



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.