



TORNEO NAZIONALE D'INVERNO

A.S. 2020/2021

(Regolamento aggiornato al 06/08)

L'evento è rivolto a tutte le società affiliate UISP.

All'interno di ogni regolamento sono previsti programmi tecnici specifici per l'attività codificata, di base, sperimentale e adattata dei diversi settori.

Il torneo è quindi rivolto a **tutti** gli atleti di ogni livello e fascia di età delle nostre discipline.

Ricordiamo che per poter partecipare al Torneo Nazionale d'inverno gli atleti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

La tessera deve recare la foto dell'atleta con il timbro della società di appartenenza e deve essere firmata dall'atleta o, per i minori, da chi ne esercita la patria potestà.

Per quanto riguarda il **tesseramento** ricordiamo che il/la ginnasta tesserato/a per l'attività codificata di un settore **UISP GINNASTICHE** può partecipare ai Campionati regionali e nazionali anche degli altri settori **GINNASTICHE senza** dover richiedere schede di attività.

Esempio: un ginnasta tesserato 22B GAM può partecipare con la stessa tessera ai Campionati ACROBATICA, ACROGYM, GR.

Ricordiamo che eventuali gare regionali svolte nel 2020 (sia primo che secondo semestre) non vincolano l'accesso al suddetto Torneo.

Regolamenti Tecnici Settore:

- GAF *pag. 4*
- GAM *pag. 7*
- GR *pag. 10*
- ACROBATICA *pag. 18*
- ACROGYM *pag. 19*
- COREOGRAFIA *pag. 25*



PROGRAMMA TORNEO NAZIONALE D'INVERNO GAF (attività competitiva)

- Affiliazione e Tesseramento** Ricordiamo che i partecipanti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22B**) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.
- Livello** Allieve (al compimento dell'8 anno di nascita)
Junior, Senior (vedi programma tecnico per tabelle età di ogni categoria)
- Categorie** Mini Prima 3 Open A/B, Mini Prima 4, Prima, Seconda, Terza, Quarta, Quinta, Sesta (D Programma Facilitato, C Programma Modificato, A/B Programma FIG gaf Concorso modificato Junior/senior)
- Sbarramenti e Passaggi** Non sono previsti sbarramenti di ingresso **FGI/UISP**, per il passaggio di categoria fanno riferimento le classifiche omologate dell'ultimo Campionato Nazionale di Montelupo Fiorentino 2019 (NB: solo per questa prima edizione del Torneo Nazionale d'Inverno, a tutte le ginnaste viene data la possibilità di partecipare nella stessa categoria del campionato nazionale 2019 oppure di retrocedere o salire di una categoria. Qualora l'atleta non rispetti questa direttiva e salga di più di una categoria sarà vincolato per tutto l'a.s. 2020/21 alla categoria svolta nel Torneo)
- Programma** Vedi programma tecnico di ogni categoria illustrato nel documento nazionale PROGRAMMI GAF TUTTE LE CATEGORIE **IN VIGORE PER ANNO SPORTIVO 2020/2021 (tabelle di nascita incluse)** Pubblicato sul sito nazionale Uisp, aggiornato all'ultima versione.

Composizione delle Squadre

- Fino alle 3° Categoria** Minimo 3 – Max 6 ginnaste. Max 4 ginnaste per attrezzo
Ogni squadra dovrà essere composta da ginnaste che eseguono tutte lo stesso programma tecnico (stessa categoria Uisp) anche se nei livelli differenti allieve, junior, senior.
Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)
- Alle ginnaste che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 3 attrezzi).
- Dalla 4° alla 6° Categoria** Minimo 2 – Max 4 ginnaste. Max 3 ginnaste per attrezzo
Ogni squadra dovrà essere composta da ginnaste che eseguono tutte lo stesso programma tecnico (stessa categoria Uisp) anche se nei livelli differenti junior e senior.
Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)
- Alle ginnaste che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 3 attrezzi).

Premiazione e Classifica:

*** **

Fino alla 3° Categoria

Classifica di Squadra
(divisa per categoria)

Premiazione di squadra (coppa alla squadra e medaglie ai componenti la squadra)
Somma dei 3 migliori punteggi su 4 nei 4 attrezzi previsti (**12** in totale)

Premiazione per attrezzo (pergamene/attestati al podio per ogni attrezzo)

Classifica di Specialità
(divisa per categoria)

Premiazione per attrezzo (medaglioni alle prime 6 ginnaste classificate).

*** **

Dalla 4° alla 6° Categoria

Classifica di Squadra
(divisa per categoria)

Premiazione di squadra (coppa alla squadra e medaglie ai componenti la squadra)
Somma dei 2 migliori punteggi su 3 nei 4 attrezzi previsti (**8** in totale)

Premiazione per attrezzo (pergamene/attestati al podio per ogni attrezzo)

Classifica di Specialità
(divisa per categoria)

Premiazione per attrezzo (medaglioni alle prime 6 ginnaste classificate).

Super Classifica GAF del Torneo Nazionale D'Inverno

Somma dei Punti Premio assegnati alla società.

