

# Ginnastica Ritmica

TORNEO NAZIONALE U.I.S.P.



POLISPORTIVA PONTEVECCHIO

Bologna, 1 Novembre 2018



## TORNEO NAZIONALE di rappresentativa RHYTHMIC GAMES

<p><b>Programma tecnico</b></p>	<p><i>Rappresentativa societaria (ogni società può presentare più di una rappresentativa) riservato alle ginnaste di 1a - 2a - 3a – 4a e 5a cat.</i></p> <p><i>Le rappresentative societarie devono presentare un esercizio per ogni attrezzo:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div> <p><i>Ogni ginnasta può eseguire al massimo 2 esercizi su attrezzi diversi.</i></p> <p><i>Le ginnaste ESORDIENTI <b>possono</b> presentare oltre al CORPO LIBERO anche un attrezzo</i></p> <p><i>Le ginnaste ALLIEVE <b>possono</b> presentare oltre al CORPO LIBERO anche un attrezzo</i></p> <p><i>Le ginnaste JUNIOR <b>possono</b> presentare oltre al CORPO LIBERO anche un attrezzo</i></p> <p><i>Le ginnaste SENIOR <b>non</b> possono presentare l'esercizio al CORPO LIBERO</i></p>
<p><b>Numero delle ginnaste</b></p>	<p>Minimo 4    max 6</p>
<p><b>Età delle ginnaste</b></p>	<p><i>8 anni e successivi (ovvero nate negli anni 10 e precedenti)</i></p> <p><i>GINNASTE ESORDIENTI: anni di nascita 2010/09/08</i></p> <p><i>GINNASTE ALLIEVE: anni di nascita 2007/2006</i></p> <p><i>GINNASTE JUNIOR: anni di nascita 2005/2004/2003/</i></p> <p><i>GINNASTE SENIOR: anni di nascita 2002 e precedenti</i></p>

<p><b>Classifica</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>di rappresentativa</i> (data dalla somma dei punteggi come di seguito indicato)</li> </ul> <p><i>Esempio:</i> Una rappresentativa è composta da: n. 1 ginnasta di 2° cat. + n. 1 ginnasta di 3° cat. + n. 1 ginnasta di 4° cat. + n. 1 ginnasta di 5° cat. Tale rappresentativa parteciperà alla classifica RAPPRESENTATIVA per le ginnaste di 4a e 5a cat. e con la ginnasta di 2a e con quella di 3a potrà partecipare anche alle classifiche INDIVIDUALI per attrezzo</p> <p>Verranno stilate due classifiche di RAPPRESENTATIVA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- una riservata alle rappresentative composte solo da ginnaste di 2a e 3a cat.</li> <li>- una riservata alle rappresentative che presentano anche solo una ginnasta di 4a/5a cat. all'interno della rappresentativa.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>individuale</i> un numero di ginnaste pari al 50% delle rappresentative partecipanti -fino alla concorrenza massima di n. 5 ginnaste - disputeranno la finale per attrezzo – esempio: se le rappresentative partecipanti sono 5, accederanno alla finale le prime 3 ginnaste –arrotondato per eccesso- classificate per attrezzo; se le rappresentative partecipanti sono 12 accederanno alla finale le prime 5 ginnaste classificate per attrezzo. Ogni ginnasta potrà partecipare ad una sola finale ove avrà ottenuto il punteggio più alto. Nel caso di ammissione a due o più attrezzi si valuterà l'ammissione all 'attrezzo con punteggio maggiore. Nel caso di parità di punteggio tra due o più attrezzi si valuterà l'ammissione all'attrezzo con esecuzione migliore. Le ginnaste di 2a e 3a cat. facenti parte delle rappresentative di 4a/5° possono concorrere a partecipare alla finale per attrezzo</li> </ul> <p>Sono escluse dalle finali per attrezzo le ginnaste di 4a e 5a cat.</p>
<p><b>Jolly</b></p>	<p>Ogni rappresentativa dovrà giocare il <b>JOLLY</b> su di un attrezzo a scelta dei 6 proposti.</p> <p>Il <b>JOLLY</b> raddoppierà il punteggio ottenuto a quell'attrezzo.</p> <p>Si potrà giocare UN SOLO JOLLY per ogni rappresentativa.</p> <p>La dichiarazione dell'attrezzo JOLLY dovrà essere fatta prima dell'inizio della competizione.</p> <p>Nella finale per attrezzo non viene giocato il JOLLY.</p>
<p><b>Tesseramento</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2018-2019</li> </ul>
<p><b>Passaggi di categoria</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2019, minimo nella 2a cat.</li> </ul>
<p><b>Iscrizioni</b></p>	<p>Le iscrizioni dovranno tassativamente riportare</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- categoria della ginnasta</li> <li>- attrezzi della ginnasta</li> <li>- rappresentativa di appartenenza</li> </ul> <p>In caso di mancanza di queste informazioni la rappresentativa verrà considerata come rappresentativa di 4a/5a cat. e le ginnaste non potranno partecipare alla finale per attrezzo</p>

