SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Artistica

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

GINNASTICA ARTISTICA

REGOLAMENTO PROGRAMMA TECNICO E TROFEO CUPIDO

ANNO SPORTIVO 2023

Ginnastica Artistica Maschile

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

NORMATIVA DI PARTECIPAZIONE ALLE MANIFESTAZIONI
(Il "Regolamento di Giuria" è parte integrante della presente Normativa)

Art. 1 – Partecipazione ai Campionati e Manifestazioni

1. Possono partecipare a campionati e manifestazioni (**di seguito per brevità gare**) indette dal Settore Ginnastica A.S.I. tutte le Società regolarmente affiliate all'A.S.I. per la stagione sportiva in corso.
2. 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.
3. Solo ai fini della partecipazione alle gare le Società affiliate A.S.I. con un Comitato Periferico A.S.I., 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.
4. 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.
5. Le Società riportate al punto 3. dovranno utilizzare le tessere A.S.I., già in loro possesso.
6. Gli atleti non in regola con il tesseramento saranno tassativamente esclusi dalle gare.
7. 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.

Art. 2 – Iscrizione alle gare

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.

1. Per partecipare alle gare le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti e ALMENO UN TECNICO O DIRIGENTE ACCOMPAGNATORE, entro la scadenza prevista dalle circolari di indizione delle gare e, laddove non fosse specificato:

A. **FASE REGIONALE**

- Entro 10 giorni prima della data di inizio della gara (es. data inizio sabato iscrizione entro la mezzanotte del mercoledì).
- Dal giorno successivo alla scadenza delle iscrizioni e fino alla mezzanotte della domenica antecedente la gara è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando euro 2,00 in più per ogni atleta iscritto. Dopo tale data e in ogni caso entro e non oltre le ore 13:00 del lunedì antecedente la gara è possibile richiedere per mail (info@confsportitalia.it) alla Segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I., l'apertura del portale per effettuare l'iscrizione o l'aggiunta di uno o più atleti. In questo caso si dovrà pagare un'ulteriore sanzione di € 30,00. La Segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. si riserva di accettare o meno la richiesta pervenuta tenendo presente anche le necessità organizzative.
- In caso di ritiro di uno/o più atleti, entro le ore 13:00 del lunedì antecedente la gara, le quote di partecipazione già versate verranno automaticamente riaccreditate 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 come previsto al punto precedente).

B. **FASE NAZIONALE**

- Entro 20 giorni prima della data di inizio della gara.
- Dal giorno successivo alla scadenza delle iscrizioni e fino alla mezzanotte del 15° giorno antecedente l'inizio della gara è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando euro 2,00 in più per ogni atleta iscritto. Dopo tale scadenza e in ogni caso entro e non oltre le ore 13:00 del giorno successivo, è possibile richiedere per mail (info@confsportitalia.it) alla Segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I., l'apertura del portale per effettuare l'iscrizione o l'aggiunta di uno o più atleti. In questo caso si dovrà pagare un'ulteriore sanzione di € 30,00. La Segreteria del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. si riserva di accettare o meno la richiesta pervenuta tenendo presente anche le necessità organizzative.
- In caso di ritiro di uno/o più atleti, entro le ore 13:00 dell'ultimo giorno utile per effettuare le iscrizioni alla gara, le quote di partecipazione già versate verranno automaticamente riaccreditate 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 come previsto al punto precedente).

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.

2. **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.**

3. **E' tassativamente vietato entrare in campo gara alle persone non autorizzate.**
4. **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.**
5. **Sanzioni potranno essere prese verso le Società che non rispetteranno o faranno rispettare ai propri tesserati e accompagnatori quanto previsto ai punti 2., 3. e 4..**
6. Le gare saranno giudicate da giudici dell'A.S.I. formati dalla Confsport Italia.
7. È consentito ad un solo istruttore o dirigente accompagnatore per Società, regolarmente tesserato all'A.S.I., di assistere alla riunione di giuria.
8. 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.
9. Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, atleti e Società che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva.
10. A richiesta dell'Ufficiale di Gara l'atleta, in presenza del proprio tecnico o dirigente accompagnatore, dovrà esibire la tessera.
11. **Nel caso di tessera mancante l'atleta dovrà esibire un valido documento d'identità.**
12. **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..**
13. **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.**
14. **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.**
15. **I tesserati all'A.S.I. si impegnano a rispettare lo Statuto, i Regolamenti dell'A.S.I..**
16. **Ai fini della decorrenza della copertura assicurativa, prevista dall'A.S.I. per i propri tesserati, farà fede la data di ricezione della richiesta di tesseramento regolarmente perfezionata con il relativo pagamento.**

Art. 3 - 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.

