



SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Artistica



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE



Winter Cup Lazio

11 dicembre 2022

"A.S.D. Palagym" - Via della Meccanica, 33 Aprilia (LT)

Con la collaborazione tecnica, organizzativa
e amministrativa della:



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.asiginnastica.it - www.confsportitalia.it



SETTORE NAZIONALE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Artistica Femminile

NORMATIVA DI AFFILIAZIONE E TESSERAMENTO E
PARTECIPAZIONE ALLE MANIFESTAZIONI

(Il "Regolamento di Giuria" è parte integrante della presente Normativa)

PREMESSA

La Confsport Italia A.P.S.S.D. (**di seguito per brevità Confsport Italia**) è un Ente affiliante dell'A.S.I. - Associazioni Sportive Sociali Italiane - Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI. Pertanto, tutte le Società e Associazioni Sportive Dilettantistiche (**di seguito per brevità Società**), aventi i requisiti necessari, saranno affiliate all'A.S.I. per poter essere iscritte al Registro Nazionale delle Attività Sportive Dilettantistiche del Dipartimento per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e tenuto da Sport e Salute (ex Registro CONI). Il Registro è lo strumento attraverso il quale il Dipartimento per lo Sport certifica la natura dilettantistica di società ed associazioni sportive ai sensi del D.lgs 39/21.

Di seguito la normativa di affiliazione e tesseramento all'A.S.I., fermo restando le normative di affiliazione e tesseramento dei Comitati Periferici A.S.I..

Affiliazione e tesseramento

1. Possono partecipare a campionati e manifestazioni (**di seguito per brevità gare**) indette dal Settore Ginnastica A.S.I., con la collaborazione tecnica, organizzativa e amministrativa della Confsport Italia, tutte le Società regolarmente affiliate all'A.S.I. per la stagione sportiva in corso.
2. Le Società che vogliono affidarsi all'A.S.I. dovranno inoltrare regolare domanda, attraverso l'apposito portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale>.
3. Tutte le Società, al momento della richiesta di affiliazione e tesseramento devono allegare:
 - a. **atto costitutivo e statuto**, redatti nella forma dell'atto pubblico o della scrittura privata autenticata o registrata, a seconda della forma costitutiva civilistica prescelta, conforme alle prescrizioni contenute nella Legge n. 289 del 27/12/2002, modificata con Legge n. 128 del 21/5/2004, e alle disposizioni contenute nella presente Circolare riportanti la registrazione dell'atto all'Agenzia delle Entrate o dal Notaio;
 - b. copia del **certificato di attribuzione del Codice Fiscale o Partita IVA** e/o della visura camerale aggiornati (devono riportare il nome del Legale rappresentante in carica);
 - c. copia del **verbale dell'assemblea dei soci** da cui risulti l'elezione del Legale Rappresentante e, laddove previsto, del Consiglio Direttivo, se non indicati o non più coincidenti con quelli riportati nell'atto costitutivo, con l'indicazione delle cariche societarie;
 - d. fotocopia del **documento di identità del Legale Rappresentante**.
4. Le Società devono richiedere, inoltre, **tra soci, atleti, tecnici e dirigenti, un minimo di 8 tessere con assicurazione**. All'atto di registrazione dell'affiliazione, deve essere inserito **OBBLIGATORIAMENTE** il Legale Rappresentante, il Vicepresidente e almeno 1 membro del Consiglio Direttivo con la qualifica di Consigliere. Le Società di capitali devono inserire l'Amministratore Unico o il Consiglio di Amministrazione. L'inserimento delle cariche dirigenziali non comporta automaticamente il tesseramento all'A.S.I.. Tutte le cariche dirigenziali ricoperte presso le Società iscritte al Registro devono essere sempre coincidenti con quelle riportate su ogni altra eventuale affiliazione richiesta ad una FSN o EPS. La Confsport Italia provvederà ad inoltrare all'A.S.I. le domande di affiliazione e le richieste di tesseramento pervenute, per l'iscrizione della Società al Registro, per le coperture assicurative e il rilascio delle certificazioni previste. La documentazione di cui ai punti a) - b) - c) - d) dell'art. 1 comma 3) dovrà essere presentata ogni qualvolta intervengano variazioni nello Statuto e/o negli organi rappresentativi della Società già affiliata.

