

# **REGULAMENTO ESPECÍFICO**

**2024**

# **GINÁSTICA ARTÍSTICA**

**11 a 12 e 13 a 15 anos (feminino)**

## REGULAMENTO ESPECÍFICO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA

### Categoria – Infantil (11 e 12 anos)

**Artigo 1º** – A competição de ginástica artística feminina será realizada de acordo com as regras oficiais da Federação Internacional de Ginástica (FIG), adotadas pela Confederação Brasileira de Ginástica, salvo o estabelecido neste regulamento.

**Artigo 2º** – A competição será realizada para alunas- atletas, exclusivamente de 11 e 12 anos (nascidos em 2012 e 2013).

**Artigo 3º** – O Congresso Técnico, com os representantes das Unidades Escolares participantes, tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição.

§ 1º- O Congresso Técnico será realizado às **13hs30**, no dia e local da competição, com presença obrigatória de um representante da Unidade Escolar;

§ 2º- O início da competição será após o Congresso Técnico;

§ 3º- Será permitida a permanência, apenas, das(os) professoras(es) e das alunas, devidamente inscritas, na área de competição.

## PROGRAMA COMPETITIVO


### INFORMAÇÕES GERAIS


- Na competição as séries serão do programa obrigatório da Confederação Brasileira de Ginástica - CBG do Torneio Nacional, nível iniciante e intermediário. Exceto Salto Sobre a Mesa.
- A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
- O professor/técnico deverá informar aos árbitros o nível que a ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado.
- Quando a ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.
- Quando a ginasta acrescentar qualquer movimento existente no código de pontuação será penalizada em 0,50 p.
- Na competição, as partes das séries têm exercícios principais, e se estes não forem válidos por qualquer motivo, a ginasta perderá o valor total da parte.
- Na Paralela Assimétrica o professor/técnico deverá se manter ao lado da ginasta durante toda a apresentação. Caso não haja a permanência será penalizado 0,50 ponto na nota final (NF) .
- Na Trave de equilíbrio o professor/técnico deverá se manter ao lado da ginasta durante realização da saída. Caso não haja a permanência será penalizado 0,50 ponto na NF da ginasta.


## DOS APARELHOS


Configuração dos aparelhos	
Aparelhos	Medidas
Salto Sobre a Mesa	Mesa de salto 1,20m
Paralelas assimétricas	Oficial Colchão de 5 cm opcional na saída
Trave de Equilíbrio	125cm de altura Tempo máximo 1:30" min.
Solo	Oficial Tempo máximo 1'30" min.

### SALTO SOBRE A MESA


SALTO SOBRE A MESA			
Saltos obrigatórios			
Série 01			
	1,20m	Reversão (100)	1 salto
	Usar 2 (dois) trampolins	Nota D = 5,00 pontos Nota E = 8,00 pontos	Nota de partida – 13,00 pontos


Série 02			
	1,20m	Reversão (100)	1 salto
	01 trampolim	Nota D = 6,00 pontos Nota E = 8,00 pontos	Nota de partida – 14,00 pontos


Série 03			
	1,20m	Rodante (1.20)	1 salto
	01 trampolim	Nota D = 7,00 pontos Nota E = 8,00 pontos	Nota de partida – 15,00 pontos

Série 04			
	1,20m	Rodante Flic (1.40)	1 salto
	01 trampolim	Nota D = 8,00 pontos Nota E = 8,00 pontos	Nota de partida – 16,00 pontos


### PARALELAS ASSIMÉTRICAS


Série 01			
	Nota de partida – 13,00 pontos		Valor de Dificuldade – 5,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1.	Iniciando sobre o trampolim sem o apoio das mãos na barra, salto com pernas unidas e estendidas, alongamento do corpo todo à frente e volta à posição inicial soltando atrás.	0,50 ponto
	2.	Oitava ao apoio facial	0,50 ponto
	3	Impulso para trás com pernas unidas na horizontal	0,50 ponto
4	Giro de quadril para trás (2.105)	1,00 pontos	