Art. 4 – 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 dalla 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.

Art. 5 – 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.

Art. 6 - 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., 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. 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. e CONI, della polizza assicurativa e si impegnano a non richiedere il risarcimento dei danni all'A.S.I. 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. 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. o in ultima analisi della F.G.I..

Quote anno Sportivo 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 IT45W0503403298000000005558;
  - 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.

SETTORE GINNASTICA
Sezione Ginnastica Artistica

Settore Ginnastica
Sezione Ginnastica Artistica Maschile

I Campionati di Ginnastica Artistica Maschile **A.S.I.** sono riservati a tutti gli atleti tesserati all'A.S.I.

FASI DELCAMPIONATO

FASE REGIONALE

Il Campionato prevede minimo una e massimo due prove regionali.
Nel caso si dovessero effettuare più prove, sarà stilata una classifica regionale considerando la migliore delle prove regionali, altrimenti la prima prova verrà considerata come classifica regionale.
Per il Campionato sarà stilata una classifica per società basata sui punteggi attribuiti ai primi 10 ginnasti classificati per ogni categoria. Nello specifico, saranno sommati i punteggi ottenuti partendo da 11 punti, per il primo classificato, 9 per il secondo classificato e così via fino alla decima posizione; qualora il numero dei ginnasti partecipanti fosse inferiore a 10, il punteggio partirà dal numero dei ginnasti partecipanti, considerando un punto in più al ginnasta primo classificato.
Qualora in regione si svolgessero più prove la coppa sarà assegnata solo al termine delle prove alla società che avrà raggiunto il punteggio più alto sommando tutte le categorie.

La fase regionale del Campionato dovrà essere svolta **almeno 30 giorni prima** della fase nazionale.
La fase regionale è obbligatoria nelle Regioni dove ci sono almeno 2 società partecipanti.
Le ammissioni dei ginnasti alla Fase Nazionale verranno pubblicate sul sito.
Qualora in una Regione non si dovesse svolgere la fase regionale, il campionato, è facoltà del Settore Nazionale Ginnastica A.S.I. ammettere i ginnasti direttamente alla Fase Nazionale.

FASE NAZIONALE ESTIVA MAGGIO/GIUGNO 2023

Sono ammesse alla fase nazionale tutti i ginnasti partecipanti alla fase regionale.

FASE NAZIONALE INVERNALE NOVEMBRE/DICEMBRE 2023
CAMPIONATO REGIONALE E NAZIONALE PER SOCIETA'

Per il Campionato sarà stilata una classifica per società basata sui punteggi attribuiti ai primi 10 ginnasti classificati per ogni categoria. Nello specifico, saranno sommati i punteggi ottenuti partendo da 11 punti, per il primo classificato, 9 per il secondo classificato e così via fino alla decima posizione; qualora il numero dei ginnasti partecipanti fosse inferiore a 10, il punteggio partirà dal numero dei ginnasti partecipanti, considerando un punto in più al ginnasta primo classificato.

TROFEO NAZIONALE DELLE REGIONI

Al termine di tutti i Campionati Nazionali, tra tutti i punteggi attribuiti alle Società risultanti dalle classifiche societarie sarà stilata una classifica per Regione.
La Regione prima classificata si aggiudicherà il premio **"Trofeo Nazionale delle Regioni"**.
Le sole Società che avranno partecipato ai Campionati Nazionali A.S.I. 2023, contribuendo alla vittoria della propria Regione, saranno esentate dal pagamento della quota di affiliazione per la stagione 2024.

CAMPIONATO NAZIONALE GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

TIPOLOGIA	**Campionato Individuale**	
COMPOSIZIONE	Il campionato prevede la partecipazione individuale. I ginnasti dovranno eseguire esercizi composti dagli elementi scelti sulle tabelle di riferimento.	
ATTREZZI	Vedi Programma Tecnico GAM 2023.	
CATEGORIE	2018-2019 categoria Baby	Percorsi ginnastici
	2016-2017 categoria Pulcini	Esercizi obbligatori
	2015-2014 categoria Giovanissimi	Griglie di elementi
	2013-2012 categoria Allievi	Griglie di elementi
	2011-2010 categoria Ragazzi	Griglie di elementi
	2009-2008 categoria Juniores	Griglie di elementi
	2007 e precedenti categoria Seniores	Griglie di elementi
CLASSIFICA E PREMIAZIONI	Il punteggio finale è dato dalla somma dei punteggi ottenuti. Nella classifica generale saranno premiati i ginnasti secondo un criterio per fasce di merito oro, argento e bronzo, tranne nelle categorie Juniores e Seniores; tutte gli altri ginnasti riceveranno una medaglia di partecipazione. Tutti i ginnasti della Categ. Baby riceveranno una medaglia d'oro. Al termine del Campionato sarà stilata la classifica per Società.	
CRITERI PER LA PARTECIPAZIONE	**Possono** partecipare tutti i ginnasti ad esclusione dei tesserati GOLD FGI.	
PROGRAMMA TECNICO	GAM Programmi 2023.	