5. Tutte le domande di affiliazione devono essere inoltrate nei tempi e con le modalità di pagamento indicate dalla Normativa Generale - Guida al portale 2023 (redatta dalla Confsport Italia), dalle circolari di indicazione dell'attività annuale e dai regolamenti sia dell'A.S.I. che della Confsport Italia.
6. Gli atleti che partecipano alle gare devono essere tesserati all'A.S.I., presso una Società affiliata all'A.S.I. per l'anno in corso. Ai fini del possesso del requisito di tesseramento farà fede la documentazione di affiliazione e tesseramento della Società che, a richiesta, dovrà essere presentata agli Ufficiali di Gara o all'Ente Organizzatore.
7. Solo ai fini della partecipazione alle gare le Società già affiliate A.S.I. con un Comitato Periferico A.S.I. e che non siano state **MAI** affiliate tramite la Confsport Italia, dovranno:
 - a. Inviare al Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. (info@confsportitalia.it) il modulo di richiesta di affiliazione trasmesso al Comitato Periferico A.S.I. o direttamente all'A.S.I. Nazionale. La segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I., ricevuto il modulo, invierà alla Società richiedente le credenziali di accesso al portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale> per poter iscrivere i propri atleti alle gare.
 - b. ai fini della partecipazione degli atleti alle gare, la Società partecipante dovrà richiedere, al Comitato Periferico A.S.I. o direttamente all'A.S.I. Nazionale, di inoltrare alla segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. l'elenco completo in formato csv dei propri tesserati partecipanti alle gare. Una volta espletata tale procedura la Società potrà accedere, con le credenziali inviate, alla sezione gare del portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale>, ed effettuare le iscrizioni.
8. Il possesso della tessera A.S.I. dà diritto alla copertura assicurativa prescelta dalla Società, al momento della richiesta, nelle forme previste dalla polizza assicurativa.
9. Le Società potranno stampare direttamente le tessere dal portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale>.
10. Le Società riportate al punto 7. dovranno utilizzare le tessere A.S.I., già in loro possesso.
11. Gli atleti non in regola con il tesseramento saranno tassativamente esclusi dalle gare.
12. Le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti, tecnici e dirigenti accompagnatori esclusivamente attraverso il portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale> entro la scadenza prevista per la gara.

Limiti di età e certificazione medica

Per i limiti di età e per la certificazione medica il Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. demanda a quanto previsto dai singoli Regolamenti di Sezione.

Nulla-Osta e Prestito

1. Le Società affiliate solo all'A.S.I. e che non siano anche affiliate alla F.G.I. possono autorizzare i propri atleti, purché abbiano già provveduto a tesserarli, a potersi trasferire presso un'altra Società affiliata all'A.S.I.. Tale trasferimento assume la denominazione di "**nulla-osta**" che scadrà al termine del tesseramento effettuato dalla nuova Società.
2. Qualora l'atleta con il "**nulla-osta**" avesse partecipato, nel primo semestre della stagione sportiva a gare ufficiali indette dal Settore Nazionale Ginnastica A.S.I., non può partecipare a gare con la nuova Società se non nel secondo semestre della stagione sportiva.
3. La Società che riceve il "**nulla-osta**" deve far pervenire al Settore Nazionale Ginnastica ASI, prima di effettuare il tesseramento, copia del "**nulla-osta**" dell'atleta.
4. Un atleta non può avere più di un "**nulla-osta**" nella stessa stagione sportiva.
5. Le Società affiliate sia alla F.G.I. che all'A.S.I. possono autorizzare i propri atleti tesserati alla F.G.I., purché non abbiano partecipato a campionati federali o dell'A.S.I. nella stagione in corso, a potersi trasferire presso una Società affiliata all'A.S.I.. Tale trasferimento assume la denominazione di "**prestito**" che scadrà al termine della stagione sportiva.
6. Le Società affiliate solo alla F.G.I. possono autorizzare i propri atleti tesserati alla F.G.I., purché non abbiano partecipato a campionati federali nella stagione in corso, a potersi trasferire presso una Società affiliata all'A.S.I.. Tale trasferimento assume la denominazione di "**prestito**" che scadrà al termine della stagione sportiva.
7. L'atleta concesso "in prestito" rimane vincolato per l'intera stagione sportiva alla nuova Società.
8. Qualora l'atleta tesserato F.G.I., concesso in "**prestito**" a una Società affiliata all'A.S.I., dovesse essere utilizzato dalla Società di provenienza, durante la stagione sportiva, non potrà più prendere parte a gare per la stagione sportiva in corso indette dal Settore Nazionale Ginnastica A.S.I..

Le Società affiliate alla F.G.I. non possono concedere “nulla-osta” ad atleti se non è stata espletata la procedura amministrativa con la stessa Federazione.

Svincolo di autorità

Nel caso in cui una Società, durante la stagione sportiva, cessi l'attività, gli atleti con essa tesserati, sono svincolati “d'autorità”. Gli atleti così svincolati possono tesserarsi per altre Società subito dopo la pubblicazione del provvedimento.