Ogni Società presente con la propria squadra nelle classifiche di **SQUADRA** riceve dei Punti Premio:

1° Squadra Classificata = p. 18

2° Squadra Classificata = p. 16

3° Squadra Classificata = p. 14

4° Squadra Classificata = p. 12

5° Squadra Classificata = p. 10

6° Squadra Classificata = p. 8

7° Squadra Classificata = p. 6

8° Squadra Classificata = p. 4

9° Squadra Classificata = p. 2

Dalla 10° squadra classificata = 0 punti

! LIMITAZIONI: su ogni classifica di squadra, nel caso in cui una Società partecipasse con più squadre, i punti premio vengono assegnati solo alla squadra meglio classificata.

Ogni Società presente con la propria ginnasta nelle classifiche di **SPECIALITA'** riceve dei Punti Premio:

1° Ginnasta Classificata = p. 18

2° Ginnasta Classificata = p. 16

3° Ginnasta Classificata = p. 14

4° Ginnasta Classificata = p. 12

5° Ginnasta Classificata = p. 10

6° Ginnasta Classificata = p. 8

7° Ginnasta Classificata = p. 6

8° Ginnasta Classificata = p. 4

9° Ginnasta Classificata = p. 2

Dalla 10° ginnasta classificata = 0 punti

! LIMITAZIONI: su ogni classifica di Specialità, per l'assegnazione dei punti premio si tiene conto del piazzamento migliore della ginnasta sui 3 attrezzi (max) presentati. Nel caso in cui una Società partecipasse con più ginnaste sulla stessa classifica di specialità, i punti premio vengono assegnati solo sulla ginnasta meglio classificata.

Verranno premiate le migliori 3 società della super classifica!!



PROGRAMMA TORNEO NAZIONALE D'INVERNO GAF (attività non competitiva)

- Affiliazione e Tesseramento** Ricordiamo che i partecipanti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22C**) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.
- Livello E Categoria** UNDER 8
ALLIEVE (al compimento dell'8 anno di nascita)
JUNIOR, SENIOR : (vedi programma tecnico per tabelle età di ogni categoria)
- Programma** Vedi programma tecnico illustrato nel documento nazionale **PROGRAMMA SPERIMENTALE GAF GLITTER ARCOBALENO2020** Pubblicato sul sito nazionale Uisp, aggiornato all' ultima versione.

Composizione delle Squadre Glitter

La squadra della Rassegna Glitter deve essere formata da minimo 2 ad un max di 4 ginnaste. **Su ogni attrezzo dovranno salire massimo 2 ginnaste.** Nella categoria MISTA la squadra può essere composta da ginnaste aventi livelli di età differenti (ad es.: allieve + junior; allieve + junior + senior; junior + senior; allieve + senior).

Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)

Alle ginnaste che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 2 attrezzi).

Premiazione

Premiazione per fasce di merito (glitter **oro**, glitter **argento**, glitter **bronzo**) suddivise per categorie di età: individuale, di squadra, e specialità.

Le bambine della fascia di età 3/5 anni, Percorso Glitter, saranno tutte vincitrici e saranno chiamate tutte a ritirare un premio.



PROGRAMMA TORNEO NAZIONALE D'INVERNO GAM (attività competitiva)

- Affiliazione e Tesseramento** Ricordiamo che i partecipanti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22B**) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.
- Livello** Allievi (al compimento dell'8 anno di nascita)
Junior, Senior (vedi programma tecnico per tabelle età di ogni categoria)
- Categorie** Prima, Seconda, Terza, Quarta, Quinta
- Sbarramenti e Passaggi** Non sono previsti sbarramenti di ingresso **FGI/UISP**, per il passaggio di categoria fanno riferimento le classifiche omologate dell'ultimo Campionato Nazionale di Rosignano 2019 (NB: solo per questa prima edizione del Torneo Nazionale d'Inverno, a tutti i ginnasti viene data la possibilità di partecipare nella stessa categoria del campionato nazionale 2019 oppure di retrocedere o salire di una categoria. Qualora l'atleta non rispetti questa direttiva e salga di più di una categoria sarà vincolato per tutto l'a.s. 2020/21 alla categoria svolta nel Torneo)
- Programma** Vedi programma tecnico di ogni categoria illustrato nel documento nazionale PROGRAMMI GAM **IN VIGORE DALL'ANNO SPORTIVO 2020/2021 (tabelle di nascita incluse)** Pubblicato sul sito nazionale Uisp, aggiornato all'ultima versione.
- Composizione delle Squadre**
- Fino alle 3° Categoria** Minimo 2 – Max 4 ginnasti. Max 3 ginnasti per attrezzo
Ogni squadra dovrà essere composta da ginnasti che eseguono tutti lo stesso programma tecnico (stessa categoria Uisp) anche se nei livelli differenti allievi, junior, senior.
Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)
Ai ginnasti che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 3 attrezzi).
- Dalla 4° alla 5° Categoria** Minimo 2 – Max 4 ginnasti. Max 3 ginnasti per attrezzo
Ogni squadra dovrà essere composta da ginnasti che eseguono tutti lo stesso programma tecnico (stessa categoria Uisp) anche se nei livelli differenti junior e senior.
Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)
Ai ginnasti che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 3 attrezzi).