CATEGORIA BABY

Esecuzione di n. 2 percorsi a tempo

Partecipazione libera nella rispettiva fascia d'età

PROGRAMMA TECNICO: Vedi scheda specifica

PENALITA': 5" piccolo fallo

10" fallo medio

20" esecuzione vistosamente fallosa

CATEGORIA PULCINI

PROGRAMMA TECNICO: ESERCIZI OBBLIGATORI DA PUNTI 10-11-12

ATTREZZI: CORPO LIBERO - VOLTEGGIO (TAPPETONI) - PARALLELE

DESCRIZIONE: VEDI SCHEDA SPECIFICA

ATTREZZATURA: Striscia del corpo libero o pedana, tappetoni ad altezza 60 cm (vedi griglie di riferimento)

CATEGORIA GIOVANISSIMI

PROGRAMMA TECNICO: ESERCIZI COMPOSTI CON LE GRIGLIE DI RIFERIMENTO

ATTREZZI: CORPO LIBERO - VOLTEGGIO (TAPPETONI) – MINITRAMPOLINO - PARALLELE

DESCRIZIONE: VEDI SCHEDA SPECIFICA

ATTREZZATURA: Striscia del corpo libero o pedana, tappetoni ad altezza 80-100-120 cm (vedi griglie di riferimento)

CATEGORIA ALLIEVI

PROGRAMMA TECNICO: ESERCIZI COMPOSTI CON LE GRIGLIE DI RIFERIMENTO

ATTREZZI: CORPO LIBERO - VOLTEGGIO (TAPPETONI) – MINITRAMPOLINO - PARALLELE

DESCRIZIONE: VEDI SCHEDA SPECIFICA

ATTREZZATURA: Striscia del corpo libero o pedana, tappetoni ad altezza 80-100-120 cm (vedi griglie di riferimento)

CATEGORIA RAGAZZI

PROGRAMMA TECNICO: ESERCIZI COMPOSTI CON LE GRIGLIE DI RIFERIMENTO

ATTREZZI: CORPO LIBERO - VOLTEGGIO (TAPPETONI) – MINITRAMPOLINO - PARALLELE

DESCRIZIONE: VEDI SCHEDA SPECIFICA

ATTREZZATURA: Striscia del corpo libero o pedana, tappetoni ad altezza 80-100-120 cm (vedi griglie di riferimento)