	5	Subida grupada ao apoio dos pés com simultâneo impulso à suspensão na BS	1,00 pontos
	6	Balanço a frente-balanço atrás	0,50 pontos
	7	Balanço a frente-balanço atrás	0,50 pontos
	8	Balanço a frente e solta atrás, entre as barras	0,50 pontos

Série 02			
	Nota de partida – 14,00 pontos		Valor de Dificuldade – 6,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Kipe ao apoio facial BI (1.101) ou Oitava ao apoio facial	1,00 ponto 0,30 ponto
	2	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas	0,50 ponto
	3	Giro de quadril para trás (2.105)	0,30 ponto
	4	Subida grupada ao apoio dos pés com simultâneo impulso à suspensão na BS	1,00 ponto
	5	Kipe BS (1.104) Oitavão BS	1,00 ponto 0,30 ponto
	6	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas	0,50 ponto
	7	½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão)	1,00 ponto
	8	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	(0,50+0,20) 0,70 ponto

**Obs.:** Impulsos para trás do item 8, se não atingir a altura mínima, perderá somente de execução.

Série 03			
	Nota de partida – 15,00 pontos		Valor de Dificuldade – 7,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1,00 ponto
	2	Impulso para trás acima da horizontal com pernas unidas.	0,50 ponto
	3	Giro Facial Livre para trás + kipe	(1,0+0,50) 1,50 ponto
	4	Subida grupada ao apoio dos pés com simultâneo impulso à suspensão na BS	0,50 ponto
	5	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	1,00 ponto
	6	Impulso para trás acima da horizontal com pernas unidas + oitavão	1,00 ponto
	7	Impulso para trás acima da horizontal com pernas unidas.	0,50 ponto
	8	Saída de Mortal para trás (6.104)	1,00 ponto


Série 04			
	Nota de partida – 16,00 pontos		Valor de Dificuldade – 8,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Kipe ao apoio facial BI (1.101) Impulso para trás (na horizontal) 90° com pernas unidas+kipe (1.101)	0,90 ponto
	2	Impulso para trás 45° com pernas unidas. ou afastadas	0,80 ponto
3	Giro Facial Livre para trás na horizontal + kipe	(1,0+0,50) 1,50 pontos	

4	Subida grupada ao apoio dos pés com simultâneo impulso à suspensão na BS	0,50 ponto
5	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0,50 ponto
6	Impulso para trás 45° com pernas unidas ou afastadas	0,80 ponto
7	Giro Gigante para trás (3.201)	2,00 pontos
8	Saída de Mortal para trás (6.104)	1,00 ponto


**Obs.:** Caso o impulso para trás ou o giro facial livre não atinjam a altura mínima exigida, perderão somente em execução. Itens 2, 3 e 6.


## TRAVE DE EQUILÍBRIO


### Série 01


	Nota de partida – 13,00 pontos		Valor de Dificuldade – 5,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Entrada livre (exceto passagem da perna sobre a trave a posição cavalgada) + elemento ou parte coreográfica próximo a trave	Sem valor
	2	Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2" sobre um dos pés na ½ Ponta, perna livre na posição de passé - unir os pés em 3ª posição de ballet e giro de 180° sobre os dois pés com joelhos estendidos	1,00 ponto
	3	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102)	1,00 ponto
	4	Parada de mãos 1" (4.103)	1,00 ponto
	5	Leap: Salto Tesoura (2.110)	0,50 ponto
	6	Jump: Salto Grupado	1,00 ponto
7	Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendido na ponta da trave (Preparação para o mortal de frente)	0,50 ponto	


### Série 02


	Nota de partida – 14,00 pontos		Valor de Dificuldade – 6,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Entrada esquadro posição livre + elemento ou parte coreográfica próximo a trave	0,50 ponto
	2	Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de passé	0,50 ponto
	3	Reversão lenta para trás (4.109)	1,00 ponto
	4	Estrela/Roda (4.107)	1,00 ponto
	5	Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (180°) – 2.101	1,00 ponto
	6	Jump: Salto em grande afastamento anterior posterior das pernas/Sissone (2.108)	1,00 ponto
7	Saída: Mortal para frente grupado (6.102)	1,00 ponto	

