

PROGRAMMA TECNICO

Campionato Nazionale di Rappresentativa

ANNO SPORTIVO 2023

GINNASTICA RITMICA



ente di promozione tecnica, organizzativa
e amministrativa della:



ENTE AFFILIANTE



SEDE NAZIONALE SETTORE GINNASTICA



TROFEO NAZIONALE DI RAPPRESENTATIVA DI GINNASTICA RITMICA

Il **Trofeo Nazionale di Rappresentativa** è riservato a tutte le ginnaste tesserate all'A.S.I..

Livello Élite II categoria: è riservato a tutte le ginnaste tesserate all'A.S.I..

Livello A: è riservato a tutte le ginnaste tesserate all'A.S.I.. Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali di Serie A1, Serie A2 e Serie B nell'anno 2023.

Livello B: 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 LE nell'anno 2023.

CATEGORIE:	I categoria (GIOVANISSIME E ALLIEVE):	2015–2011
	II categoria (JUNIOR e MASTER):	2010 e precedenti

- **Livello Élite - Livello A**

Per il programma tecnico si fa riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale 2022-2024 (NO Codice dei Punteggi A.S.I e griglia Difficoltà A.S.I.).

- **Livello B**

Per il programma tecnico si fa riferimento al Codice dei Punteggi A.S.I. e griglia Difficoltà A.S.I..

Ciascuna rappresentativa **della I categoria livello A** passa al completo alternando le proprie ginnaste su 4 esercizi nell'ordine indicato:

- Collettivo corpo libero o con attrezzi
- Successione di 2 attrezzi
- Coppia/trio con attrezzi uguali
- Individuale con attrezzo a scelta

Ciascuna rappresentativa **della I categoria livello B** passa al completo alternando le proprie ginnaste su 4 attrezzi nell'ordine indicato:

- Corpo libero
- Fune
- Cerchio
- Palla

Ciascuna rappresentativa **della II categoria** (Livello Élite - Livello A - Livello B) passa al completo alternando le proprie ginnaste ai 4 attrezzi nell'ordine indicato:

- Cerchio
- Palla
- Clavette
- Nastro
- Ogni rappresentativa (tranne livello A – I Categoria) può essere formata da un minimo di 2 ginnaste DA 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 DA 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 Élite 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. 5 da 0,30 Max. 5 da 0,40	
	DB	DE	S	ONDE W	R	DC
COLLETTIVO CON ATTREZZO (min. 3 max. 5 ginnaste)	3 (1 per GC) NO DB COMBinate	2	Min. 2	Min. 2	Max. 1	Max. 8 (min. 2 CC)
	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. 3 CC)
INDIVIDUALE	Min. 3 – Max. 6 di più alto valore (min. 1 per GC) MAX. 1 DB COMBINATA		Min. 2	Min. 2	Max. 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 ÉLITE/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 (validati o non) Elementi Dinamici con Rotazione (R) e Combinazioni di Passi di Danza (S) fino al raggiungimento del punteggio massimo previsto.

Per la convalida delle DA, verranno prese in considerazione le DA di maggior valore fino al raggiungimento del numero massimo richiesto dal P.T.

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).

Possono essere inserite ulteriori difficoltà corporee (DB) codificate del valore massimo di 0,10 (tabella difficoltà codice dei punteggi). Per la valutazione delle difficoltà corporee (DB), verranno scritte tutte le difficoltà corporee (DB) 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 0,40) e successivamente, qualora rientrino nel numero delle difficoltà corporee previste dal programma, anche le difficoltà corporee (DB) da 0,10. Qualora una DB non venisse convalidata, la giudice potrà convalidare una DB da 0,10 eseguita correttamente.

ULTERIORI Difficoltà Corporee (DB) del valore da 0,20 a 0,40 oltre a quelle richieste, saranno penalizzate come difficoltà in esubero (giudice D - penalità 0,30).

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.