

FAQ

e aggiornamenti
Programmi Tecnici GAF
Linee Guida GAF e
Regolamento

GINNASTICA ARTISTICA 2015-2016

a cura della Commissione Tecnica Nazionale Ginnastica Artistica

Aggiornato al 10 febbraio 2016

FAQ:

PROGRAMMA SMALL

- La scelta tra volteggio e mini trampolino coinvolge tutta la squadra;
- in caso di parimerito per le categorie Lupette, Tigrotte e Allieve vince la squadra con il maggior numero di ginnaste più piccole di età;
- in caso di parimerito per la categoria Ragazze vince la squadra con il maggior numero di ginnaste più grandi di età.
- la penalità di uscita dalla pedana del corpo libero si applica a tutte le ginnaste che superano il limite dei 12mt alla striscia del corpo libero tranne che per le seguenti categorie: junior e senior large; ragazze, junior e senior super; tutte le categorie top level (rif. linee guida "corpo libero specifiche" punto.1 pag 5)

VOLTEGGIO e MINI TRAMPOLINO

- E' concessa una terza rincorsa, senza penalità, qualora la ginnasta non tocchi in nessun modo l'attrezzo (pedana, mini trampolino, tappetoni). Non verrà altresì autorizzata una quarta rincorsa.
- per i salti provenienti dalla rondana in pedana se non è presente la protezione (la 'C') il salto è NULLO

PARALLELE

- Entrata capovolta avanti: le gambe sono sempre tese.
- Tutti i programmi: l'uso dei paracalli é facoltativo.

TRAVE

- Pulcine: possono entrare in posizione di quadrupedia (entrata libera) e, senza rialzarsi, proseguire in quadrupedia per l'elemento "andatura in quadrupedia" se scelto. L'entrata deve comunque essere sempre fermata come in tutte le altre categorie.

CORPO LIBERO

- la penalità sulla musica sfumata sarà assegnata quando la stessa o è sfumata dall'insegnante o tagliata sfumandola in un punto qualsiasi del brano che non sia la fine. Se la musica termina, invece, con una sfumatura prevista dall'autore, non sarà assegnata nessuna penalità.
- capovolta avanti più spinta in verticale a gambe piegate: non è concesso scendere in capovolta avanti. Se la ginnasta scende in capovolta verrà considerata caduta e in tale senso penalizzata

TRAVE E CORPO LIBERO

- Quando nelle griglie è indicato rovesciamento, genericamente la verticale di passaggio va bene, ma il coniglietto e la verticale con una sola gamba non sono accettate; se invece nei gruppi strutturali appare l'esigenza del rovesciamento e nelle griglie ci sono il coniglietto o la verticale con una gamba, tali elementi possono in questo caso essere considerati rovesciamenti e soddisfare il gruppo strutturale.

TOP LEVEL VOLTEGGIO

- Non è previsto il punto di penalità per la terza rincorsa nel top level; rincorsa che viene concessa senza penalità come negli altri programmi, fermo restando che non deve essere toccato l'attrezzo.

AGGIORNAMENTI PROGRAMMA TECNICO GAF:

in **giallo** sono riportate le modifiche

PAG. 32 PARALLELE ASIMMETRICHE LUPETTE SUPER

- **Esercizio di libera ideazione con 6 elementi obbligatori differenti (punti 6.00)** scelti tra quelli proposti nella griglia.

PAG. 36 "CORPO LIBERO ALLIEVE SUPER" (3° elemento)

...
Enjambé con apertura minimo 160°
...

PAG. 46 VOLTEGGIO TOP LEVEL

- **NOTA PER IL PUNTEGGIO "D"** : qualora la ginnasta sbaglia la rincorsa senza aver toccato la pedana potrà ripetere il salto **con penalità di punti 1,00**.
In caso di salto nullo una terza rincorsa non verrà concessa.

PAG. 49 PARALLELE ASIMMETRICHE TOP LEVEL

CASELLA RIGA 4 VALORE 0,30:

- Slancio d. e posa piedi su staggio (**vale event. anche quella del fioretto**)

AGGIORNAMENTI LINEE GUIDA GAF:

in **giallo** sono riportate le modifiche

PAG. 5 ART. "CORPO LIBERO-specifiche" – punto 1

- l'uscita dalla pedana del corpo libero, è penalizzata pt. 0,10 ogni volta ma tutto ciò che viene effettuato fuori pedana sarà valutato e, in caso di elemento, riconosciuto; **(si applica a tutte le ginnaste che superano il limite dei 12mt alla striscia del corpo libero tranne che per le seguenti categorie: junior e senior large; ragazze; junior e senior super; tutte le categorie top level)**

AGGIORNAMENTI REGOLAMENTO:

in **giallo** sono riportate le modifiche

PAG. 6 ART. 8.3 "FINALE NAZIONALE"

- **qualora le ginnaste ammesse alla fase nazionale dovessero rinunciare alla partecipazione, si può procedere con i ripescaggi entro e non oltre le prime cinque fuori classifica.**
- **Se in una categoria le partecipanti non dovessero essere più di 5, saranno tutte ammesse al Campionato Nazionale.**

Roma, 10 febbraio 2016

La Commissione Tecnica Nazionale
di Ginnastica Artistica