Premiazione e Classifica:

*** *** *** **Fino alla 3° categoria** *** *** ***

Classifica di Squadra
(divisa per categoria)

Premiazione di squadra (coppa alla squadra e medaglie ai componenti la squadra)
Somma dei 2 punteggi migliori su 4 attrezzi (**8** in totale) – l'attrezzo con punteggio peggiore viene scartato.

Premiazione per attrezzo (pergamene/attestati al podio per ogni attrezzo)

Classifica di Specialità
(divisa per categoria)

Premiazione per attrezzo (medaglioni ai primi 6 ginnasti classificati).

*** *** *** **Dalla 4° Categoria** *** *** ***

Premiazione di squadra
(divisa per categoria)

(coppa alla squadra e medaglie ai componenti la squadra)
Somma dei 2 punteggi migliori su 5 attrezzi (**10** in totale) – l'attrezzo con punteggio peggiore viene scartato.

Premiazione per attrezzo (pergamene/attestati al podio per ogni attrezzo)

Classifica di Specialità
(divisa per categoria)

Premiazione per attrezzo (medaglioni ai primi 6 ginnasti classificati).

Super Classifica GAM del Torneo Nazionale D'Inverno

Somma dei Punti Premio assegnati alla società.

Ogni Società presente con la propria squadra nelle classifiche di **SQUADRA** riceve dei Punti Premio:

1° Squadra Classificata = p. 18

2° Squadra Classificata = p. 16

3° Squadra Classificata = p. 14

4° Squadra Classificata = p. 12

5° Squadra Classificata = p. 10

6° Squadra Classificata = p. 8

7° Squadra Classificata = p. 6

8° Squadra Classificata = p. 4

9° Squadra Classificata = p. 2

Dalla 10° squadra classificata = 0 punti

! LIMITAZIONI: su ogni classifica di squadra, nel caso in cui una Società partecipasse con più squadre, i punti premio vengono assegnati solo alla squadra meglio classificata.

Ogni Società presente con i propri ginnasti nelle classifiche di **SPECIALITA'** riceve dei Punti Premio:

1° Ginnasta Classificato = p. 18

2° Ginnasta Classificato = p. 16

3° Ginnasta Classificato = p. 14

4° Ginnasta Classificato = p. 12

5° Ginnasta Classificato = p. 10

6° Ginnasta Classificato = p. 8

7° Ginnasta Classificato = p. 6

8° Ginnasta Classificato = p. 4

9° Ginnasta Classificato = p. 2

Dalla 10° ginnasta classificato = 0 punti

! LIMITAZIONI: su ogni classifica di Specialità, per l'assegnazione dei punti premio si tiene conto del piazzamento migliore del ginnasta sui 3 attrezzi (max) presentati. Nel caso in cui una Società partecipasse con più ginnasti sulla stessa classifica di specialità, i punti premio vengono assegnati solo sul ginnasta meglio classificato.

Verranno premiate le migliori 3 società della super classifica!!

PROGRAMMA TORNEO NAZIONALE D'INVERNO GAM (attività non competitiva)



Affiliazione e Tesseramento Ricordiamo che i partecipanti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22C**) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Livello E Categoria UNDER 8
ALLIEVI (al compimento dell'8 anno di nascita)
JUNIOR, SENIOR : (vedi programma tecnico per tabelle età di ogni categoria)

Programma Vedi programma tecnico illustrato nel documento nazionale
PROGRAMMA SPERIMENTALE GAM GLITTER **ARCOBALENO2020** Pubblicato sul sito nazionale Uisp, aggiornato all' ultima versione.

Composizione delle Squadre Glitter

La squadra della Rassegna Glitter deve essere formata da minimo 2 ad un max di 4 ginnasti. **Su ogni attrezzo dovranno salire massimo 2 ginnasti.** Nella categoria MISTA la squadra può essere composta da ginnasti aventi livelli di età differenti (ad es.: allievi + junior; allievi + junior + senior; junior + senior; allievi + senior).

Le squadre possono essere formate da atlete di società differenti (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)

Ai ginnasti che non hanno la possibilità di partecipare al concorso di squadra, viene concessa la possibilità di competere al concorso di specialità (max 3 attrezzi).

Premiazione

Premiazione per fasce di merito (glitter **oro**, glitter **argento**, glitter **bronzo**) suddivise per categorie di età: individuale, di squadra, e specialità.

I bambini della fascia di età 3/5 anni, Percorso Glitter, saranno tutti vincitori e saranno chiamati tutti a ritirare un premio.

REGOLAMENTO TORNEO NAZIONALE D'INVERNO GINNASTICA RITMICA A.S. 2020/21

PARTECIPAZIONE

E' consentita la partecipazione al Torneo solo alle ginnaste e ai ginnasti in regola con il tesseramento UISP per l'anno sportivo 2020/2021.

Per il tesseramento il codice da utilizzare è il 22G (attività competitiva) per tutte le categorie ad eccezione dei PICCOLI OSCAR per il quale il codice da utilizzare è il 22C (attività non competitiva).