CATEGORIA JUNIORES E SENIORES

PROGRAMMA TECNICO: ESERCIZI COMPOSTI CON LE GRIGLIE DI RIFERIMENTO

ATTREZZI: CORPO LIBERO - VOLTEGGIO (TAPPETONI) – MINITRAMPOLINO - PARALLELE

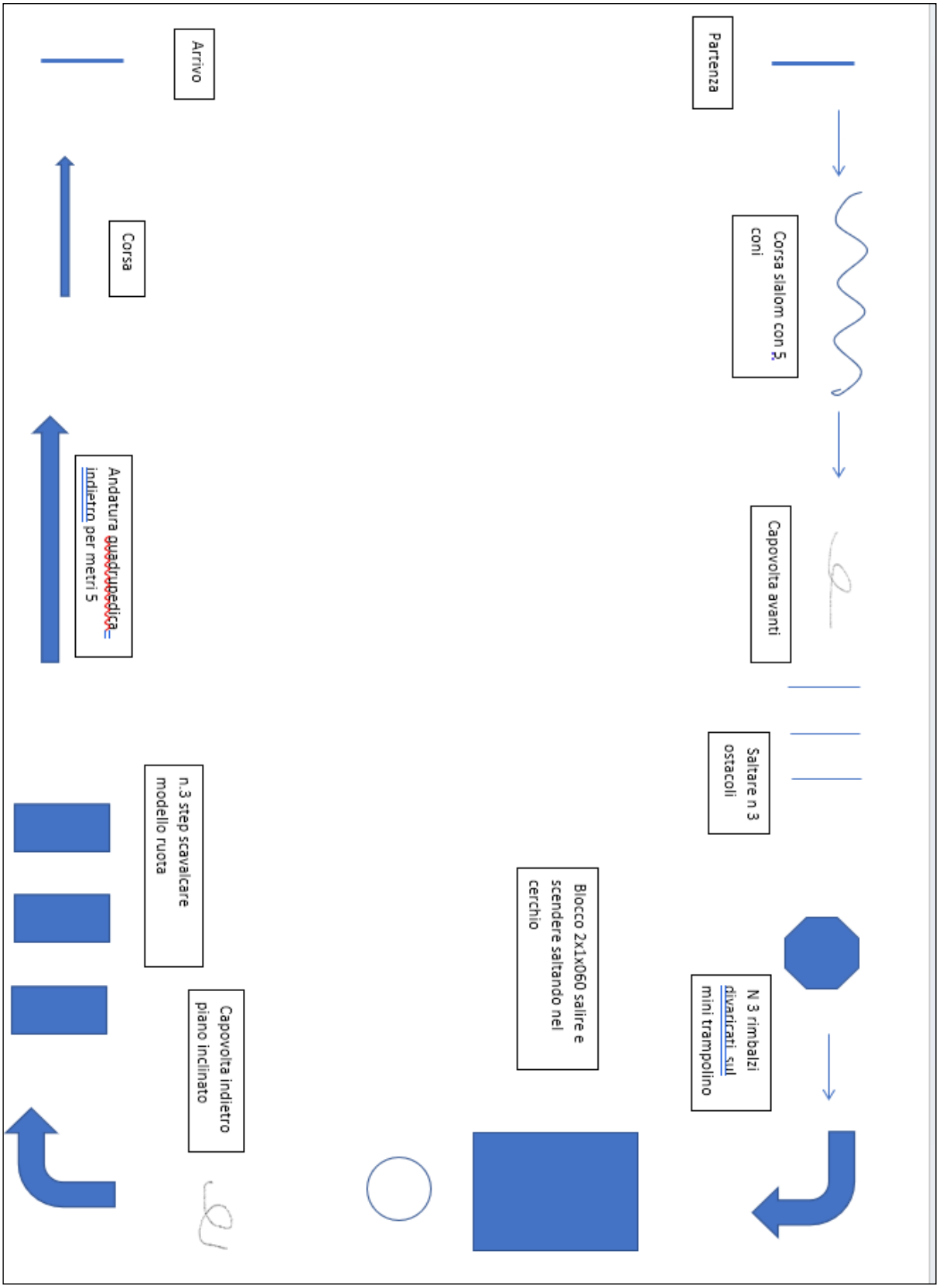
DESCRIZIONE: VEDI SCHEDA SPECIFICA

ATTREZZATURA: Striscia del corpo libero o pedana, tappetoni ad altezza 80-100-120 cm (vedi griglie di riferimento)

