



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

Trofeo Nazionale di Rappresentativa

SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Ritmica

ANNO SPORTIVO
2022

Con l'organizzazione amministrativa
e tecnica della:



Confisport Italia A.P.S.S.D.

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

PROGRAMMA TECNICO

CATEGORIE AGONISTE

E PROMOZIONALI



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 1134/2016



Iscritta nel Registro delle
Associazioni di Promozione Sociale
n. 713 - Det. N. D4555 del 14/12/2006



SEDE NAZIONALE SETTORE GINNASTICA

C/O CONFSPORT ITALIA A.P.S.S.D. - Viale Salvatore Rebecchini, 17 - 00148 Roma - Tel: 06 55282936 / 06 5506622 - Fax: 06 94809036
info@confsportitalia.it - info@pec.confsportitalia.it - www.confsportitalia.it



mata da un minimo di 2 ginnaste ad un massimo di 4 ginnaste. Ogni ginnasta può eseguire al massimo 2 esercizi.

- Ogni rappresentativa del livello A – I Categoria può essere formata da un minimo di 3 ginnaste ad un massimo di 6 ginnaste. Ogni ginnasta può eseguire al massimo 3 esercizi (uno dei 3 esercizi deve essere il collettivo a corpo libero).
- È permesso il passaggio nella categoria superiore.
- È permesso l'utilizzo di body differenti (tranne per gli esercizi di coppia/squadra).
- La tecnica sceglierà quale esercizio della rappresentativa potrà valere il doppio, pertanto posizionerà il jolly nel momento in cui dovrà fare ingresso la ginnasta prescelta. La giuria valuterà l'esercizio e una volta ottenuto il punteggio, verrà moltiplicato per 2.
- Una ginnasta non può far parte di due rappresentative.
- Per il livello Elite e livello A, la durata degli esercizi va 1'15" a 1'30" e possono essere utilizzate anche tutte musiche con parole; per gli esercizi del livello B, la durata della musica va 1'00" a 1'30" e possono essere utilizzate anche tutte musiche con parole.
- La classifica si determina in base alla somma dei 4 esercizi eseguiti.

PROGRAMMA TECNICO

LIVELLO A – I CATEGORIA

Durata: da minimo 1'15 a 1'30" massimo

ATTREZZI	DB	S	ONDE W	DC		
COLLETTIVO CORPO LIBERO	Min. 3 – Max. 6 (Min. 1 – Max. 2 per GC) NO DB COMBinate	Min. 2	Min. 2	Min. 3 da 0,10 Max. 6 da 0,30 Max. 6 da 0,40		
	DB	S	ONDE W	R	DA	
SUCCESSIONE	6 (Min. 1 per GC per ogni parte) NO DB COMBinate	Min. 2 (Min. 1 per parte)	Min. 2 (Min. 1 per parte)	Max. 1 per parte	Max. 6 DA per parte	
	DB	DE	S	ONDE W	R	DC
COPPIA	3 (1 per GC) NO DB COMBinate	3	Min. 2	Min. 2	Max. 1	Max. 10 (min. 2 CC)
INDIVIDUALE	Min. 3 – Max. 6 di più alto valore (min. 1 per GC) MAX. 1 DB COMBINATA	Min. 2	Min. 2	MMax. 4	Max. 15	

LIVELLO B – I CATEGORIA

Durata: da minimo 1'00 a 1'30" massimo

ATTREZZI	MAX. D	DB	S	R	DA
CL	5,00	Min. 3 – Max. 5 da 0,10 a 0,40 (Min. 1 per GC)	Min. 2		
FU-CE-PA	5,00	Min. 3 – Max. 5 da 0,10 a 0,40 (Min. 1 per GC)	Min. 2	Min. 1 - Max. 2	Max. 5

LIVELLO ELITE/LIVELLO A– II CATEGORIA

Durata: da minimo 1'15 a 1'30" massimo

ATTREZZI	DB	S	ONDE W	R	DA
CE-PA-CV-NA	Min. 3 – Max. 9 di più alto valore (Min. 1 per GC) MAX. 3 DB COMBinate	Min. 2	Min. 2	Min. 1 - Max. 5	Max. 20

LIVELLO B – II CATEGORIA

Durata: da minimo 1'00 a 1'30" massimo

ATTREZZI	MAX. D	DB	S	R	DA
CE-PA-CV-NA	5,00	Min. 3 – Max. 5 da 0,10 a 0,40 (Min. 1 per GC)	Min. 2	Min. 1 – Max. 2	Max. 5

MODALITÀ DI GIUDIZIO LIVELLO B

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), Elementi Dinamici con Rotazione (R), Difficoltà d'attrezzo (AD), 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.

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

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

SPECIFICHE LIVELLO B

- 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.
- Lunghezza del nastro minimo 5 metri.
- Giovanissime e Allieve: il cerchio deve arrivare almeno all'altezza della cresta iliaca.