La tessera deve recare la foto della partecipante con il timbro della società di appartenenza e deve essere firmata dall'atleta o, per i minori, da chi ne esercita la patria potestà.

Ricordiamo che i partecipanti devono essere in possesso di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

- Nel computo degli anni si fa riferimento all'anno solare di nascita.
 - 1) una ginnasta più "anziana" **NON PUO'** accedere alla/e categoria/e inferiore/i alla sua di appartenenza
 - 2) una ginnasta più "giovane" **PUO'** accedere alla categoria/e superiore/i alla sua di appartenenza.
- Le ginnaste, per decidere la categoria d'appartenenza al Torneo Nazionale d'inverno e ai Campionati 2021, dovranno:
 - ✓ fare riferimento alla categoria d'appartenenza dei Campionati Nazionali 2019,
 - ✓ ai passaggi obbligatori di categoria 2019,
 - ✓ ai vincoli di categoria FGI-UISP come da regolamento G.R. in vigore.
- Si possono presentare rappresentative formate da ginnaste provenienti da Società diverse (per questa modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale)

Per tutto quanto non contemplato nel presente regolamento fare riferimento ai programmi tecnici 2020/21, alle disposizioni di giuria 2020/21 e al regolamento di gara 2020/21

PROGRAMMA TECNICO

(attività non competitiva)

PICCOLI OSCAR

Anni di nascita 2015/2014/2013/2012
(anche 8 anni già compiuti)

Musica 0'30"/1'00"

punti 1,50

	BD	GC
CORPO LIBERO	n. 7 difficoltà 0,05-0,10 (di base) di cui n. 4 per il CORPO LIBERO e n. 3 per gli elementi imposti dei 4 proposti	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio a CORPO LIBERO
esercizio COMBINATO		
attrezzo libero	Il maneggio dell'elemento imposto escluso dalla scelta delle difficoltà corporea dovrà essere comunque inserito nell'esercizio Le difficoltà non possono essere uguali nei due attrezzi	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio con l'attrezzo

S	R	AD
minimo 1 serie (bastano 4 secondi) valore ogni serie 0,30	non sono ammessi (ovvero non si possono proprio vedere e se inseriti si incorre nella penalità di 0,30)	illimitate valore come da C.D.P. 0,20/0,30/0,40 Per realizzare le maestrie non si possono utilizzare gli elementi imposti

per gli elementi imposti consultare i programmi tecnici 2020/21

Premiazioni	<ul style="list-style-type: none"> PER FASCE DI MERITO: ORO – ARGENTO - BRONZO
-------------	---

PROGRAMMA TECNICO

(attività competitiva)

RITMICA MASCHILE

1 FASCIA musica da 45'' a 1'30''
punti 1,50
2013/2012/2011/2010/2009/2008/2007

2 FASCIA musica da 45'' a 1'30''
punti 2.50
2007 e precedenti

	BD	GC	S	R	AD
FUNE	min. 3 diff. (una per GC) valore da 0,05 a 0,50	Minimo 1 salto Minimo 1 equilibrio Minimo 1 rotazione	Minimo 1 serie Valore ogni serie 0,30 Minimo 6''/8''	Come da C.d.P. non obbligatorio	Illimitate Valore come da CdP 0,20/0,30/0,40
CERCHIO	min. 3 diff. (una per GC) valore da 0,05 a 0,50	Minimo 1 salto Minimo 1 equilibrio Minimo 1 rotazione	Minimo 1 serie Valore ogni serie 0,30 Minimo 6''/8''	Come da C.d.P. non obbligatorio	Illimitate Valore come da CdP 0,20/0,30/0,40
PALLA	min. 3 diff. (una per GC) valore da 0,05 a 0,50	Minimo 1 salto Minimo 1 equilibrio Minimo 1 rotazione	Minimo 1 serie Valore ogni serie 0,30 Minimo 6''/8''	Come da C.d.P. non obbligatorio	Illimitate Valore come da CdP 0,20/0,30/0,40
CLAVETTE	min. 3 diff. (una per GC) valore da 0,05 a 0,50	Minimo 1 salto Minimo 1 equilibrio Minimo 1 rotazione	Minimo 1 serie Valore ogni serie 0,30 Minimo 6''/8''	Come da C.d.P. non obbligatorio	Illimitate Valore come da CdP 0,20/0,30/0,40
NASTRO	min. 3 diff. (una per GC) valore da 0,05 a 0,50	Minimo 1 salto Minimo 1 equilibrio Minimo 1 rotazione	Minimo 1 serie Valore ogni serie 0,30 Minimo 6''/8''	Come da C.d.P. non obbligatorio	Illimitate Valore come da CdP 0,20/0,30/0,40