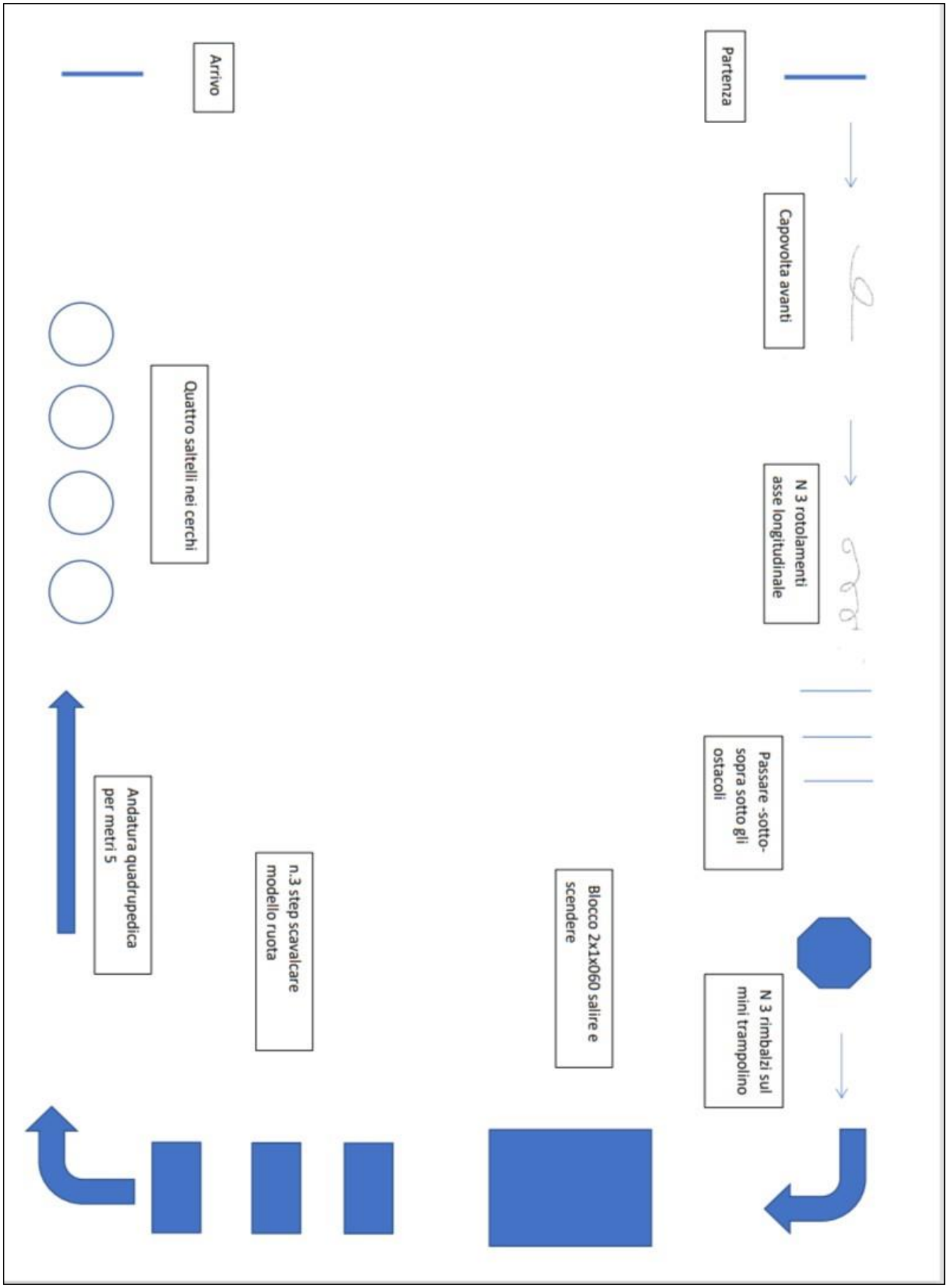
PROGRAMMI TECNICI

CATEGORIA BABY

PERCORSO N. 1



PERCORSO N. 2


N 3 rimbalzi sul mini trampolino
Passare -sotto-sopra sotto gli ostacoli
N 3 rotolamenti asse longitudinale
Capovolta avanti
Partenza
Blocco 2x1x060 salire e scendere
n.3 step scavalcare modello ruota
Andatura quadrupedica per metri 5
Quattro saltelli nei cerchi
Arrivo

CATEGORIA PULCINI

SUOLO

PUNTI 10	PENALITA'
1 – In piedi braccia in fuori	
2 - dopo 5 passi di rincorsa salto in estensione braccia in alto	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20
3 - arrivo e capovolta avanti arrivo seduti gambe tese	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20
4 - portare le braccia in alto e effettuare una chiusura del busto e tenere la posizione 2"	chiusura insufficiente -0,30
5 - effettuare 1/2 giro per arrivare a corpo proteso indietro gambe tese	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20
6 - raccogliere le gambe e portarsi alla stazione eretta	
7 - salto in estensione con 1/2 giro asse longitudinale	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20
8 - effettuare un passo e di seguito una sforbiciata	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20
9 - effettuare un passo e di seguito un cambio di fronte di 180°	
10 - dopo una breve rincorsa effettuare un salto raccolto con arrivo a gambe piegate	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20

PUNTI 11	PENALITA'
1 - in piedi braccia in fuori	
2 - dopo una breve rincorsa effettuare una capovolta avanti con arrivo in piedi (preparazione per il tuffo)	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20- ampiezza insufficiente -0,30
3 - effettuare un salto in estensione con 1 giro asse longitudinale	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20
4 - dopo 3 passi effettuare uno slancio portando una gamba in verticale	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20
5 - di seguito effettuare una capovolta avanti con arrivo seduti gambe tese	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20
6 - portarsi alla posizione supina braccia in alto	
7 - eseguire una candela tenuta "	
8 - tornare nella posizione seduti ed effettuare 1/2 giro per arrivare a corpo proteso indietro gambe tese	mancanza di allineamento -0,10 - tenuta insufficiente -0,20
9 - raccogliere le gambe e portarsi alla stazione eretta	
10 - dopo alcuni passi di rincorsa effettuare un presalto e di seguito una ruota	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20 - passaggio delle gambe non in verticale-0,30
11 - riunire le gambe con un 1/4 di giro ed arrivare in posizione in piedi gambe unite	mancanza di fluidità-0.10
12 - arrivare a gambe unite	

