



TORNEIO ESTADUAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA REGULAMENTO TÉCNICO MASCULINO 2023

OBJETIVOS

- Promover a divulgação e a massificação da Ginástica Artística a nível Estadual;
- Proporcionar um intercâmbio de experiências entre as entidades incentivadoras da Ginástica Artística, assim como entre os ginastas participantes, federados e não federados;
- Incentivar a prática da Ginástica Artística nas escolas e demais entidades.

CATEGORIAS

- A: Nascidos até 2017 (até 6 anos).
- B: Nascidos em 2015 e 2016 (7 e 8 anos).
- C: Nascidos em 2013 e 2014 (9 e 10 anos).
- D: Nascidos em 2011 e 2012 (11 e 12 anos).
- E: Nascidos em 2008, 2009 e 2010 (13 a 15 anos).
- ADULTO: Nascidos até 2007 (16 anos ou mais)

**Somente será permitida a participação de ginastas federados nas categorias C e D (nos níveis 2 e 3) e E (somente no nível 3).

Obs: Estarão liberados a participar do torneio em qualquer categoria os ginastas federados que não competiram nenhum campeonato estadual no ano anterior e no ano vigente.

COMPOSIÇÃO DA EQUIPE

As entidades poderão participar com qualquer número de ginastas.

GINASTAS INDIVIDUAIS

Número ilimitado.

APARELHOS¹

Solo e Salto

UNIFORME

Os ginastas poderão usar collant ou camiseta e bermuda, que identifique a entidade participante.

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL GERAL

Soma das notas nos dois aparelhos (solo e salto)

¹As entidades que sediarão o evento devem utilizar aparelhos em bom estado.

CLASSIFICAÇÃO EQUIPES

| Por entidade: | |
|---|------------------|
| Regra para obtenção de pontos dos clubes participantes | |
| Colocação | Pontuação |
| 1º COLOCADO | 10 pontos |
| 2º COLOCADO | 09 pontos |
| 3º COLOCADO | 08 pontos |
| 4º COLOCADO | 07 pontos |
| 5º COLOCADO | 06 pontos |
| 6º COLOCADO | 05 pontos |
| 7º COLOCADO | 04 pontos |
| 8º COLOCADO | 03 pontos |
| 9º COLOCADO | 02 pontos |
| 10º COLOCADO | 01 ponto |

Obs.: Para efeito de pontuação para as entidades participantes, serão consideradas as 10 melhores pontuações de cada categoria e de cada nível. **Somente serão consideradas as classificações de ginastas as quais obtiverem notas diferentes de zero nos dois aparelhos de competição.** Caso o ginasta obtenha alguma nota zero, sua classificação não entrará na pontuação por equipes.

PREMIAÇÃO

Medalhas até a 10ª colocação em cada categoria e em cada nível. Aos demais participantes, medalhas de participação.

Troféu de 1º, 2º e 3º lugar para as entidades que somarem o maior número de pontos nos níveis e categorias em cada naípe.

Troféu Massificação para a entidade que participar com o maior número de ginastas – somados feminino e masculino (quando tiver)

Premiação dos técnicos: medalhas de 1º, 2º e 3º para os técnicos responsáveis pelas entidades que somarem o maior número de pontos nos níveis e categorias em cada naípe. Medalha de participação para os demais técnicos presentes na competição.

TAXA DE PARTICIPAÇÃO (Conforme código de taxas da FGSC 2023)

- Entidades Federadas: R\$ 50,00 (cinquenta reais) por ginasta
- Entidade não Federada: R\$ 80,00 (oitenta reais) por ginasta.
- R\$ 100,00 (cem reais) - Taxa FGSC não filiado (por evento)

Obs: Ginastas confirmados e que não participarem do evento deverão pagar a taxa de participação.

NIVEL I

SOLO

| Partes | Elementos | Valor |
|---------------|--|--------------|
| 1 | Vela (marcar) finalizar em pé sem ajuda das mãos | 1.00 |
| 2 | Avião 90° (marcar) | 1.00 |
| 3 | Salto estendido com ½ volta | 1.00 |
| 4 | Salto grupado | 1.00 |
| 5 | Estrela (roda) | 2.00 |
| 6 | Elefantinho, marcar posição grupada com a coxa próxima do peito com as pernas unidas ou com os joelhos sobre os cotovelos. | 2.00 |
| 7 | Rolamento para frente, finalizando com as pernas afastadas ou unidas. Realizar flexão do tronco (sustentar 2 segundos) | 2.00 |
| Total: | | 10.00 |

Obs: A ordem dos exercícios é livre.

