

Note Esplicative

- ✓ Il valore artistico sarà valutato dai giudici all'esecuzione che avranno a disposizione al massimo 1 punto.

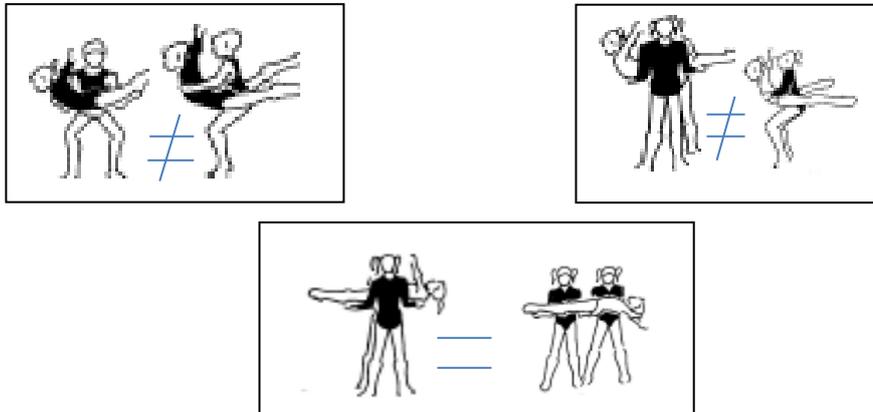
I criteri fondamentali sono cinque e sono i seguenti:

- uso/occupazione dello spazio e dei livelli
 - sincronia con la musica
 - sincronia tra le atlete
 - selezione/varietà degli elementi
 - distribuzione degli elementi
- ✓ Verticale cinese: presa spalle o bacino quando l'elemento è statico, SOLO presa alle spalle-braccia quando l'elemento è dinamico.
 - ✓ Nella posizione della base in candela con braccia tese a terra, la mezzana nell'eseguire l'impugnatura con la base può appoggiare le dita a terra, senza penalità.
 - ✓ Variazione di stile elementi individuali: in caso di piccole variazioni di stile, l'elemento mantiene lo stesso valore e lo stesso numero di identificazione.
 - ✓ Tutti i lavori di colonna e mezza colonna devono essere eseguiti con la Top a talloni uniti. Penalità pt. 0,30.
 - ✓ La posizione di arrivo da un elemento dinamico deve essere fissata. (es. arrivo sul carrè)

Campionati

- ✓ Duo statico: La transizione in staccata sagittale e staccata frontale sono considerate differenti.
- ✓ Nella candela (eseguita dalla base) per prendere il +1 le mani devono essere staccate entrambe.
- ✓ Trio Statico: Per determinare il valore della top nelle bolle di pag.60-63 si dovranno usare le tabelle che riportano la corretta posizione della mezzana. Vedi box a pag. 59
- ✓ Trio Statico: la base in candela a braccia tese a terra si considera equivalente al lavoro a braccia piegate, pag, 59
- ✓ CIP:Pag.60 i pallini grigi sono riferiti al valore della top e suddivisi in base ai gruppi (es. primo gruppo, quello più vicino alla top) i pallini bianchi sono riferiti alla transizione della top e suddivisi in base al gruppo.
- ✓ Elementi collettivi dinamici con partenza piedi sulle spalle e ritorno sulle spalle la top deve superare la testa della base, penalità di 0,50 (solo per campionati C-B-A).
- ✓ Nel Codice se lo stesso elemento collettivo ha due valori diversi si prende il valore più conveniente.
- ✓ Trio Dinamico: non esiste più l'abbuono per la discesa in staccata all'arrivo dagli elementi collettivi dinamici. E' possibile comunque eseguire gli arrivi su un piede con discesa in staccata (discesa con 1 mano, senza mani od entrambe, scivolo avanti o indietro) in quanto l'arrivo su due piedi e quello su un piede sono considerati differenti.
- ✓ Trio dinamico la partenza dalle spalle eseguita in sagittale è senza mani, se eseguita in frontale la top può appoggiare le mani sulle basi.
- ✓ Trio dinamico tutte le partenze dall'inguine della top nel lavoro back possono essere eseguite da fermi o presi dalla rondata. Nel lavoro front solo con rincorsa.
- ✓ Gli arrivi in staccata degli elementi collettivi possono essere utilizzati anche con 0/4 di rotazione, massimo 3 in un esercizio.
- ✓ Per gli arrivi in staccata bisognerà arrivare su un piede solo e scendere immediatamente.