Classifica

- INDIVIDUALE per ogni categoria

RAPPRESENTATIVA MINI 1a BASE

Programma tecnico	<p>Rappresentativa societaria (ogni società può presentare più di una rappresentativa) Una ginnasta non può prendere parte a due rappresentative diverse. Nel 2021 ogni ginnasta partecipante a questo Torneo sarà vincolata, minimo, alla categoria svolta.</p>
Anni di nascita	<p>ESORDIENTI: 2013/2012/2011/2010 ALLIEVE: 2010/2009/2008 JUNIOR: 2008/2007/2006/2005 SENIOR: 2005 e precedenti</p>
Numero delle ginnaste	<p>Minimo 3 max 6</p>
Numero degli esercizi	<p>Minimo 3 max 6 Una o più ginnaste possono presentare la stessa combinazione di attrezzo</p> <p>Le ginnaste dovranno susseguirsi in pedana una di seguito all'altra senza tempi di attesa. Alla posa finale della 1a ginnasta in pedana, la 2a ginnasta dovrà già presentarsi in pedana pronta per iniziare il suo esercizio.</p>
Classifica	<ul style="list-style-type: none"> • di RAPPRESENTATIVA per ogni categoria Verranno sommati 3 punteggi, Nel caso di rappresentativa che presenta 4 esercizi verrà fatta la media dei 4 punteggi ottenuti e moltiplicato x 3. Nel caso di rappresentativa che presenta 5 esercizi verrà fatta la media dei 5 punteggi ottenuti e moltiplicato x 3. Nel caso di rappresentativa che presenta 6 esercizi verrà fatta la media dei 6 punteggi ottenuti moltiplicato x 3 Verrà stilata una classifica per le rappresentative composte da ginnaste ESORDIENTI/ALLIEVE e una classifica per le rappresentative composte da ginnaste JUNIOR/SENIOR • INDIVIDUALE per ogni categoria e attrezzo Nel caso in cui le ginnaste siano più di 10 per attrezzo/categoria
Passaggi di categoria	<p>Le ginnaste che partecipano a questo Torneo non sono vincolate ai passaggi di categoria obbligatori dettati dal nostro regolamento</p>

MINI 1a base ESORDIENTI

musica 0'30"/1'00"

	BD	GC
CORPO LIBERO	n. 5 difficoltà 0,05-0,10 (di base) di cui n. 2 per il CORPO LIBERO e n. 3 per gli elementi imposti dei 4 proposti	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio con l'attrezzo imposto
esercizio COMBINATO	Il maneggio dell'elemento imposto escluso dalla scelta delle difficoltà corporea dovrà essere comunque inserito nell'esercizio	
attrezzo libero	Le difficoltà non possono essere uguali nei due attrezzi	

MINI 1a base ALLIEVE

musica 0'30"/1'00"

	BD	GC
CORPO LIBERO	n. 5 difficoltà 0,05-0,10 (di base) di cui n. 2 per il CORPO LIBERO e n. 3 per gli elementi imposti dei 4 proposti	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio con l'attrezzo imposto
esercizio COMBINATO	Il maneggio dell'elemento imposto escluso dalla scelta delle difficoltà corporea dovrà essere comunque inserito nell'esercizio	
attrezzo libero	Le difficoltà non possono essere uguali nei due attrezzi	

MINI 1a base JUNIOR

musica 0'30"/1'00"

	BD	GC
CERCHIO	n. 5 difficoltà 0,05-0,10 (di base) di cui n. 2 per il CERCHIO e n. 3 per gli elementi imposti dei 4 proposti	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio con l'attrezzo imposto
esercizio COMBINATO	Il maneggio dell'elemento imposto escluso dalla scelta delle difficoltà corporea dovrà essere comunque inserito nell'esercizio	
attrezzo libero	Le difficoltà non possono essere uguali nei due attrezzi	

MINI 1a base SENIOR

musica 0'30"/1'00"

	BD	GC
CERCHIO	n. 5 difficoltà 0,05-0,10 (di base) di cui n. 2 per il CERCHIO e n. 3 per gli elementi imposti dei 4 proposti	minimo 1 salto minimo 1 equilibrio minimo 1 rotazione per l'esercizio con l'attrezzo imposto
esercizio COMBINATO	Il maneggio dell'elemento imposto escluso dalla scelta delle difficoltà corporea dovrà essere comunque inserito nell'esercizio	
attrezzo libero	Le difficoltà non possono essere uguali nei due attrezzi	

VALIDO PER TUTTE LE CATEGORIE di MINI 1a BASE

S	R	AD
minimo 1 serie (bastano 4 secondi) valore ogni serie 0,30	non sono ammessi (ovvero non si possono proprio vedere e se inseriti si incorre nella penalità di 0,30)	0,20/0,30/0,40 Per realizzare le maestrie non si possono utilizzare gli elementi imposti