## **CORPO LIBERO**

### **difficoltà aperte**

#### **BD**

- Minimo 3 max 6 difficoltà di più alto valore – 0,10 e oltre

#### **GC**

- Minimo 1 max 2 SALTII
- Minimo 1 max 2 EQUILIBRI
- Minimo 1 max 2 ROTAZIONI

#### **S**

- Minimo 2 serie di passi ritmici (minimo 6"/8")

## **ATTREZZI**

### **difficoltà p. 7.00**

#### **BD**

- Minimo 3 max 9 difficoltà di più alto valore – 0,10 e oltre

#### **GC**

- Minimo 1 SALTO
- Minimo 1 EQUILIBRIO
- Minimo 1 ROTAZIONE

#### **S**

- Minimo 1 serie di passi ritmici (minimo 6"/8")

#### **R**

- Minimo 1 RISCHIO come da c.d.p.

#### **AD**

- Minimo 1  
Come da c.d.p. 0,20/0,30/0,40

**ESECUZIONE** max punti 20.00 (per deduzione)  
Secondo C.d.P. 2017/2020

**FALLI ARTISTICI**

**FALLI TECNICI**

L'ordine di lavoro verrà stilato per rappresentativa

Al termine si assegneranno dei punti a seconda del risultato ottenuto e del numero delle squadre partecipanti.

ESEMPIO su 10 squadre

1°	classificata	=	10 punti
2°	classificata	=	9 punti
3°	classificata	=	8 punti
4°	classificata	=	7 punti
5°	classificata	=	6 punti
6°	classificata	=	5 punti
7°	classificata	=	4 punti
8°	classificata	=	3 punti
9°	classificata	=	2 punti
10°	classificata	=	1 punto

ESEMPIO SU 10 SQUADRE

	<b>CORPO LIBERO</b>	<b>FUNE</b>	<b>CERCHIO</b>	<b>PALLA</b>	<b>CLAVETTE</b>	<b>NASTRO</b>	<b><u>TOTALE PUNTI</u></b>	<b><u>CLASSIFICA</u></b>
<b>squadra A</b>	1a class. = 10 punti	3a class. = 8 punti	3a class. = 8 punti	9a class. = 2 punti	8a class. = 3 punti	4a class. = 7 punti	38 punti	3a
<b>squadra B</b>	5a class. = 6 punti	5a class. = 6 punti	9a class. = 2 punti	3a class. = 8 punti	10a class. = 1 punto	6a class. = 5 punti	28 punti	9a
<b>squadra C</b>	2a class. = 9 punti	1a class. = 10 punti	7a class. = 4 punti	5a class. = 6 punti	3a class. = 8 punti	1a class. = 10 punti	47 punti	1a
<b>squadra D</b>	8a class. = 3 punti	7a class. = 4 punti	4a class. = 7 punti	1a class. = 10 punti	9a class. = 2 punti	5a class. = 6 punti	32 punti	5a
<b>squadra E</b>	10a class. = 1 punto	2a class. = 9 punti	6a class. = 5 punti	7a class. = 4 punti	7a class. = 4 punti	2a class. = 9 punti	32 punti	5a
<b>squadra F</b>	3a class. = 8 punti	9a class. = 2 punti	1a class. = 10 punti	2a class. = 9 punti	4a class. = 7 punti	8a class. = 3 punti	39 punti	2a
<b>squadra G</b>	9a class. = 2 punti	6a class. = 5 punti	5a class. = 6 punti	6a class. = 5 punti	1a class. = 10 punti	10a class. = 1 punto	29 punti	7a
<b>squadra H</b>	7a class. = 4 punti	8a class. = 3 punti	2a class. = 9 punti	8a class. = 3 punti	5a class. = 6 punti	3a class. = 8 punti	27 punti	4a
<b>squadra I</b>	4a class. = 7 punti	10a class. = 1 punto	8a class. = 3 punti	10a class. = 1 punto	2a class. = 9 punti	9a class. = 2 punti	23 punti	10a
<b>squadra L</b>	6a class. = 5 punti	4a class. = 7 punti	10a class. = 1 punto	4a class. = 7 punti	6a class. = 5 punti	7a class. = 4 punti	29 punti	7a