- ✓ Punti di partenza e prese: consultare la tabella pag. 13 Tabella delle Difficoltà (ToD)
 - Es: le figure da inforcata e quelle da binario sono considerate differenti.
 - Es: Binario frontale = binario laterale

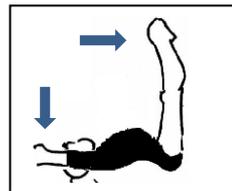


- ✓ L'elemento individuale 079-V4 arrivo diretto in staccata (nella staccata essendo elemento di flessibilità le braccia sono libere).
- ✓ L'elemento individuale 074-V2+1 = partenza senza appoggio delle mani dell'araba.
- ✓ L'elemento individuale 073-V3 verticale 360° l'arrivo può essere seduto o con il bacino in tenuta.
- ✓ L'elemento individuale 073-V3 (haley) pretende che il giro di 360° sull'asse longitudinale sia eseguito durante la caduta al superamento della linea della verticale.
- ✓ L'elemento individuale 021-V3 (needle scale o "i") non ammette l'appoggio delle mani a terra.
- ✓ Flic-flac unito, salto avanti e salto indietro se eseguiti da fermi sono considerati statici, il loro valore e numero di identificazione sarà lo stesso del corrispondente elemento con arrivo in ginocchio (agilità), esempio flic-flac smezzato arrivo in ginocchio=flic-flac unito da ferme.
- ✓ Campionato B – C Per eseguire il flic-flac unito o smezzato, si potrà utilizzare come collegamento, la ruota o rovesciata indietro (cat.1).
- ✓ Campionato B - C Esercizio Statico, la rondata può essere utilizzata per eseguire il flick smezzato, ma non prenderà valore
- ✓ Per il campionato B - C Esercizio Dinamico, la rondata può essere eseguita 2 volte (es. rondata+flick e rondata+salto), ma prenderà valore solamente 1 volta.
- ✓ Ribaltata arrivo in ginocchio (agilità): l'arrivo deve essere diretto, con sedere giù o sollevato dal tallone.

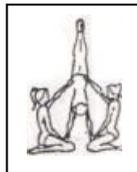
Categorie e Quartetti.

- ✓ Scelta e varietà degli elementi: la penalità per scelta e varietà degli elementi vale solo per gli elementi collettivi statici e dinamici. La scelta degli elementi individuali non è penalizzabile.
- ✓ Mini prima duo: nella ruota sulle cosce la base può piegare le braccia senza penalità. La top deve avere la faccia rivolta verso la base.
- ✓ Trio dinamico pag. 2 nr. 17 se eseguita in sagittale la partenza è senza mani, se eseguita in frontale la top può appoggiare le mani sulle basi.