Doveri e norme generali

1. Le Società, gli atleti, i tecnici, gli ufficiali di gara, i dirigenti in genere hanno il dovere di rispettare in ogni loro comportamento, attivo od omissivo, la lealtà e la correttezza, quali principi generali che regolano l'esercizio e la partecipazione allo sport, lo Statuto, i Regolamenti e le normative dell'A.S.I. e della Confsport Italia, la normativa CONI, nonché le norme afferenti al Regolamento Antidoping e le prescrizioni Sanitarie di legge. Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di coloro che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva.
2. Il Legale Rappresentante della Società, con l'affiliazione all'A.S.I., dichiara sotto la propria responsabilità che tutti i tesserati con la propria Società sono in possesso della certificazione medica per l'attività sportiva praticata; dichiara inoltre, che tutti gli atleti, tecnici e dirigenti tesserati partecipano all'attività sportiva, ai campionati e alle manifestazioni organizzate dall'A.S.I. e dalla Confsport Italia, in quanto ente affiliante, in forma spontanea e senza alcun vincolo ed obbligo di partecipazione, in quanto organizzate in forma dilettantistica e di svago. Dichiara, altresì, che tutti i tesserati sono a conoscenza dello Statuto, dei Regolamenti, delle Normative A.S.I., Confsport Italia e CONI, della polizza assicurativa e si impegnano a non richiedere il risarcimento dei danni all'A.S.I. e alla Confsport Italia per infortuni non rimborsati dalla Compagnia Assicuratrice. I tesserati si impegnano, inoltre, al rispetto delle norme afferenti al Regolamento Antidoping e delle prescrizioni Sanitarie di legge.
3. Il Legale Rappresentante della Società dichiara, inoltre, che tutti i tesserati hanno letto la normativa relativa al trattamento dei dati personali predisposta ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs 196/2003 - Codice della privacy - Art. 13 del Regolamento Generale UE sulla protezione dei dati personali n. 679/2016, e hanno autorizzato l'A.S.I. e la Confsport Italia ad utilizzare e gestire, per i suoi fini istituzionali, le proprie generalità.

Per quanto non contemplato nel presente Regolamento vigono le norme previste dallo Statuto, dai Regolamenti e Normative vigenti dell'A.S.I. e della Confsport Italia o in ultima analisi della F.G.I..



Ente affiliante



Quote anno Sportivo 2022 - 2023

Settore Ginnastica

Sezione Ginnastica Artistica

AFFILIAZIONE E TESSERAMENTO

Affiliazione all'A.S.I. e alla Confsport Italia	€ 30,00
Tesseramento Dirigenti – Polizza A	€ 8,00
Tesseramento Dirigenti – Polizza B	€ 18,00
Tecnici e Ufficiali di Gara – Polizza B	€ 18,00
Tesseramento soci/atleti – Polizza A	€ 4,00
Tesseramento soci/atleti – Polizza B	€ 6,00

N.B. Per la specifica e la scelta delle polizze fare riferimento all'elenco allegato alla Normativa Generale 2023.

PARTECIPAZIONE A GARE DI GINNASTICA ARTISTICA

CONTRIBUTO PER ACCESSO AGLI ORGANI DI GIUSTIZIA

Iscrizione per tutti i Campionato Femminili e Maschili	GRATUITA
Partecipazione atleti ai Campionati	€ 10,00
Ritardata iscrizione atleti (come da regolamento)	da € 2,00 a € 30,00

MODALITA' VERSAMENTO QUOTE

- Attraverso carta di credito sul portale.
 - Creazione di un **"portafoglio"** sul portale Confsport Italia A.P.S.S.D.. 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 A.P.S.S.D. specificando dettagliatamente la causale;
 - a mezzo bonifico bancario intestato alla Confsport Italia A.P.S.S.D. specificando dettagliatamente la causale – codice IBAN IT45W050340329800000005558;
 - a mezzo bonifico postale intestato alla Confsport Italia A.P.S.S.D. specificando dettagliatamente la causale – codice IBAN IT30O0760103200000054776000.
- Dal pagamento non sono ammesse detrazioni.

WINTER CUP

A.S.D. Palagym
Aprilia (LT), 11 dicembre 2022

PARTECIPAZIONE

- La **Winter Cup** è una manifestazione a carattere regionale ed è riservata a tutti gli atleti tesserati all'A.S.I..
- **Non possono partecipare alle gare indette dal Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. atleti che prendono parte ad attività con una Società diversa da quella affiliata all'A.S.I..**

SEDE DI GARA

ASD Palagym – Via della Meccanica, 33 – Aprilia (LT).

CAMPO DI GARA

Regolamentare FGI.