PUNTI 12	PENALITA'
1 - in piedi braccia in fuori	
2 - dopo alcuni passi di rincorsa effettuare un tuffo a corpo teso con arrivo in piedi	mancanza di fluidità -0.10 - gambe piegate -0,20 - ampiezza insufficiente -0,30
3 - effettuare un salto in estensione con 1 giro asse longitudinale	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20
4 - dopo 3 passi effettuare uno slancio di una gamba in verticale e riunire in posizione di verticale di passaggio	mancanza di allineamento -0,10 - tenuta insufficiente -0,20
5 - eseguire una capovolta avanti dalla verticale	mancanza di fluidità -0.10
6 - e di seguito salto in estensione con 1/2 giro longitudinale	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20
7 - dopo alcuni passi eseguire una ruota on 1/4 di giro a gambe tese	mancanza di fluidità -0.10 - braccia piegate -0,20 - ampiezza insufficiente -0,30
8 - di seguito eseguire una capovolta indietro a braccia tese con arrivo a corpo proteso indietro	
9 - raccogliere le gambe e portarsi alla stazione eretta	
10 - dopo alcuni passi di rincorsa eseguire un salto in estensione a gambe divaricate	altezza insufficiente -0,10, estensione in volo e arrivo non corretto -0,20 - gambe piegate -0,30
11 - arrivare a gambe unite	

VOLTEGGIO

ATTREZZATURA: tappeti altezza 60 cm + utilizzo di un tappeto rigido tipo sarneige

PUNTI 10	ESECUZIONE DI UN SALTO
1 - Framezzo con arrivo in posizione raccolta	

PUNTI 11	
2 - Framezzo con arrivo in posizione eretta dopo la spinta per il secondo volo	

PUNTI 12	
3 - Verticale con fase di spinta per il secondo volo e arrivo in posizione supina	

PARALLELE

(creare le condizioni per abbassare le parallele)

PUNTI 10	**PENALITA'**
1 - partenza ritti al centro delle parallele	
2 - saltare ed arrivare in posizione di appoggio ritto	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
3 - effettuare una squadra a gambe flesse tenuta 2"	braccia piegate -0,10
4 - effettuare uno slancio completo avanti dietro avanti	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
5 - effettuare uno slancio con una seduta esterna dx	braccia piegate -0,10
6 - effettuare uno slancio con una seduta esterna sx	braccia piegate -0,10
7 - riunire le gambe tra gli staggi e saltare a terra	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20

PUNTI 11	PENALITA'
1 - posizione di partenza ritti alle estremità dell'attrezzo	
2 - saltare ed arrivare in posizione di appoggio ritto	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
3 - elevare le gambe a squadra e portarsi in appoggio ritto gambe divaricate	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
4 - spostare l'appoggio avanti e di slancio riunire le gambe dietro	braccia piegate -0,10
5 - effettuare una squadra a gambe flesse tenuta 2"	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
6 - distendere le gambe ed effettuare una oscillazione completa	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
7 - effettuare uno slancio con una seduta esterna dx	braccia piegate -0,10
8 - spostare l'appoggio della mano dx sullo staggio sx arrivando a corpo proteso dietro sugli staggi	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
9 - spostare l'appoggio della mano sx sullo staggio dx saltare a terra fianco alle parallele	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20, ampiezza insufficiente -0,30, arrivo instabile-0,40

PUNTI 12	PENALITA'
1 - posizione di partenza ritti al centro dell'attrezzo	
2 - saltare ed arrivare in posizione di appoggio ritto	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
3 - effettuare una squadra a gambe tese tenuta 2"	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
4 - portasi in appoggio di seduta sullo staggio sx	braccia piegate -0,10
5 - spostare l'appoggio della mano sx sullo staggio dx arrivando a corpo proteso dietro sugli staggi	braccia piegate -0,10
6 - scendere di forza al centro in appoggio ritto	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
7 - effettuare un kippe breve a gambe divaricate	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20, ampiezza insufficiente -0,30
8 - riunire ed effettuare due slanci completi avanti dietro avanti con altezza del corpo prossima all'orizzontale	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20
9 - oscillare indietro e spostamento laterale in uscita	braccia piegate -0,10, gambe flesse -0,20, ampiezza insufficiente -0,30, arrivo instabile-0,40