# TORNEO NAZIONALE collettivo ESORDIENTI RHYTHMIC GAMES

<b>Programma tecnico</b>	Esercizio da 3 a 6 ginnate a <b>CORPO LIBERO</b>
<b>Età delle ginnaste</b>	8-9-10 (ovvero nate negli anni 10-09-08), 8 anni già compiuti al momento della gara
<b>Ammissioni</b>	Non sono ammesse le ginnaste di 1a e 2a cat.
<b>Musica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durata: 1'15"-1'30"</li> <li>• L'esercizio può essere accompagnato da musiche e parole di senso compiuto</li> <li>• Altre specifiche secondo C.d.P.</li> </ul>
<b>Classifica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• di SQUADRA</li> </ul>
<b>Tesseramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2018/19</li> </ul>
<b>Passaggi di categoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2019, minimo nella 2a cat.</li> </ul>

## DIFFICOLTA' punti 3,50

### BD

- Minimo 3 max 6 difficoltà senza limiti 0,10 e oltre

### GC

- Minimo 1 max 2 SALTII
- Minimo 1 max 2 EQUILIBRI
- Minimo 1 max 2 ROTAZIONI

### S

- Minimo 2 serie di passi ritmici (minimo 6"/8")

### C

Minimo 3 collaborazioni

0,10 = collaborazioni semplici

0,20 = collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti

0,30 = collaborazioni con superamenti con rovesciamento

0,40 = collaborazioni con salto e rovesciamento

**ESECUZIONE max punti 20.00 (per deduzione)**  
**Secondo C.d.P. 2017/2020**

**FALLI ARTISTICI**

**FALLI TECNICI**

# TORNEO NAZIONALE collettivo ALLIEVE RHYTHMIC GAMES

<b>Programma tecnico</b>	Esercizio da 3 a 6 ginnate a <b>CORPO LIBERO</b>
<b>Età delle ginnaste</b>	8-9-10-11-12 (ovvero nate negli anni 10-09-08-07-06), 8 anni già compiuti al momento della gara
<b>Ammissioni</b>	Non sono ammesse le ginnaste di 1a e 2a cat.
<b>Musica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durata: 1'15"-1'30"</li> <li>• L'esercizio può essere accompagnato da musiche e parole di senso compiuto</li> <li>• Altre specifiche secondo C.d.P.</li> </ul>
<b>Classifica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• di SQUADRA</li> </ul>
<b>Tesseramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2018/19</li> </ul>
<b>Passaggi di categoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2019, minimo nella 2a cat.</li> </ul>

## DIFFICOLTA' punti 5,00

### BD

- Minimo 3 max 6 difficoltà senza limiti 0,10 e oltre

### GC

- Minimo 1 max 2 SALTI
- Minimo 1 max 2 EQUILIBRI
- Minimo 1 max 2 ROTAZIONI

### S

- Minimo 2 serie di passi ritmici (minimo 6"/8")

### C

Minimo 3 collaborazioni

0,10 = collaborazioni semplici

0,20 = collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti

0,30 = collaborazioni con superamenti con rovesciamento

0,40 = collaborazioni con salto e rovesciamento

**ESECUZIONE max punti 20.00 (per deduzione)**  
**Secondo C.d.P. 2017/2020**

**FALLI ARTISTICI**

**FALLI TECNICI**

# TORNEO NAZIONALE collettivo JUNIOR/SENIOR RHYTHMIC GAMES

<b>Programma tecnico</b>	<i>Esercizio da 3 a 6 ginnate a <b>CORPO LIBERO</b></i>
<b>Età delle ginnaste</b>	<i>13 e successivi (ovvero nate negli anni 2005 e precedenti), 8 anni già compiuti al momento della gara</i>
<b>Ammissioni</b>	<i>Non sono ammesse le ginnaste di 1a e 2a cat.</i>
<b>Musica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Durata: 1'15"-1'30"</i></li> <li>• <i>L'esercizio può essere accompagnato da musiche e parole di senso compiuto</i></li> <li>• <i>Altre specifiche secondo C.d.P.</i></li> </ul>
<b>Classifica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>di SQUADRA</i></li> </ul>
<b>Tesseramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2018/19</i></li> </ul>
<b>Passaggi di categoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2019, minimo nella 2a cat.</i></li> </ul>

## DIFFICOLTA' punti 6,00

### BD

- Minimo 4 max 7 difficoltà senza limiti 0,10 e oltre

### GC

- Minimo 1 max 3 SALTI
- Minimo 1 max 3 EQUILIBRI
- Minimo 1 max 3 ROTAZIONI

### S

- Minimo 3 serie di passi ritmici (minimo 6"/8")

### C

Minimo 3 collaborazioni

0,10 = collaborazioni semplici

0,20 = collaborazioni con superamenti, passaggi sotto, attraversamenti

0,30 = collaborazioni con superamenti con rovesciamento

0,40 = collaborazioni con salto e rovesciamento

**ESECUZIONE max punti 20.00 (per deduzione)  
Secondo C.d.P. 2017/2020**

**FALLI ARTISTICI**

**FALLI TECNICI**