ISCRIZIONE DEGLI ATLETI ALLA GARA

- Il portale delle iscrizioni alle gare del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. è gestito dalla Confsport Italia a cui le Società devono fare riferimento.
- Le Società potranno iscrivere i propri atleti esclusivamente attraverso il portale <https://confsportitalia.isprint.it/portale> entro i seguenti termini:
 - **01 dicembre 2022 SCADENZA ISCRIZIONI**
 - **Dalle ore 00:01 del 2 dicembre alle ore 23:59 del 4 dicembre 2022**
è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando una sanzione
SANZIONE: **euro 2,00** ogni atleta iscritto oltre quota iscrizione
 - **Dalle ore 00:01 del 5 dicembre alle ore 13:00 del 5 dicembre 2022**
è possibile richiedere per e-mail (info@confsportitalia.it) l'apertura del portale per effettuare l'iscrizione o l'aggiunta di uno o più atleti pagando una sanzione. In base alle iscrizioni pervenute, il Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. si riserva la facoltà di accettare o meno le richieste di inserimento.
SANZIONE: **euro 30,00** maggiorazione apertura portale
euro 2,00 ogni atleta iscritto oltre quota iscrizione
- In caso di ritiro di uno/o più atleti entro le ore 13.00 del 5 dicembre 2022, le quote di partecipazione già versate verranno accreditate automaticamente tramite portale sul "portafoglio societario". La Società avrà diritto al recupero delle quote solo se effettuerà tale comunicazione direttamente sul portale entro il termine stabilito.
- Non sarà restituita la quota di partecipazione degli atleti iscritti che non saranno presenti alla gara, salvo ritiro entro i termini previsti.
- **Non è assolutamente possibile inviare le iscrizioni e i pagamenti per e-mail, posta, fax o brevi manu. Non è consentito accettare iscrizioni, aggiunte, modifiche e/o pagamenti sul campo gara.**
- Per partecipare alle gare le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti e **ALMENO UN TECNICO O DIRIGENTE ACCOMPAGNATORE**, entro la scadenza prevista.

COMPOSIZIONE DELLA GIURIA

- La gara sarà giudicata da Ufficiali di Gara dell'A.S.I. formati dalla Confsport Italia.
- Le modalità di composizione della giuria saranno indicate D.R.G..

RIUNIONE DELLA GIURIA

È consentito ad un solo istruttore o dirigente accompagnatore per Società, regolarmente tesserato all'A.S.I., di assistere alla riunione di giuria.

CONTROLLO TESSERE

- A richiesta dell'Ufficiale di Gara l'atleta, in presenza del proprio tecnico o dirigente accompagnatore, dovrà esibire la tessera.
- Nel caso di tessera mancante l'atleta dovrà esibire un valido documento d'identità.
- In caso di accertamento di falsa attestazione, i responsabili saranno passibili delle conseguenze previste dalla legge in caso di dichiarazioni false o mendaci, oltre che alla segnalazione agli organi disciplinari per i soggetti tesserati.

MUSICHE

Le musiche in formato mp3 dovranno essere consegnate in campo gara su un supporto USB.

SVOLGIMENTO DELLA MANIFESTAZIONE

- **E' tassativamente vietato entrare in campo gara alle persone non autorizzate.**
- In campo gara possono essere presenti massimo due tecnici o dirigenti accompagnatori per ogni Società purché in regola con il tesseramento.
- I tecnici o i dirigenti accompagnatori per poter accedere al campo gara dovranno esporre la propria tessera identificativa, con foto, apposta all'interno di un badge con relativo nastrino da portare al collo.
- **Durante le premiazioni è tassativamente vietato entrare in campo gara per scattare foto se non al termine dell'intera gara e comunque autorizzati dagli organizzatori.**
- Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, atleti e Società che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva.

PUNTEGGI

- I punteggi saranno resi noti al termine della manifestazione.
- Le decisioni ed i provvedimenti adottati dal Corpo Giudicante in merito all'andamento della gara (classifiche, punteggi, ecc.) sono inappellabili, per cui non si accettano ricorsi di alcun genere.

RICORSI

Come previsto dal regolamento tecnico in vigore per l'anno sportivo 2022, le decisioni e i provvedimenti adottati dalla Giuria sono **INAPPELLABILI** pertanto non si accettano ricorsi di alcun genere.

PREMIAZIONI

- **Livello 1**
La premiazione di tutte le ginnaste sarà effettuata secondo un criterio di fasce di merito oro, argento e bronzo.

- **Livello 2 e Livello 3**

Saranno premiate tutte le ginnaste Giovanissime e Allieve secondo un criterio per fasce di merito:

dalla 1° alla 3° ginnasta classificata	FASCIA D'ORO
dalla 4° alla 6° ginnasta classificata	FASCIA D'ARGENTO
dalla 7° alla 9° ginnasta classificata	FASCIA DI BRONZO
dalla 10° in poi una medaglia a tutte le partecipanti.	

N.B.: Il criterio delle fasce di merito non verrà applicato nelle categorie Junior e Senior.

- **Livello 4**

Saranno premiate tutte le ginnaste Giovanissime e Allieve secondo un criterio per fasce di merito:

dalla 1° alla 3° ginnasta classificata

FASCIA D'ORO

dalla 4° alla 6° ginnasta classificata

FASCIA D'ARGENTO

dalla 7° alla 9° ginnasta classificata

FASCIA DI BRONZO

dalla 10° in poi una medaglia a tutte le partecipanti.