per gli elementi imposti consultare i programmi tecnici 2020/2021

RAPPRESENTATIVA

MINI 1a elite - 1a cat. - 2a cat. - 3a cat. - 3a cat. ELITE

Programma tecnico	<p>Rappresentativa societaria (ogni società può presentare più di una rappresentativa) riservata alle ginnaste di MINI 1a elite 1a cat. 2a cat. 3a cat. 3a cat. ELITE Non è possibile unire ginnaste di diverse categorie. Una ginnasta non può prendere parte a due rappresentative diverse. Nel 2021 ogni ginnasta partecipante a questo Torneo sarà vincolata, minimo, alla categoria svolta</p>
Anni di nascita	<p>ESORDIENTI: 2013/2012/2011/2010 ALLIEVE: 2010/2009/2008 JUNIOR: 2008/2007/2006/2005 SENIOR: 2005 e precedenti</p>
Numero delle ginnaste	<p>Minimo 2 max 6</p>
Numero degli esercizi	<p>Minimo 4 max 6 a scelta tra CORPO LIBERO – FUNE – CERCHIO – PALLA – CLAVETTE – NASTRO</p> <p>Ogni ginnasta può eseguire al massimo 2 esercizi su attrezzi diversi. Le ginnaste dovranno susseguirsi in pedana una di seguito all'altra senza tempi di attesa. Alla posa finale della 1a ginnasta in pedana, la 2a ginnasta dovrà già presentarsi in pedana pronta per iniziare il suo esercizio. Se la stessa ginnasta esegue due esercizi di seguito il secondo attrezzo dovrà essere posizionato a bordo pedana all'inizio della prima esecuzione.</p>
Classifica	<ul style="list-style-type: none"> • di RAPPRESENTATIVA per ogni categoria Verranno sommati 4 punteggi, Nel caso di rappresentativa che presenta 5 attrezzi verrà fatta la media dei 5 punteggi ottenuti e moltiplicato x 4 Nel caso di rappresentativa che presenta 6 attrezzi verrà fatta la media dei 6 punteggi ottenuti e moltiplicato x 4 Verrà stilata una classifica per le rappresentative composte da ginnaste ESORDIENTI/ALLIEVE e una classifica per le rappresentative composte da ginnaste JUNIOR/SENIOR • INDIVIDUALE per ogni categoria e attrezzo Nel caso in cui le ginnaste siano più di 10 per attrezzo/categoria
Passaggi di categoria	<p>Le ginnaste che partecipano a questo Torneo non sono vincolate ai passaggi di categoria obbligatori dettati dal nostro regolamento</p>

REGOLAMENTO TORNEO NAZIONALE D'INVERNO 2020/2021

Settore ACROBATICA

Tutti i partecipanti dovranno essere in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22D** per attività competitiva – Codice **22C** per attività non competitiva) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Il regolamento nazionale UISP RAPPRESENTATIVA di ACROBATICA prevede:

- **PER L'ATTIVITA' NON COMPETITIVA**

Una gara di Rappresentativa Societaria ed Inter-societaria, maschile e femminile, con classifica a squadra, suddiviso su due livelli:

- **Glitter 1**
- **Glitter 2**

La premiazione finale viene divisa in 3 parti: **Glitter Oro, Glitter Argento, Glitter Bronzo.**

Gli atleti under 8 saranno premiati tutti nella fascia Glitter Oro.

Composizione della squadra: ogni squadra è composta da un minimo di 2 ad un massimo di 4 ginnaste/i.

Ad ogni attrezzo possono salire fino a 3 ginnaste/i. La classifica finale di ogni livello è determinata dalla somma dei 2 punteggi migliori sui 2 attrezzi.

Le squadre possono essere formate da atleti di sesso differente e di società diverse (per quest'ultima modalità fare riferimento alle indicazioni relative alle iscrizioni al Torneo Nazionale d'inverno pubblicate sul sito nazionale).

Le premiazioni si suddividono nei livelli di età **under 8, allieve, junior, senior e misto**. La premiazione del livello misto è determinata dai livelli di età differenti (es allieve+junior o senior/allieve+junior+senior/ecc..) ma non dal sesso.

Gli atleti under 8 non possono essere inseriti una squadra mista.

- **PER L'ATTIVITA' COMPETITIVA**

1. Una gara di Rappresentativa Societaria ed Inter-societaria, maschile e femminile, con classifica a squadra e per attrezzo, suddiviso su tre livelli:

- **ACROBATICA ELEMENTARY** per le categorie *Miniprima e Prima*
- **ACROBATICA INTERMEDIATE** per le categorie *Seconda e Terza*
- **ACROBATICA ADVANCED** per le categorie *Terza e Quarta*

Composizione della squadra: ogni squadra è composta da un minimo di 2 ad un massimo di 4 ginnaste/i. Ad ogni attrezzo possono salire fino a 3 ginnaste/i. La classifica finale di ogni livello è determinata dalla somma dei 2 punteggi migliori sui 2 attrezzi.

Per il livello **ACROBATICA ELEMENTARY** ogni squadra è composta da ginnaste/i che nel campionato di ACROBATICA gareggiano nelle categorie MINIPRIMA e PRIMA (allieve, junior, senior e over).

Per il livello **ACROBATICA INTERMEDIATE** ogni squadra è composta da ginnaste/i che nel campionato di ACROBATICA gareggiano nelle categorie SECONDA e TERZA (allieve, junior, senior e over).

Per il livello **ACROBATICA ADVANCED** ogni squadra è composta da ginnaste/i che nel campionato di ACROBATICA gareggiano nelle categorie TERZA e QUARTA (allieve, junior, senior e over).