Série 03			
	Nota de partida – 15,00 pontos		Valor de Dificuldade – 7,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Entrada esquadro posição livre + elemento ou parte coreográfica próximo a trave	0,50 ponto
	2	Giro de 360° sobre um dos pés-perna livre na posição de passé	0,50 ponto
	3	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109) ou reversão lenta para frente (4.108)	1,50 pontos
	4	Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1,50 pontos
	5	Ligação de dança: Leap: - 2 Saltos iguais em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)	1,00 ponto
	6	Jump: Salto em grande afastamento anterior posterior das pernas/ Sissone (2.108)	1,00 ponto
	7	Saída: Acrobático no mínimo A (diferente dos demais) + Salto estendido para trás	1,00 ponto

Série 04			
	Nota de partida – 16,00 pontos		Valor de Dificuldade – 8,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos
	Parte	Elemento	Valor
	1	Entrada livre mínimo “A” do CP	0,50 ponto
	2	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	1,00 ponto
	3	Sequência Acrobática: Reversão lenta para trás (4.109) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1,50 pontos
	4	Equilíbrio facial: - Avião 2” (4.102) + reversão lenta para frente (4.108)	1,00 ponto
	5	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101) + salto leap, Jump ou hop	1,00 ponto
	6	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas -180° (Salto longo com troca de pernas (2.305))	1,50 pontos
	7	Saída: Acrobático no mínimo A (diferente dos demais) + mortal de costas grupado (6.104)	1,50 pontos

<b>SOLO</b>			
<b>Série 01</b>			
	Nota de partida – 13,00 pontos	Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Execução – 8,00 pontos.	
	Parte	Elemento	Valor
	1	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1,00 ponto
	2	Reversão para frente com aterrissagem alternada (3.105) + Reversão para frente com aterrissagem alternada (3.105)	1,00 ponto
	3	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (1.101 + 1.101)	0,80 ponto
	4	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0,20 ponto
	5	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0,50 ponto
	6	Reversão sem mãos (4.103) ou Estrela sem mãos (4.104)	0,50 ponto
7	Mortal para frente grupado (4.101)	1,00 ponto	

<b>Série 02</b>			
	Nota de partida – 14,00 pontos	Valor de Dificuldade – 6,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos	
	Parte	Elemento	Valor
	1	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), Flic Flac (3.107) + salto estendido	1,20 pontos
	2	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0,50 ponto
	3	Passagem de dança 2 Saltos diferentes: Salto longo com afastamento anteroposterior das pernas 180° (1.101) + chassê + Hop: Salto Fouetté com recepção em uma perna (1.112)	1,00 ponto
	4	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0,20 ponto
	5	Mortal para frente grupado (4.101)	0,70 ponto
	6	Reversão para frente com aterrissagem alternada (3.105) + Reversão para frente com aterrissagem com as pernas unidas (3.105)	1,00 ponto
7	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1,40 pontos	

<b>Série 03</b>			
	Nota de partida – 15,00 pontos	Valor de Dificuldade – 7,00 pontos Valor de Execução – 8,00 pontos	
	Parte	Elemento	Valor
	1	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1,00 ponto
	2	Jump: Sequência 02 Saltos iguais com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107) ou (1.109)	1,00 ponto
3	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas (180°) - Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	1,00 ponto	



4	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	1,00 ponto
5	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1,00 ponto
6	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	1,00 ponto
7	Hop: Salto Fouetté com recepção em uma perna (1.112)	1,00 ponto

Série 04		
	Nota de partida – 16,00 pontos	Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Execução – 8,00 pontos
Parte	Elemento	Valor
1	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido (5.101)	1,50 pontos
2	Jump: Sequência 02 Saltos diferentes com grande afastamento: 1° - (1.107) afastamento lateral e 2° (1.109) afastamento anteroposterior	1,20 pontos
3	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas (180°) - Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	1,00 ponto
4	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0,80 pontos
5	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + mortal para trás grupado (5.101)	1,00 ponto
6	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal para frente estendido (4.202)	1,50 pontos
7	Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1,00 ponto

#### Artigo 04° – UNIFORMES

A aluna/atleta deverá comparecer ao local de competição devidamente uniformizada, conforme as regras da modalidade. Não será exigido emblema ou malha/collant. Caso tenha alguma identificação que seja, apenas, da escola que a ginasta está representando e/ou estuda.