N.B.: Il criterio delle fasce di merito non verrà applicato nelle categorie Junior e Senior.

Inoltre, saranno premiate anche le prime tre ginnaste sulle singole specialità.

Le classifiche delle specialità saranno stilate a partire da 4 ginnaste partecipanti.

- Le ginnaste delle categorie Baby e Pulcine riceveranno un ricordo della manifestazione.
- Le modalità di premiazione potranno subire delle variazioni in base al numero effettivo delle ginnaste partecipanti alla gara.

NOTA

Come previsto dal Decreto-Legge 24 marzo 2022, n. 24 convertito con modificazioni dalla L. 19 maggio 2022, n. 52, a partire dal 16 giugno 2022, viene meno l'obbligo di indossare i dispositivi di protezione delle vie respiratorie di tipo FFP2 anche per gli eventi e le competizioni sportive che si svolgono al chiuso. Si suggerisce, tuttavia, di continuare l'adozione delle misure precauzionali di base quali il distanziamento, l'igiene delle mani etc.

REGOLAMENTO

LIVELLO 1

PARTECIPAZIONE

Possano partecipare le ginnaste che gareggiano nel settore “attività non competitive” della F.G.I..

Non possono partecipare le ginnaste che gareggiano nelle “attività competitive” della F.G.I. e le ginnaste che gareggiano in tutti gli altri Campionati Nazionali A.S.I..

CATEGORIE NON AGONISTICHE

Baby: 2018-2017

Pulcine: 2016-2015

Giovanissime: 2014-2013

Allieve: 2012-2011

Junior 2010 – 2009

Senior: 2008 e precedenti

ATTREZZI:

Corpo Libero

- punti max 1.00
- celle fino a punti 0.30
- durata esercizio max 60 “, il brano musicale può essere anche cantato

Trave Bassa

- punti max 1.00
- celle fino a punti 0.30
- durata max esercizio 60 “

Volteggio (Tappeti 40 cm) o **Mini trampolino** (Tappeti 40 cm)

Parallele (esercizio obbligatorio)

Le ginnaste appartenenti al Livello 1 gareggeranno su min 2 e max 4 attrezzi; verranno scartati i 2 più bassi dei 4.

LIVELLO 2

PARTECIPAZIONE

Possano partecipare le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI SILVER LA3, LB3.

Non possono partecipare le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI Gold e Silver LB, LC3, LC, LD3, LD, LE3, LE e le ginnaste che gareggiano negli altri Campionati Nazionali A.S.I..

CATEGORIE NON AGONISTICHE

Pulcine: 2016-2015

CATEGORIE AGONISTICHE

Giovanissime: 2014-2013

Allieve: 2012-2011

Junior 2010 – 2009

Senior: 2008 e precedenti

ATTREZZI:

Corpo Libero

- punti max 2.50
- celle fino a punti 0.50
- durata esercizio max 60 ", il brano musicale può essere anche cantato

Trave Bassa

- punti max 2.50
- celle fino a punti 0.50
- durata max esercizio 60 "

Volteggio (Tappeti 60 cm) / **Mini trampolino** (Tappeti 40 cm)

Parallele (esercizio obbligatorio)

Le ginnaste gareggeranno su min 3 max 4 attrezzi; per il punteggio verrà scartato il punteggio più basso.

LIVELLO 3

PARTECIPAZIONE

Possano partecipare tutte le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI SILVER LB3, LB, LC3.

Non possono partecipare le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI GOLD E SILVER LC, LD3, LD, LE3, LE e in tutti gli altri Campionati A.S.I..

CATEGORIE NON AGONISTICHE

Pulcine: 2016-2015

CATEGORIE AGONISTICHE

Giovanissime: 2014-2013

Allieve: 2012-2011

Junior 2010 – 2009

Senior: 2008 e precedenti

ATTREZZI:

Corpo Libero

- punti max 4.00
- celle fino a 0.70
- durata esercizio max 90 ", il brano musicale NON può essere cantato

Trave Bassa o Alta (la scelta della trave bassa o alta è libera, la classifica sarà la stessa)

- punti max 4.00
- celle fino a 0.70
- durata max esercizio 90 "

Volteggio (Tappeti 80 cm – Solo per la categoria pulcine i tappeti sono 60 cm)

Parallele

- punti max 3.00
- celle scelte liberamente su tutta la griglia

Le ginnaste gareggeranno su min 3 max 4 attrezzi; per il punteggio verrà scartato il punteggio più basso.

LIVELLO 4

PARTECIPAZIONE

Possano partecipare tutte le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI SILVER LC3, LC, LD3, LE3, LE.

Non possono partecipare le ginnaste che gareggiano nelle attività competitive: FGI GOLD E SILVER LA3, LB3, LB e in tutti gli altri Campionati A.S.I..

