



## GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

### SPECIFICHE SUL PROGRAMMA ANNO SPORTIVO 2018/2019

A seguito di alcune richieste diramiamo le seguenti specifiche riguardanti la possibilità di bonus ottenuti con l'utilizzo di movimenti del Codice Internazionale dei Punteggi FIG GAM 2017-2020 negli esercizi obbligatori.

Ogni movimento inserito nell'esercizio obbligatorio aumenta di p. 0,30 il valore di partenza. Vedere tabella programma UISP GAM relativa al numero degli elementi che si possono utilizzare.

La richiesta è di fare delle **aggiunte** agli esercizi anche se si allungano, non delle sostituzioni. Unica eccezione delle uscite a parallele e a sbarra alta nelle quali la sostituzione è concessa.

Le aggiunte **non possono**, in generale, essere delle ripetizioni di movimenti già presenti nell'obbligatorio con alcune eccezioni:

- Al corpo libero sarà possibile ricevere bonus dalla esecuzione **consecutiva** di due flic flac indietro dove l'obbligatorio ne richiede uno.
- Al corpo libero sarà eseguire **consecutivamente** ribaltata e flic flac avanti inserendo il flic avanti fra la ribaltata ed il movimento successivo richiesto dall'obbligatorio. (tuffo nei punti 14 e salto-tuffo nei punti 15).
- Alle parallele sarà possibile eseguire due oscillazioni in verticale **consecutive** dove l'obbligatorio ne richiede una.

N.B. **Non** darà diritto al bonus eseguire un secondo flic indietro non consecutivo quello richiesto dall'obbligatorio. Negli esercizi che non lo contengono si riceve bonus per un solo flic. **Non** se ne possono inserire due, neppure consecutivamente.

**Non** darà diritto al bonus eseguire un flic avanti non immediatamente successivo alla ribaltata negli esercizi che contengono la ribaltata. In quelli che non la contengono si riceve bonus per ribaltata **oppure** per flic avanti, **non** si possono inserire entrambi, neppure consecutivamente.

**Non** darà diritto al bonus inserire una oscillazione in verticale in un punto diverso da quello indicato qui sopra. Negli esercizi che non la contengono **sarà possibile inserirne solo una**.

Ringraziando per l'attenzione auguro a tutti buon lavoro

Paola Morara responsabile nazionale settori tecnici Ginnastiche