#### Artigo 05° – A ARBITRAGEM

- I. A banca de arbitragem poderá ser reduzida.
- II. A convocação da arbitragem é da responsabilidade da Federação de Ginástica do Piauí - FEGINPI.

#### Artigo 06° – PREMIAÇÃO

<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Somatório das notas obtidas nos 4 (quatro) aparelhos na competição individual geral	Medalhas de 1°, 2° e 3° lugar
-------------------------	---	-------------------------------

Observação: **NÃO** será permitido o uso de bandeira de clubes ou associações, durante a premiação.



## DISPOSIÇÕES GERAIS

**Artigo 07º.** Toda e qualquer solicitação de substituição de atletas inscritos na competição e categorias deverá obedecer ao Regulamento Geral.

Parágrafo único: São proibidas substituições após a reunião técnica, somente exclusões.

**Artigo 08º.** Nas hipóteses de conflito entre o Regulamento Geral e este Regulamento Específico, prevalecerá o Regulamento Específico da modalidade.

**Artigo 09º.** Casos omissos e situações excepcionais de caráter técnico serão decididas pelo Comitê Organizador dos Jogos Escolares Piauienses 2024, com o suporte do supervisor da respectiva modalidade.

## REGULAMENTO ESPECÍFICO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA

### Categoria – Juvenil (13 e 15 anos)

**Artigo 1º** – A competição de ginástica artística feminina será realizada de acordo com as regras oficiais da Federação Internacional de Ginástica (FIG), adotadas pela Confederação Brasileira de Ginástica, salvo o estabelecido neste regulamento.

**Artigo 2º** – A competição será realizada para alunas- atletas, exclusivamente de 13 a 15 anos (nascidos em 2009, 2010 e 2011).

**Artigo 3º** – O Congresso Técnico, com os representantes das Unidades Escolares participantes, tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição.

§ 1º- O Congresso Técnico será realizado às **13hs30**, no dia e local da competição, com presença obrigatória de um representante da Unidade Escolar;

§ 2º- O início da competição será após o Congresso Técnico;

§ 3º- Será permitida a permanência, apenas, das(os) professoras(es) e das alunas, devidamente inscritas, na área de competição.


### PROGRAMA COMPETITIVO

- Séries obrigatórias do Programa Nacional Obrigatório nas Paralelas Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo. Salto sobre a mesa - livre conforme regra do PN para Juvenil
- A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
- O treinador(a) deverá informar aos árbitros o nível que a ginasta irá executar através de um formulário assinado.
- Quando a ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p.+ o valor da parte.
- Quando a ginasta acrescentar qualquer movimento existente no código de pontuação será penalizada em 0,50 p.
- Todas as informações estão descritas no programa específico.
- Penalizações de acordo com caderno de deduções da CBG e CP da FIG

### CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS


Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Salto	FIG	FIG (opcional colchão extra de 5cm)
Paralelas Assimétricas		FIG (opcional colchão extra de 5cm)
Trave de Equilíbrio		FIG (opcional colchão extra de 5cm )
Solo		FIG


### SALTO SOBRE A MESA

	Altura da Mesa: 1,25 m	2 Saltos Diferentes	NF = Médiados dois saltos
			Nota D = Código de Pontuação
 <p>BONIFICAÇÕES OBS: Somente serão atribuídas sem queda</p>		1-Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 180 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.10p na média final</u>	
		2-Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 360 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.20p na média final</u>	
		3-Saltos de grupos diferentes ambos com mortal. E mortais de diferentes direções (frente e trás) <u>+0.20p na média final</u>	
		4-Saltos de grupos diferentes, sendo um com no mínimo 360 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.30p na média final</u>	
		5-Salto com mortal Cravado <u>+0.10p no salto executado.</u>	


