tramite carta di credito o bonifico. Il saldo della prenotazione alberghiera potrà avvenire prima dell'arrivo oppure direttamente in hotel .

LEGGE 196/2003 (Privacy) Consenso alla raccolta e gestione dei dati personali

AUTORIZZO NON AUTORIZZO

L'invio al mio domicilio di documentazione commerciale, offerte, opuscoli e lettere informative ed augurali anche a mezzo di altri soggetti.

AUTORIZZO NON AUTORIZZO

La comunicazione a terzi della mia permanenza alla manifestazione, ai soli fini di ricevere e trasmettermi corrispondenza, messaggi e telefonate a me indirizzate.

Per la normativa completa sulla privacy prego consultare il sito www.paincentive.it

Data, _____ Firma _____