CATEGORIE AGONISTICHE

Giovanissime: 2014-2013

Allieve: 2012-2011

Junior 2010 – 2009

Senior: 2008 e precedenti

ATTREZZI:

Corpo Libero

- punti max 6.00
- celle scelte liberamente su tutta la griglia
- durata esercizio max 90 ", il brano musicale NON può essere cantato.

Trave Alta

- punti max 6.00
- celle scelte liberamente su tutta la griglia
- durata max esercizio 90 "

Volteggio (Tappeti 80 cm o 120 cm)

Parallele

- punti max 4.50
- celle scelte liberamente su tutta la griglia

Le ginnaste gareggeranno su 4 attrezzi; per il punteggio verranno sommati i 4 attrezzi.

PROGRAMMA TECNICO

Corpo Libero

	Livello 1			Livello 2		Livello 3		Livello 4		
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
1	Capovolta avanti arrivo libero	Capovolta avanti arrivo in piedi	Verticale capovolta	Rovesciata avanti	Ribaltata 1 gamba	Ribaltata arrivo piedi uniti	Flic avanti	Ribaltata senza mani	Salto avanti raccolto	Salto avanti tesò
2	Capovolta dietro arrivo libero	Capovolta dietro arrivo in piedi	Ruota	Rovesciata dietro O verticale ½ giro	Rondata	Capovolta dietro in vert. o Verticale 1 giro	Flic dietro smezzato da ferma O Ruota senza mani	Rondata+ Flic	Rondata + salto d raccolto o carpiato (anche dal flic) O Rondata+ 2 flic	Rondata + salto d tesò (anche dal flic)
3	Staccata	Candela + salto pennello	Capovolta avanti+ pennello	Ruota+ Ruota	Rovesciata avanti + ruota	Ribaltata a 1 + ruota o rovesciata avanti	Ribaltata a 1+ ribaltata a 1 o rondata	Ribaltata a 1+ribaltata a 2	Ribaltata + salto avanti raccolto	Salto avanti raccolto + salto avanti raccolto O Ribaltata + salto av. tesò
4	Ponte	Candela + salto pennello	Capovolta d + pennello	Tic tac		Rondata + pennello ½ giro	Rondata + Enjambée sul posto o salto divaricato	Rovesciata dietro + flic smezzato	Flic smezzato + flic unito	Flic unito + enjambée sul posto o salto divaricato
5	Pennello	Pennello ½ giro	Raccolto	Enjambée sul posto o Sissone o divaricato (90°)	Cosacco	Pennello 1 giro	Enjambée sul posto o divaricato o Sissone	cosacco ½ giro	Montone	Enjambée sul posto ½ giro o divaricato ½ giro
6	Salto del gatto	Sforbiciata	Salto del gatto ½ giro	Enjambée o Enjambée laterale (90°)	Salto del gatto 1 giro o Salto Fouettè	Enjambée o Enjambée laterale		Enjambée cambio o Johnson	Enjambée anello	Enjambée cambio ½ giro o Enjambée cambio anello
7	4 Chassé o 4 galoppi laterali	Chassé + salto del gatto	Chassé+ sforbiciata	Salto del gatto + sforbiciata (90°)	Enjambée (90°) + enjambée laterale (90°)	Enjambée (90°) + salto del gatto 1 giro	Enjambée + Enjambée	Enjambée + Enjambée cambio o Johnson	Enjambée cambio + Johnson	Enjambée cambio + Enjambée ad anello
8	½ giro su due piedi in relévé	½ giro in passé	½ giro con gamba a 45°	1 giro in passé	1 giro gamba a 45°	1 giro in passé + ½ giro in passé	½ giro con gamba impugnata o con gamba a 90°	1 giro in passé + 1 giro in passé	1 giro in accosciata	1 giro con gamba tesa a 90° 1 giro con gamba impugnata avanti o 2 giri in passé

NOTE

- Non possono essere eseguite due celle con la stessa dicitura.
- I salti artistici non possono esseri ripetuti, vale l'ordine cronologico.
- Può essere eseguita massimo una cella per riga.
- Gli elementi acrobatici possono essere ripetuti solo in celle diverse in combinazioni diverse.