### PARALELAS ASSIMÉTRICAS


#### Nível 1

	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.00p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	3.	Giro de quadril para trás (2.105)	0.30p
	4.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.30p
	5.	A partir do impulso à suspensão para BS, ½ giro gigante para trás ao apoio facial (oitavão)	0.30p
	6.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	7.	Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	0.30p


Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	3.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas+ Giro Facial Livre paratrás	0.50p
	4.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	5.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.40p
	6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.40p
	7.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.30p
	8.	½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão)	0.40p
	9.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + saída de Mortal paratrás (6.104)	(0,30+0,50) 0,80p

**OBS: Impulsos para trás dos itens 2, 3 e 9 se não atingirem a altura mínima perderão somente em execução.**

Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas.	0.60p
	3.	Giro Facial Livre para trás a 90°+ kipe ao apoio facial (1.101)	0.70p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás grupado impulso à suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	7.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	8.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p


Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	3.	Giro de sola para trás carpado (5.108) /sem tirar o pé da barra	0.80p
	4.	Giro de sola para trás grupado ou carpado impulso a suspensão para BS	0.40p

6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
7.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas	0.60p
8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
9.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
10.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p

Nível 5			
	N	<b>Nota D: 7.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 15 pontos</b>
	o	<b>Nota E: 8.00 pontos</b>	
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas(2.201)	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) no mínimo a 45° (de 45° à vertical) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	(0.90+0.30)1,20p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás carpado(5.108) e impulso a suspensão para BS	0.70p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas(2.201)	0.80p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 45° (de 45° à vertical)	0,90p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
9.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p	


OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.

**OBS1: Impulsos para trás do item 4 se não atingir a altura mínima perderá somenteem execução.**


Nível 6			
		<b>Nota D: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 16 pontos</b>
		<b>Nota E: 8.00 pontos</b>	
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.20p
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra no mínimo a 30° (de 30° à vertical) (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	(0.70+0.20)0.90p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 45° (de 45° à vertical) +Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.20p
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 30° (de 30° à vertical)	0.70p	


8.	<b>Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30°</b> (de 30° à vertical) a <b>tomada dorsal</b>	1.00p
9.	<b>Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30°</b> (de 30° à vertical) <b>atomada dorsal</b>	1.00p
10.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
11.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	0.90p

**OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe**

Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.20p
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2,101)	0.60p
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.20p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 30° (de 30° à vertical) + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.50p
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.60p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3 no mínimo a 30° (de 30° à vertical)	0,70p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	0,70p
	9.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	1.50p
	10	Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas e ½ giro no EL (3.206)	1.50p
11	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p	

**OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe**


Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) <b>(2.201) ou afastadas (2,101)</b>	1.00p
	2.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) <b>ou afastadas (2.101)</b>	1.00p
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Giro desolapara trás carpado (5.108) * e impulso a suspensão na BS	1,50p
4.	Kipe ao apoio facial BS (1.104) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) <b>ou afastadas (2.101)</b>	1.00p	

	5.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, a parada de mãos	1.00p
	6.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	1.50p
	7.	Giro gigante para frente com pernas unidas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas e ½ giro no EL (3.206)	2.00p
	8.	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1,00p


- Caso seja inserido um kipe no item3 – dedução neutra de 0,50 – inclusão de elemento.
- **Obs: Se for executado impulso a PM (2.201) nos itens (1, 2 e 4), aginasta receberá umabonificação de +0,20 na ND.**

## TRAVE DE EQUILÍBRIO

### Nível 1


	Nº	<b>Nota D: 3.00 pontos</b> <b>Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 11 pontos</b>
	1.	Entrada livre (menos passagem de perna sobre a trave)	Sem valor
	2.	Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2” sobre um dos pés na ½ ponta-perna livre na posição de Passé - unir os pés em 3ª posição deballet e giro de 180° sobre os dois pés com joelhos estendidos	0.60p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião: (4.102) 2”	0.60p
	4.	Parada de mãos 1” (4.103) (É necessário unir as pernas na linha verticalângulo mínimo aceitável 45° até vertical)	0.60p
	5.	Jump: Salto Grupado	0.60p
	6.	Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendidona ponta da trave (Preparação para o mortal de frente)	0.60p