Painel D: Deduzir 1.00 pt por elemento faltante no item Dedução Neutra da nota final.

SALTO

O ginasta terá direito a um salto de aquecimento

Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

| Elemento | Valor |
|--|-------|
| Salto grupado ou estendido para o colchão (somente para categoria A) | 8.00 |
| Salto com o apoio dos pés | 9.00 |
| Salto afastado ou grupado SEM o apoio dos pés (direto) | 10.00 |

Execução Técnica: 10,00 pontos

Obs: Para a **categoria A**, o salto será realizado diretamente no colchão, dispensando o uso do cavalo ou caixas de plinto. Altura do cavalo será de 1,10 metros na transversal e o salto poderá ser executado com o mini-trampolim tendo 2.00 pontos a menos na nota final do salto.

NIVEL II

SOLO

| Partes | Elementos | Valor |
|---------------|---|--------------|
| 1 | Parada de 3 apoios (2 segundos) | 1.00 |
| 2 | Avião (2 segundos) | 1.00 |
| 3 | Parada de mãos (marcar), finalização livre | 1.50 |
| 4 | Roda (estrelinha) | 1.50 |
| 5 | Árabe (rodante) | 1.50 |
| 6 | Rolamento para trás (iniciando sentado ou em pé), com as pernas estendidas e unidas, finalizando na posição de apoio com os braços estendidos | 1.50 |
| 7 | Salto com 1/1 pirueta | 1.00 |
| 8 | Vela (2 segundos), finalizando em pé sem apoio das mãos | 1.00 |
| Total: | | 10.00 |

Obs. A ordem de apresentação dos exercícios é livre.

Painel D: Deduzir 1.00 pt por elemento faltante no item Dedução Neutra da nota final.

SALTO

O ginasta terá direito a um salto de aquecimento

Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

| Elemento | Valor |
|---|-------|
| Salto afastado ou grupado COM apoio dos pés | 7.00 |
| Salto afastado ou grupado SEM apoio dos pés (direto) | 8.00 |
| Salto reversão | 10.00 |

Execução Técnica: 10,00 pontos

Obs.: Altura do cavalo será de 1,10 metro na transversal e o salto poderá ser executado com o mini-trampolim tendo 2.00 pontos a menos na nota final do salto.

NIVEL III

SOLO

| Partes | Elementos | Valor |
|---------------|---|--------------|
| 1 | Oitava à prancha, com braços e pernas estendidas, finalizando na posição afastada (cachorrinho ou espacate) | 1.00 |
| 2 | Parada de 3 apoios (2 segundos), seguido de posição grupada e elevação (chute) à parada de mãos (marcar) | 1.00 |
| 3 | Avião (2 segundos) | 1.00 |
| 4 | Parada de mãos (1 seg.), finalização livre | 1.00 |
| 5 | Reversão com as pernas unidas ou afastadas | 1.00 |
| 6 | Árabe (rodante) + flic-flac | 1.00 |
| 7 | Rolamento para frente, iniciando e finalizando na posição carpada em pé | 1.00 |
| 8 | Salto com uma pirueta | 1.00 |
| 9 | Mortal para frente ou para trás (grupado / carpado / estendido) | 1.00 |
| 10 | Elemento de força: esquadro fechado ou afastado (2 seg) ou parada de mãos à força (2 seg) | 1.00 |
| Total: | | 10.00 |

Obs: A ordem de apresentação dos exercícios é livre.

Painel D: Deduzir 1.00 pt por elemento faltante no item Dedução Neutra da nota final.

SALTO

O ginasta terá direito a um salto de aquecimento

Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

| Elemento | Valor |
|---|-------|
| Salto afastado ou grupado SEM apoio dos pés (direto) | 8.00 |
| Salto reversão ou rodada | 10.00 |

Execução Técnica: 10,00 pontos

Obs: Altura do cavalo será de 1,10 metros na transversal e o salto poderá ser executado com o mini-trampolim tendo 2,00 pontos a menos na nota final do salto.