Le squadre possono essere formate da atleti di società diverse e di sesso differente, in questo caso (squadra mista) non sarà necessaria la scheda d'attività.

Le classifiche si suddividono nei livelli di età allieve, junior, senior e misto. La classifica mista è determinata dai livelli di età differenti (allieve + junior/allieve+junior+senior/ junior + senior/allieve + senior) ma non dal sesso.

2. Una gara individuale, maschile e femminile, per le categorie *Quinta e Super Quinta*

Solo ed esclusivamente per questo torneo ad ogni ginnasta viene data la possibilità di partecipare nella stessa categoria del campionato nazionale 2019 oppure di retrocedere o salire di una categoria. Qualora l'atleta non rispetti questa direttiva e salga di più di una categoria sarà vincolato per tutto l'a.s. 2020/21 alla categoria svolta nel Torneo.

Le ginnaste che nel 2020 avessero partecipato a gare fgi silver e gold devono attenersi ai passaggi previsti nella specifica sul sito

NB: Per la suddivisione delle età nelle diverse categorie e i passaggi da FGI a UISP consultare il Programma Nazionale di Acrobatica e la Tabella delle Età.

REGOLAMENTO TORNEO NAZIONALE D'INVERNO 2020-2021

SETTORE ACROGYM

Il Torneo è aperto a:

- Programma Nazionale Acrogym Codificato
- Programma di attività non competitiva
- Programma Acrogym adattato
- Attività sperimentale Appoggini

PROGRAMMA ATTIVITÀ COMPETITIVA

Sono ammessi solo gli atleti che hanno compiuto otto anni di età al momento della competizione e in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice **22D**) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Nelle gare UISP non vi è alcun vincolo di età tra i partecipanti, è l'età dell'atleta più anziano a stabilire se la combinazione è Junior o Senior.

Il regolamento del torneo prevede alcune modifiche rispetto al programma vigente (vedi programma Uisp ultimo aggiornamento):

- solo per questo evento viene data la possibilità di partecipare nella stessa categoria del campionato nazionale 2019 oppure di retrocedere o salire al massimo di una categoria e la scelta **non sarà vincolante** per l'anno sportivo 2020/2021
- Oltre alla classifica per combinazione relativa ad ogni categoria, verrà stilata anche una classifica a squadre. Alle prime 10 combinazioni verranno assegnati dei punti che sommati daranno la classifica a squadre.

1° classificato 30 p.ti

2° classificato 20 p.ti

3° classificato 15 p.ti

4° classificato 10 p.ti

5° classificato 9 p.ti

6° classificato 8 p.ti

7° classificato 7 p.ti

8° classificato 6 p.ti

9° classificato 5 p.ti

10° classificato 4 p.ti

N.B. In caso di parimerito entrambe le combinazioni avranno lo stesso punteggio, es. due combinazioni a parimerito al primo posto entrambe otterranno 30 p.ti

CATEGORIE DI ACCESSO FISAC

- FISAC Senior UISP Serie A2
- FISAC 12-19 UISP Serie A2
- FISAC Age Group 11-18 UISP Serie A1
- FISAC Age Group 8-16 UISP a partire dalla Serie B
- FISAC B UISP a partire dalla Serie B
- FISAC C2 O C1 UISP a partire dalla 3° Categoria
- FISAC C3 UISP 1^ o 2^ Categoria

RINUNCE E CAMBI

E' possibile, solo in caso di infortunio o malattia (comprovato da certificato medico), cambiare un componente della combinazione anche il giorno stesso della gara, purché siano rispettate tutte le LIMITAZIONI contenute nel presente programma e:

- ✓ che la stessa combinazione non abbia nell'anno precedente conquistato il titolo nazionale (fatta eccezione per le combinazioni della serie C-B-A).
- ✓ Che l'atleta che supplisce sia già iscritta alla competizione.

NB: Si puntualizza che, visto il complesso lavoro organizzativo, in caso di sostituzione di una ginnasta, l'ordine di gara **non subirà variazioni**, per cui potrà succedere che una ginnasta esegua 2 esercizi a breve distanza.

PROGRAMMA ATTIVITA' NON COMPETITIVA

Sono ammessi tutti gli atleti con età anche inferiore agli 8 anni, in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice 22C) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Categorie:

- Allieve: fino alla 1 elementare
- Junior: 2 e 3 elementare
- Senior: dalla 4 elementare in poi

Età minima 4 anni, non ci sono limiti massimi d'età

Fa fede l'età anagrafica delle/i ginnaste/i. Es : se un'atleta fa la primina è da considerarsi nella cat. Allieve.

L'atleta più anziano della combinazione stabilisce l'appartenenza alla categoria Junior o Senior.