### Nível 2


	Nº	<b>Nota D: 4.00 pontos</b> <b>Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 12 pontos</b>
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posiçãolongitudinal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés	0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de Passé-finalizar com os dois pés em ½ ponta sustentando 2”	0.50p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião 2” (4.102) + Parada de mãos 1” (4.103) (emafastamento anteroposterior de pernas 180°)	0.60p
	4.	Estrela/Roda (4.107)	0.60p
	5.	Leap:- Salto galope (2.110)	0.40p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas(2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou salto Wolf (2.112)	0.70p
	7.	Saída: Mortal para frente grupado (6.102)	0.70p




**Nível 3**

		<b>Nº</b>	<b>Nota D: 5.00 pontos</b> <b>Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 14 pontos</b>
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição transversal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés		0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés + giro de 180° sobre os dois pés		0.80p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109)		0.80p
	4.	Equilíbrio facial: - Avião 2'' (4.102) + Parada de mãos (4.103) (em afastamento anteroposterior de pernas 180°) 2''		0.80p
	5.	Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)		0.80p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) /lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)		0.50p
	7.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + salto salto estendido.		0.80p


**Nível 4**

		<b>Nº</b>	<b>Nota D: 6.00 pontos</b> <b>Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 14 pontos</b>
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) Obs.: não é necessário manter 2''		1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)		0.50p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109) Iniciar e finalizar com perna livre a 90°		0.60p
	4.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos em grande afastamento anteroposterior das pernas iguais 180° (2.101)		0.80p
	5.	Flic Flac (5.204) ou (5.202)		1.00p
	6.	Reversão Lenta para frente/Ponte para frente (4.108) Passagem pelo		0.70p
		Arabesque no início é opcional		
	7.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou salto Wolf (2.112)		0.50p
8.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + mortal de costas grupado (6.104)		0.90p	

### Nível 5


Nível 5			
	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força 2 <sup>ª</sup> , com finalização livre(1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: <b>Iniciando com perna livre a 90°</b> Ponte para trás (na parada de mãos mostrar grande afastamentoanteriorposterior das pernas 2 <sup>ª</sup> ) (4.109) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2 <sup>ª</sup> (4.102) + Ponte para frente (4.108)	0.50p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteriorposterior das pernas180° (2.101) +Jump: Salto em grande afastamento anteriorposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou ou salto Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteriorposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305)	1.00p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas grupado (6.104)	1.50p


### Nível 6


Nível 6			
	Nº	Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2 <sup>ª</sup> ,com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	2.00p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2 <sup>ª</sup> (4.102) + parada de mãos em grande afastamentoanteriorposterior das pernas 2 <sup>ª</sup> (4.103) + ponte para frente (4.108) - Não é necessário finalizar com sustentação da perna.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteriorposterior das pernas180° (2.101) + Jump: Salto em grande afastamento anteriorposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteriorposterior das pernas -180°- Saltolongo com troca de pernas (2.305)	1.00p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p

### Nível 7


Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima:17 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2 <sup>ª</sup> , com finalização livre (1.210) (posição longitudinal ao aparelho)	1.50p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p

	3.	Sequência Acrobática: Parada de mãos 2'' (4.103) posição de pernas livre + Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2'' (4.102) + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2'' (4.103) + ponte para frente (4.108) finalizar com perna na horizontal 1' no mínimo.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° - Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101). OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	1.50p
	6.	Um salto Jump com início e fim na posição transversal ao aparelho.	1.00p
	7.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com envolvimento de todas as partes do corpo	0.50p
	8.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p

Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado, elevação à parada de mãos na força 2'' + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2'' (4.103) + ponte para frente finalizar com perna livre a 90° 2'' no mínimo. (4.108), posição longitudinal ao aparelho.	2.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Iniciando com perna livre a 90° 2'' Ponte para trás (4.109) + Flic Flac (5.204) + Flic Flac (5.202 ou 5.204)	2.50p
	4.	Ligação de dança: Leap: Dois saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas -180° - Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101). OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	1.50p
	5.	Um salto Jump com grande afastamento anteroposterior ou lateral de pernas com início e fim na posição transversal ao aparelho.	1.50p
	6.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com movimentos variados	0.50p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p