GRIGLIE UNIFICATE

CATEGORIE GIOVANISSI, ALLIEVI, RAGAZZI, JUNIORES, SENIORES

CORPO LIBERO

VALORE	A	B	C	D	E	F	G	H
Gruppi strutturali	**0,10**	**0,20**	**0,30**	**0,40**	**0,50**	**0,60**	**0,70**	**0,80**
Parti statiche di flessibilità e cambi	Da seduti flessione del busto avanti a gambe divaricate	Da seduti flessione del busto avanti a gambe unite Staccata sagittale	Orizzontale 2" Verticale	Staccata frontale Staccata sagittale Ponte Cambio avanti In verticale	Verticale di slancio 2" Cambio interno in verticale Cambio esterno in verticale			
Parti di forza		Candela 2" Squadra sui glutei			Verticale di forza			
Parti e serie acrobatiche avanti	Capovolta avanti a gambe unite o divaricate	Ruota Tuffo	Ribaltata a uno Rondata Rovesciata avanti	Ribaltata a uno Ribaltata a due Kippe di testa	Ribaltata tuffo Flic flac avanti	Salto avanti raccolto	Ribaltata flic +avanti	Ribaltata flic salto avanti raccolto
Parti e serie acrobatiche indietro	Capovolta indietro a gambe unite o divaricate	Capovolta indietro alla verticale a braccia piegate	Capovolta indietro a braccia tese Rovesciata indietro	Capovolta indietro a braccia tese in verticale di passaggio Flic flac	Rondata flic flac	Salto indietro raccolto Rondata 2 flic	Rondata flic (o rondata diretta) + salto raccolto	Rondata flic (o rondata) salto teso Rondata tuffo
Salti e collegamenti	Cadere sulle mani a corpo teso Salto in alto sul posto con 1/2 giro	Cadere indietro con 1/2 sulle mani Salto in alto sul posto con 1 giro A. L	Sforbiciata Salto in alto con 1/2 su					
Lavoro circolare	Premulinelli a dx p sx							

CATEGORIA GIOVANISSIMI MAX FINO A 11,50 PUNTI

CATEGORIA ALLIEVI MAX FINO A 13 PUNTI

CATEGORIA RAGAZZI MAX FINO A 14 PUNTI

CATEGORIA JUNIORES E SENIORES MAX FINO A 15 PUNTI

Bozza Regole composizione

Esercizi composti con le griglie nelle categorie di riferimento

		N. Elementi	Valore di partenza
		8	10
		7	9
		6	8

- Le griglie indicano il massimo punteggio attribuibile
- Per le penalità di esecuzione fare riferimento al CdP
- Gli allenatori dovranno consegnare alla Giuria le schede specifiche la composizione degli esercizi
-

VOLTEGGIO

VALORE	P 10	P 10,50	P 11	P 11,50	P 12	P 13
CATEGORIE Gruppi strutturali	Tappetoni altezza 80 cm				Altezza 100 cm	Altezza 120 cm
Salti passanti per l'orizzontale	Framezzo con posa dei piedi	Framezzo a gambe flesse	Staccata	Framezzo a gambe tese		
Salti passanti per la verticale	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino		RIBALTATA: posa delle mani Tapp. altezza 100 cm, arrivo a piedi pari uniti	RIBALTATA: posa delle mani Tapp. altezza 120 cm, arrivo a piedi pari uniti
					Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti Tapp. altezza 100 cm	
CATEGORIE PULCINI, GIOVANISSIMI, ALLIEVI						
CATEGORIE RAGAZZI, JUNIORES, SENIORES						

MINITRAMPOLINO CON RINCORSA

Gruppi strutturali	P 10	P 10,50	P 11	P 11,50	P 12	P 12,50	P 13	P 12,50	P 14	P 14,50
SALTI IN POSIZIONE VERTICALE	Pennello	Carpiato divaricato Pennello con 180° A/L	Pennello con 360° A/L							
SALTI CO ARRIVO IN CAPOVOLTA	Piccolo Tuffo (capovolta saltata)	Tuffo								
SALTI CON POSA DELLE MANI			Kippe		Flic Flac avanti					
SALTI GIRI						salto giro avanti raccolto	Salto giro avanti teso			
SALTI GIRI CON ROTAZIONE INTORNO ALL'ASSE LONGITUDINALE								Salto giro avanti raccolto con 180° A/L	Salto giro avanti teso con 180° A/L	Salto giro avanti teso con 360° A/L
CATEGORIA GIOVANISSIMI MAX FINO A 10 PUNTI										
CATEGORIA ALLIEVI MAX FINO A 12 PUNTI										
CATEGORIA RAGAZZI MAX FINO A 13 PUNTI										
CATEGORIA JUNIORES E SENIORES MAX FINO A 15 PUNTI										