PROGRAMMA

E' possibile scegliere fra due livelli:

- **Livello A** duo (maschile, femminile, misto) e trio (solo femminile)
- **Livello B** duo (maschile, femminile, misto) e trio (solo femminile)

Ogni ginnasta può partecipare al massimo in due esercizi purchè non cambi il livello

es : TRIO A -DUO A → SI, DUO B – DUO B → SI , TRIO A-DUO B → NO

PREMIAZIONI

Vengono stilate 4 premiazioni per fasce di merito (fascia di merito ORO-ARGENTO-BRONZO):

- duo livello A
- duo livello B
- trio livello A
- trio livello B

- In assenza di 4 combinazioni per categoria la premiazione verrà unificata e non verrà fatta distinzione Allieve/Junior/Senior

Per quanto riguarda norme tecniche e regole specifiche farà fede il regolamento nazionale del programma base Acrogym UISP.

PROGRAMMA ATTIVITA' ADATTATA

(attività non competitiva)

Premessa

Il programma è rivolto a persone con disabilità e non, al fine di includere gli atleti attraverso la disciplina dell'Acrogym

Sono ammessi tutti gli atleti che abbiano compiuto 8 anni e in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice 22C) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Attraverso questa disciplina è possibile fare un esercizio unificato composto da un partner volontario e un atleta, oppure da due atleti autonomi insieme.

REGOLE GENERALI

Categorie:

- **Livello 1 duo (femminile, maschile, misto)**
- **Livello 2 duo (femminile. Maschile, misto)**

Duo : può essere composto dal partner + atleta oppure da atleta + atleta. Nel caso di combinazione atleta + atleta l'istruttore può dare suggerimenti verbali alla coppia senza incorrere in alcuna penalità.

- Ogni ginnasta può partecipare al massimo in due esercizi purchè non cambi il livello

PREMIAZIONI

Vengono stilate 2 premiazioni per fasce di merito (fascia di merito ORO-ARGENTO-BRONZO):

- duo livello 1 (femminile, maschile, misto insieme)
- duo livello 2 (femminile, maschile, misto insieme)

Per quanto riguarda norme tecniche e regole specifiche farà fede il regolamento nazionale del programma adattato Acrogym UISP.

PROGRAMMA ATTIVITA' COMPETITIVA SPERIMENTALE APPOGGINI

Per il Torneo Nazionale d'inverno si propone il programma sperimentale "appoggini" .

PROGRAMMA

Sono ammessi tutti gli atleti che abbiano compiuto 8 anni e in possesso di tesseramento valido per l'a.s. 2020/2021 (Codice 22D) e di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

Il programma prevede una suddivisione su 5 LIVELLI.

Formazioni:

- Coppia (Maschile, Femminile, Mista)
- Trio (Maschile, Femminile, Misto)
- Quintetto (Maschile, Femminile, Misto)

LIMITAZIONI

Rispettare le limitazioni contenute nel presente programma è un obbligo e una responsabilità dell'istruttore. La violazione di una delle regole e/o limitazioni comporterà la squalifica della combinazione dalla classifica

- Le/Gli atlete/i che gareggiano in 1[^] categoria possono svolgere solo il livello 1
- Le/Gli atlete/i che gareggiano in 2[^] categoria possono svolgere dal livello 2 in poi
- Le/Gli atlete/i che gareggiano in 3[^] e 4[^] categoria possono svolgere dal livello 3 in poi
- Le/Gli atlete/i che gareggiano in Serie C-B-A possono svolgere dal livello 4 in poi
- Le/Gli atlete/i che non hanno gareggiato al campionato Uisp ma in altri circuiti possono svolgere qualsiasi livello a partire dal **secondo**.

CLASSIFICA

Verranno stilate classifiche relative ad ogni livello per formazione

Per quanto riguarda norme tecniche e regole specifiche farà fede il regolamento nazionale del programma sperimentale appoggini Acrogym UISP.

Torneo nazionale d'inverno

Rassegna coreografica della creatività

FAI VOLARE LA FANTASIA

Manifestazione che vuole promuovere un confronto educativo e culturale rivolta a tutte le attività motorie e sportive. L'intento è quello di far diventare questa rassegna un'officina di libertà, dove la creatività ci unisce e ci rende unici permettendoci di andare oltre il tecnicismo e includendo la sfera emotiva in ogni sua espressione. Fantasia, creatività, relazione e socialità nel rispetto del distanziamento, lavoro di gruppo, ricerca/sperimentazione di nuove forme di movimento e attrezzi inusuali sono gli obiettivi che ci proponiamo in questa nuova rassegna.

Grazie al corpo proviamo emozioni: amiamo, soffriamo, giochiamo...

Con il corpo creiamo, generiamo, evolviamo

Con il corpo facciamo storia, viviamo"

M.T De Vecchi

Regolamento

La partecipazione è ammessa a tutte le associazioni regolarmente affiliate alla UISP che praticano attività sportiva senza limiti di età.

I partecipanti devono essere tesserati per l'anno sportivo 2020/2021 ed essere in possesso di certificato medico in corso di validità nei termini di legge.

- Tema libero ed esposizione scritta della rappresentazione
- Durata dell'esercizio da un minimo di 3 minuti ad un massimo di 6 minuti
- Minimo partecipanti a coreografia 4

Categorie

- Under 10 (media dell'età dei componenti che non superi i 10 anni)
- Under 14 (media dell'età dei componenti che non superi i 14 anni)
- Over 14
- Familiari e atleti