SOLO			
Nível 1			
	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	0.80p
	2.	Mortal para frente grupado (4.101)	0.50p
	3.	Reversão para frente com aterrissagem alternados Pés (3.105)	0.50p
	4.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas (1.101)	0.40p
	5.	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0.40p
	6.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p

**Nível 2**


Nº		Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1.00p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105) + reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + salto estendido	0.60p
	3.	Estrela sem mãos (4.104)	0.60p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (1.101 + 1.101)	0.50p
	5.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p
	6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas(1.107/1.109)	0.40p
	7.	Mortal para frente grupado (4.101)	0.50p

OBS: Poderão ser ligados os itens 2 e 7

**Nível 3**

Nº		Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + saltoestendido	1,00p
	2.	Giro mínimo 360° sobre um pé	0.40p
	3.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	0,90p
	4.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.40p
	5.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	0.80p
	6.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1,50p

**Nível 4**

Nº		Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente(3.105) + salto estendido	1.20p
	3.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac(3.107) + Salto estendido	0.80p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas(1.205) + salto longo (1.101)	0.50p
	5.	Giro mínimo 360° sobre um pé	0.60p
	6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas(1.107/1.109)	0.60p

7.	Hop: Salto Fouetté com recepção em arabesque, perna livre nahorizontal,não é necessário parar no arabesque (1.112)	0.80p
----	--	-------

### Nível 5


Nível 5		
Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado abrindo(5.101)	1,50p
2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	1,20p
3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic Flac (3.107) + Saltoestendido	1.50p
4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, sendo um com grande afastamento Anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto livre com valor mínimo B	0.60p
5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180°de giro (1.207)	0.60p
7.	Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.00p


### Nível 6

Nível 6		
Nº	Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido (5.101)	1.50p
2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupadopara frente (4.101) + mortal grupado para frente (4.101)	1.50p
3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado(5.101)	2.00p
4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior daspernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.60p
5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180°de giro (1.207)	0.80p

### Nível 7

Nível 7		
Nº	Nota D: 9.00 ponto Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com ½ giro(5.201)	2.00p
2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortalestendido para frente (4.202) + mortal grupado para frente (4.101)	2.50p
3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + saltoestendido	2.00p

	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.50p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p

Nível 8			
	Nº	<b>Nota D: 10.00 pontos</b> <b>Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 18 pontos</b>
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com 360° giro (5.201)	2.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal estendido para frente (4.202)	2.00p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101)	2.50p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, ambos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180°. Um deles com valor mínimo C.	2.00p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Gump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p

#### **Artigo 4º – UNIFORMES**

A aluna/atleta deverá comparecer ao local de competição devidamente uniformizada, conforme as regras da modalidade. Não será exigido emblema ou malha/collant. Caso tenha alguma identificação que seja, apenas, da escola que a ginasta está representando e/ou estuda.

#### **Artigo 5º – A ARBITRAGEM**

- III. A banca de arbitragem poderá ser reduzida.
- IV. A convocação da arbitragem é da responsabilidade da Federação de Ginástica do Piauí - FEGINPI.

## **Artigo 6º – PREMIAÇÃO**

<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Somatório das notas obtidas nos 4 (quatro) aparelhos na competição individual geral	Medalhas de 1º, 2º e 3º lugar
-------------------------	---	-------------------------------

**Observação: NÃO será permitido o uso de bandeira de clubes ou associações, durante a premiação.**

## **DISPOSIÇÕES GERAIS**

**Artigo 07º.** Toda e qualquer solicitação de substituição de atletas inscritos na competição e categorias deverá obedecer ao Regulamento Geral.

Parágrafo único: São proibidas substituições após a reunião técnica, somente exclusões.

**Artigo 08º** Nas hipóteses de conflito entre o Regulamento Geral e este Regulamento Específico, prevalecerá o Regulamento Específico da modalidade.

**Artigo 09º** Casos omissos e situações excepcionais de caráter técnico serão decididas pelo Comitê Organizador dos Jogos Escolares Piauienses 2024, com o suporte do supervisor da respectiva modalidade.