Trave

	Livello 1			Livello 2		Livello 3		Livello 4		
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
1 Entrate trave bassa	Entrata libera	Arabesque di passaggio in punta alla trave	Framezzo arrivo in accosciata O squadra divaricata	Arabesque 3'' in punta alla trave	Pennello	Staccata frontale	squadra divaricata 3''	Capovolta avanti		
1 Entrate trave alta	Passaggio di una gamba arrivo a cavallo della trave	Squadra divaricata in punta alla trave	Squadra divaricata in punta alla trave 2''	Staccata frontale	Capovolta dietro sotto la trave	Squadra divaricata fronte alla trave	Framezzo alla seduta	Pennello / Arabesque	Capovolta avanti	Verticale d'impostazione
2	Candela	Coniglietto	Slancio verso la verticale	Capovolta av. arrivo libero	Capovolta avanti arrivo in piedi	Verticale cambio gamba	Verticale unita o sagittale	Verticale unita o sagittale 2''	Tic-tac o ruota	Rovesciata avanti
3	Passaggio laterale	Candela partenza e arrivo in piedi	Capovolta dietro	Ponte	Ponte+ rovescio	Verticale cambio gamba	Verticale unita o sagittale	Verticale unita o sagittale 2''	Tic-tac o Ruota	Rovesciata dietro
4	Posizione in accosciata 2''	Posizione prona o supina o ginocchio	Equilibrio in relévé 2 piedi O 2'' Posizione passé su pianta 2''	Gamba avanti tesa 45° su pianta 2'' O passé relévé 2''	Staccata (dx/ sx/ frontale)	Arabesque 3''	Orizzontale 3''	Gamba avanti tesa 90° 3''	Gamba avanti tesa in accosciata 3''	Gamba av. impugnata 180° 3''
5	Salto pennello	Salto raccolto	Sissone o Enjambée sul posto o Divarico (90°)	Salto pennello ½ giro	Cosacco	Salto Raccolto ½ giro	Sissone o Enjambée sul posto o divarico	Cosacco ½ giro	Enjambée sul posto ½ giro o salto divaricato ½ giro	Enjambée sul posto ½ giro o salto divaricato ½ giro in posizione trasversale
6	2 Slanci consecutivi dx e sx su pianta (90°)	2 Slanci consecutivi dx e sx in relévé (90°)	Salto del gatto	Sforbiciata (90°)	Enjambée (90°)	Enjambée (90°) arrivo in arabesque	Enjambée		Enjambée arrivo in arabesque	Enjambée cambio
7	½ giro su 2 piedi in relévé	½ giro su 2 piedi in relévé + ½ giro su 2 piedi in relévé	1/2 giro in max accosciata	½ giro in passé	½ giro in passé + ½ giro su due piedi in relévé	½ giro con gamba tesa a 45°	1 giro in passé	½ giro con gamba tesa a 90°	1 giro con gamba tesa a 45°	½ giro con gamba impugnata avanti
8 uscite trave bassa	Salto pennello	Salto Raccolto	Salto divaricato (90°) / Salto pennello ½ giro	Salto divaricato	Ruota	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave O Rondata	Ruota sulla trave + uscita pennello			
8 uscite trave alta	Salto pennello			Rondata	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave			Ruota sulla trave + pennello d'uscita	Rondata sulla trave+ pennello uscita	Salto avanti/dietro raccolto

NOTE

- I salti artistici non possono esseri ripetuti, vale l'ordine cronologico.
- Non possono essere eseguite due celle con la stessa dicitura.
- Può essere eseguita massimo una cella per riga.

Volteggio

		5.00	5.50	6.00
Livello 1 (40 cm)	A	Salto Pennello	Salto raccolto	Salto divaricato (90°)
	B	Framezzo	Capovolta rotolata	Capovolta saltata
Livello 2 (60 cm)	A	Capovolta saltata	Verticale	Ruota
	B	Capovolta saltata	Verticale	Verticale + spinta
Livello 3 (80 cm) Pulcine (60 cm)	A	Verticale	Ruota	Rodata O Rodata in pedana+ pennello arrivo sul tappeto
	B	Verticale	Verticale + spinta	Ribaltata
Livello 4	A	Verticale + spinta (80 cm)	Ribaltata (80 cm)	Ribaltata (posa mani 120 arrivo 80)
	B	Ruota (80 cm)	Rodata (80 cm) O Rodata in pedana+ pennello arrivo sul tappeto (80 cm)	Rodata+ Flic (80 cm) O Rodata (posa mani 120 arrivo 80)

Mini Trampolino

		1.00	2.00	3.00
Livello 1 (40 cm)	A	Salto Pennello	Salto raccolto	Salto divaricato (90 °)
	B	Capovolta rotolata	Capovolta saltata	Verticale
Livello 2 (40 cm)	A	Capovolta saltata	Verticale	Flic avanti
	B	Capovolta saltata	Ruota	Rondata

Parallele

Livello 1

Entrata	Saltare all'appoggio ritto frontale o capovolta d'entrata partenza libera
1	3 slanci a gambe unite (sotto lo staggio)
2	Passaggio laterale di una gamba e ritorno (con o senza ½ giro)
Uscita	Slancio dietro e lasciare l'impugnatura

Livello 2

1 Entrata	Saltare all'appoggio ritto frontale O capovolta d'entrata partenza libera
2	5 slanci a gambe unite (sotto lo staggio)
3	Passaggio laterale di una gamba e arrivo con gamba infilata avanti
4	Tenuta bacino sollevato con gamba infilata avanti tesa 3''
5	½ giro riunendo le gambe e arrivo in app. ritto frontale
6 Uscita	Slancio dietro e abbandonare le impugnature

Per i livelli 1 e 2 è previsto l'esercizio obbligatorio, eseguito in ordine dalla prima all'ultima riga. Ogni elemento mancante comporterà la detrazione di 0.20. Il valore dell'esercizio alle parallele è per il livello 1 di punti 1.00, e per il livello 2 di punti 2.50.