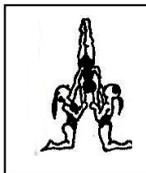
- ✓ Trio dinamico: verticale capovolta da binario deve essere eseguita senza fase di volo.
- ✓ Trio dinamico: il flic-flac elemento collettivo, deve essere eseguito solo unito.
- ✓ Partenza inguinale: nel Trio dinamico tutte le partenze dall'inguine della top nel lavoro back possono essere eseguiti da fermi o presi dalla rotonda (categorie e campionati), il lavoro front da fermi o con rincorsa fino alla 3° categoria
- ✓ Negli elementi collettivi dinamici dove è previsto uno sviluppo tecnico della posizione è obbligatoria la fase di volo fin dalla 1° categoria.
- ✓ Gli elementi collettivi, dove non è richiesta la fase di volo, saranno contrassegnati con un asterisco.
- ✓ Trio dinamico pag. 5 fig. 44. La figura verrà eseguita come nel vecchio programma (con cambio di presa) e terminata fissando la posizione, le basi con la mano davanti alla gamba della top.
- ✓ Trio statico Pag. 3 La figura 29 N si può eseguire.
- ✓ Nel trio statico gli elementi collettivi non indicati possono comunque essere eseguiti, se fattibili, mantenendo invariato il valore che l'esercizio dovrebbe avere per la categoria scelta.
- ✓ Trio statico: il ponte negli esercizi Pag.3 fig. 28 e 29 si può eseguire solo sulle caviglie della base.
- ✓ Trio Statico Pag 1 con le Basi n° 2 e 3 i piedi della top nelle caselle F e G devono essere sono uniti, penalità 0,3.
- ✓ Trio Statico Pag.3 Base n° 31 V2: per quanto riguarda l'appoggio sui piedi si possono utilizzare solo le caselle B-C-I-N-O-P-Q-R. Per quanto riguarda l'appoggio sulle mani solo le caselle Q-R-S.



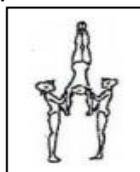
- ✓ Trio Statico: Pag 1 La Fig. 10 S non si può fare chi vuole esegue la cinese.
- ✓ Verticale cinese basi sedere sui talloni valore punti 3 Presa: mani/ bacino o spalle



- ✓ Verticale cinese basi sedere sollevato dai talloni valore punti 4 Presa: mani/ bacino o spalle



- ✓ Verticale cinese basi in piedi valore punti 6 Presa: mani/ bacino o spalle



- ✓ Trio statico pag. 4 fig. 32 e 33: la base potrà essere seduta sui talloni o anche sollevata.

- ✓ Trio Statico Pag. 5 Base 44 e 45 la top lavora sulle spalle della mezzana non sulle gambe.
- ✓ Eliminare la casella H del Mini-Codice Duo e Trio Statico (coccodrillo, planche sulle mani)
- ✓ Duo Statico: quando la Base tiene la verticale sulle cosce (ES. pag. 1 fig 10 R) può avere le braccia piegate.
- ✓ Duo Statico Pag.1 Fig.12 le mani della top sono sulla tibia.
- ✓ Duo Statico: in caso di elemento collettivo non indicato si dovrà fare richiesta alla DTN per avere il valore dello stesso.
- ✓ Duo Dinamico: nella Figura Pag.1 n° 1° (lato dx) la top non è obbligata a staccare le mani nella fase di volo per arrivare sulle spalle. La top comunque una volta arrivata in piedi deve staccare le mani. Se non le stacca penalità 0,50.
- ✓ Duo Dinamico Pag. 1 Fig. n° 4 A (lato dx) l'arrivo è senza ripresa.
- ✓ Duo Dinamico Pag 1 Fig. 5A e 6 A (lato dx) la top può anche piegare leggermente le gambe

- ✓ Quartetti punti 9 e punti 10 e Elite: Non è possibile prendere elementi e/o figure dalle griglie inferiori.
- ✓ Elementi individuali categorie e quartetti: dopo aver ottemperato le esigenze specifiche, le ginnaste potranno eseguire elementi differenti, purché appartengano alla stessa categoria/griglia (es. P. flessibilità, V. flessibilità; P. acrobatico, V. acrobatico).
- ✓ Riprese: Il codice prevede la ripresa obbligatoria per le femmine negli arrivi dinamici. Nelle categorie 1°, 2°, 3° e quartetti, considerando che alcune figure sono state semplificate questo non sempre è possibile. Laddove non è possibile la ripresa, ciò non deve essere penalizzabile. Dove è fisicamente possibile e non viene eseguita, si applica la penalità.
- ✓ Elementi individuali la staccata potrà essere eseguita sia sagittale che frontale, salvo che non sia espressamente indicata.

- ✓ LEGENDA GRIGLIE
 -  Posizione che in quell'atteggiamento supera il valore consentito
 -  Posizione aggiornata
 -  Posizione dove è presente un abbuono o un declassamento della partenza

Il presente documento annulla e sostituisce tutte le precedenti News