PARALLELE

VALORE	A	B	C	D	E	F
Gruppi strutturali	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
Elementi di slancio all'appoggio	Oscillazioni dal suolo e mani sugli staggi, con spinta piedi pari uniti, salire sull'appoggio	Oscillazione con aggancio/seduti a esterna e variabile a destra a sinistra	Capovolta avanti a gambe divaricate (anche a posizione di quadrupedia)	Oscillazione verticale	Oscillazione in verticale 2"	
Elementi statici di forza	Appoggio in atteggiamento teso a gambe flesse 2"	Squadra a gambe unite e flesse 2"	Squadra a gambe unite	Squadra a gambe divaricate. Verticale in appoggio brachiale		
Elementi di slancio dalla sospensione brachiale	Oscillazione a corpo teso	Oscillazione a corpo teso all'altezza degli staggi	Kippe gambe divaricate. Colpo di petto a gambe divaricate	Kippe gambe divaricate e oscillazione. Colpo di petto a gambe divaricate e oscillazione		Slancio appoggio
Elementi di slancio dalla sospensione			Kippe lunga all'app. a gambe divaricate. Kippe breve all'app. a gambe divaricate	Kippe lunga o Kippe lunga squadra. Kippe breve o Kippe breve squadra.	Impennata alla sosp. brac.	
Uscite	Oscillare indietro e spostamento laterale	Oscillare indietro e spostamento laterale con ½ giro esterno	Oscillare avanti e spostamento laterale con ½ giro esterno	Oscillare indietro e spostamento laterale con ½ giro interno. Oscillare indietro alla verticale e spostamento laterale		Perno alla verticale
CATEGORIA GIOVANISSIMI MAX FINO A 11 PUNTI						
CATEGORIA ALLIEVI MAX FINO A 13 PUNTI						
CATEGORIA RAGAZZI MAX FINO A 14 PUNTI						
CATEGORIA JUNIORES E SENIORES MAX FINO A 14.50 PUNTI						

TROFEO CUPIDO

TIPOLOGIA	**Campionato a Squadre**
COMPOSIZIONE	Il Trofeo Cupido prevede la partecipazione di 1 o più squadre composte da 2 ginnaste e 2 ginnasti. Tutti i componenti della squadra gareggeranno su 2 attrezzi. Sia la sezione femminile che maschile dovranno fare riferimento al programma tecnico del Trofeo Gym femminile.
ATTREZZI	**Corpo Libero 5** elementi tra gli 8 proposti **Mini trampolino** tappeti 40 cm; 1 o 2 salti a scelta, viene considerato il migliore
CATEGORIE	**NON AGONISTI** **Baby:** 2019-2018 **Pulcine/i:** 2017-2016 **Giovanissime/i:** 2015-2014
CLASSIFICA E PREMIAZIONI	Per la classifica saranno sommati tutti i punteggi eseguiti ad ogni attrezzo. La premiazione di tutte le squadre sarà effettuata secondo un criterio di fasce di merito oro, argento e bronzo. Al termine del Trofeo sarà stilata la classifica per Società.
CRITERI PER LA PARTECIPAZIONE	**Possono** partecipare le ginnaste/i che gareggiano nel settore "attività non competitive" della F.G.I. e le ginnaste/i che partecipano al Trofeo Gym e Esordienti M.. **Non possono** partecipare le ginnaste e i ginnasti che gareggiano nelle "attività competitive" della F.G.I. e le ginnaste/i che gareggiano nei Campionati Nazionali A.S.I. Élite, Serie A, Serie B, Specialità e Arcobaleno.
PROGRAMMA TECNICO	GAF Programma TROFEO GYM 2023.

CORPO LIBERO

	Baby e Pulcine/i	**Giovanissime/i**
	1,00	**1,00**
1	Salto del gatto	Sforbiciata
2	Capovolta avanti + schiacciare busto avanti 2'' (gambe u/d)	- Capovolta avanti partenza e arrivo libero
3	Candela con arrivo in piedi	Ruota
4	4 Galoppi laterali	Staccata dx/sx/frontale senza l'aiuto delle mani
5	Salto pennello	Salto raccolto
6	Staccata dx/sx/frontale anche con l'aiuto delle mani	Capovolta indietro partenza e arrivo libero
7	Equilibrio su un piede	½ su 2 piedi ½ in passé
8	Ponte Verticale con il cambio di gamba	Ponte

Minitrampolino

	Pulcine/i e Giovanissime/i
13,50	Salto Pennello
14,00	Salto Raccolto
14,50	Salto Divaricato
15,00	Pennello 180°

NOTE FINALI

Per tutto quello non indicato in forma specifica nei programmi di gara si fari riferimento al CdP Gam FIG