Parallele

Livello 3 – Livello 4

	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80	0,90	1,00
1 Entrate	Saltare all'appoggio ritto frontale	Capovolta dietro partenza libera		Capovolta dietro di forza	Kippe infilata con una gamba in presa poplitea	Kippe con una gamba tesa infilata	Kippe S.I. Kippe S.S.
2	Dall'app. ritto frontale passaggio laterale di una g. senza salto di mano	Dall'app. ritto frontale passaggio lat. di una g. con salto di mano	Giro avanti o dietro con una gamba tesa infilata	Giro addominale dietro	Giro addominale av. gambe flesse/ Giro di pianta g. piegate	Giro di pianta g. tese	Tempo di capovolta sotto lo staggio
3	Dall'app. ritto frontale passaggio lat. di una g. senza salto di mano	Dall'app. ritto frontale passaggio laterale di una g. con salto di mano	Giro avanti o dietro con una gamba tesa infilata	Giro addominale dietro	Giro addominale av. a gambe flesse Giro di pianta g. piegate	Giro di pianta g. tese	Tempo di capovolta sotto lo staggio
4	Dall'app. ritto frontale passaggio lat. di una g. senza salto di mano	Dall'app. ritto frontale passaggio lat. di una g. con salto di mano	Giro avanti o dietro con una gamba tesa infilata	Slancio d. a gambe div. e corpo squadrato sotto lo staggio	Slancio dietro a gambe divaricate e corpo squadrato (-O)	Slancio dietro a g. div. e corpo squadrato (-45)	Slancio dietro a g. div. e corpo squadrato (+45)
5	Dall'app. con gamba tesa infilata passaggio laterale di ritorno	Dall'appoggio con gamba tesa infilata ½ giro e riunire all'app. ritto frontale	S.I. dall'appoggio posa successiva dei piedi sullo staggio	Slancio dietro gambe unite sotto lo staggio	Slancio dietro gambe unite (-O)	Slancio dietro gambe unite (-45) o giro di pianta a gb tese	Slancio dietro gambe unite (+45)
6	Dall'appoggio con gamba tesa infilata passaggio laterale di ritorno	Dall'appoggio con gamba tesa infilata ½ giro e riunire all'appoggio ritto frontale	S.I. dall'appoggio posa successiva dei piedi sullo staggio	S.I. dall'appoggio slancio e posa dei piedi uniti sullo staggio	S.S. dall'app. slancio d. e portarsi alla sospensione/ S.S. dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	S.S. dall'oscillazione salire in capovolta dietro	Mezza volta di petto
7	Dall'appoggio con gamba tesa infilata passaggio laterale di ritorno	Dall'appoggio con gamba tesa infilata ½ giro e riunire all'appoggio ritto frontale	S.I. dall'appoggio posa successiva dei piedi sullo staggio - Da ritti saltare allo S.S.	S.I. dall'appoggio slancio e posa dei piedi uniti sullo staggio	- S.S. dall'app. slancio d. e portarsi alla sospensione S.S. dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	S.S. dall'oscillazione salire in capovolta dietro	Mezza volta di petto
8			S.I. dall'app. posa successiva dei piedi sullo staggio - Da ritti saltare allo S.S.	Giro addominale dietro	S.S. dall'app. slancio d. e portarsi alla sospensione S.S. dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	S.S. dall'oscillazione salire in capovolta dietro	Mezza volta di petto Kippe S.I. o S.S. Kippe breve
9	Dall'app. con g. tesa infilata bascule in presa poplitea con 2 oscillazioni intermedie	Dall'app. con gamba tesa infilata bascule in presa poplitea	Dall'app. con gamba tesa infilata bascule gambe tese	Fucks	Kippe infilata con una gamba in presa poplitea	Kippe infilata con una gamba tesa infilata	Kippe S.I. o Kippe S.S. Kippe breve
10 Uscite	Dall'app. discesa in capovolta avanti e arrivo in piedi	Dall'app. slancio dietro e arrivo in piedi	posa successiva dei piedi a g. div. sullo staggio + fioretto	S.S. dall'oscillazione abbandonare dietro l'impugnatura e arrivo in piedi	Fioretto	Fioretto con ½ giro	Salto dietro racc./carp./teso

La kippe può essere ripetuta una volta allo S.I. e una volta allo S.S.