

 **Piemonte**

U.I.S.P.



ACROGYM

ACBOCAN

Programma Promozionale

Piemonte

ed. Ottobre 2013

PROGRAMMA RASSEGNA PROMOZIONALE UISP 2012/2013 -ACROGYM-

PREMESSA Questo programma è stato pensato per promuovere l'Acrogym in Piemonte permettendo al maggior numero di società di avvicinarsi semplicemente e gradualmente ad una disciplina ancora poco conosciuta.

L' Acrogym è un mix di ginnastica artistica, arte circense e danza. Gli esercizi si eseguono esclusivamente al corpo libero con accompagnamento musicale.

NOTIZIE GENERALI

1. Il programma è aperto a tutti gli atleti che hanno compiuto 5 anni, non ci sono limiti massimi di età, tesserati UISP 22C. Sono esclusi: gli atleti che partecipano o abbiano partecipato al Programma Nazionale Agonistico di Acrogym UISP o di qualsiasi altra Federazione di Acrosport; coloro che la stagione precedente sono saliti sul podio per le combinazioni Duo-Trio della Rassegna Promozionale di Acrogym Piemonte; gli atleti che nella GAF gareggiano come Agonisti.
2. Il programma comprende le combinazioni Duo e Trio.
Il **Duo** è costituito da un Porteur o Base (B) che è colui che sostiene (solitamente il più robusto), ed un Voltigeus o Top (T) che è colui che compie le evoluzioni più acrobatiche (solitamente il più piccolo ed esile). Il Duo può essere: Femminile, Maschile o Misto (in questo caso il Porteur dev'essere maschio).
Il **Trio** è esclusivamente Femminile, costituito dal Porteur più forte o Base (B), il secondo Porteur o Medio (M) ed il Voltigeus (T). Verranno stilate due classifiche, una per il Duo e una per il Trio. In caso di pari-merito verrà premiata la combinazione con la ginnasta più anziana (come da regolamento nazionale agonistico).
3. Ogni singolo ginnasta può partecipare al massimo a 2 esercizi cambiando il compagno per il duo ed almeno un compagno per il trio.
4. Gli esercizi si eseguono minimo su una striscia di 2m x 12. La società organizzatrice dovrà informare tempestivamente i partecipanti riguardanti il campo gara (se c'è una o due strisce, se ci sono solo tappetini ecc...). Gli esercizi si eseguono con accompagnamento musicale strumentale; la durata di ogni singolo esercizio è di massimo 2' non esiste un tempo minimo.
5. Ogni combinazione deve avere i body uguali (i maschi possono indossare pantaloncini e t-shirt). Sono vietati monili di qualsiasi genere e biancheria intima a vista. Non è obbligatorio lo scudetto della Società.

COMPOSIZIONE ESERCIZIO

L'esercizio è combinato e dovrà contenere:

n° 3 Elementi Individuali

n° 2 Elementi Collettivi Statici

n° 2 Elementi Collettivi Dinamici

la Parte Coreografica

ELEMENTI INDIVIDUALI

- Sono uguali sia per il Duo che per il Trio, e sono costituiti da un equilibrio, un elemento di mobilità/coreografico ed uno acrobatico.
- Si eseguono simultaneamente o in rapida successione da tutti i ginnasti, fatta eccezione per l'equilibrio di 2" che va eseguito simultaneamente
- Gli elementi individuali possono essere anche diversi tra i ginnasti es. il Porteur esegue una ruota mentre il Voltigeus una capovolta.
- Non si possono eseguire altri elementi aggiuntivi che siano codificati sul mini codice o CdP fatta eccezione per i salti artistici che si possono aggiungere per migliorare la coreografia dell'esercizio e che verranno comunque valutati dall'esecuzione.
- Gli individuali non vengono eseguiti e penalizzati come nella GAF es. dalle rovesciate si può partire ed arrivare a gamba bassa e vengono penalizzati separatamente.

ELEMENTI COLLETTIVI STATICI

- Vanno mantenuti per 3"
- Il cronometro parte quando tutti i componenti della combinazione hanno raggiunto la posizione e si ferma quando anche solo 1 ginnasta scende dalla posizione. Se il cronometro non parte viene tolto l'elemento.
- Le salite e le discese sono libere.
- I disegni delle posizioni sono indicativi, in tutte le posizioni i ginnasti sono comunque in contatto tra loro.

ELEMENTI COLLETTIVI DINAMICI

- Sono elementi in cui ci dovrebbe essere una fase di volo...in questo programma facilitato sono semplicemente elementi in cui la collaborazione tra i ginnasti è dinamica e non statica.
- Si valuterà principalmente il controllo del corpo (non essendoci spesso vere e proprie fasi di volo).

PARTE COREOGRAFICA

- La Coreografia è di collegamento tra i vari elementi: occupazione dello spazio, sincronismo tra le atlete, sincronia con la musica, scelta, distribuzione e varietà degli elementi.

SPECIFICHE VARIE

Si ricorda di presentarsi col foglio dell' "Iscrizione Società" compilato e firmato dal presidente della società stessa

Mandare via mail alla società organizzatrice, alla UISP Piemonte ad alla Responsabile del settore (rosadeiventigym@libero.it) le iscrizioni per il controllo e l'organizzazione dell'ordine di passaggio.

Presentarsi con la cifra esatta per l'iscrizione.

Si potrà uscire dalla/e strisce solo ed esclusivamente per le parti coreografiche. Per una questione di sicurezza degli atleti tutti gli elementi individuali e collettivi DEVONO ESSERE ESEGUITI SULLA/E STRISCIA/E. Se eseguiti fuori verrà inflitta una penalità di 1 Punto + Penalità Esecuzione + NO EGE

MUSICA

La musica deve essere la prima del Cd o l'unica, si consiglia agli allenatori di PROVARE tutti i Cd prima dell'inizio della competizione per evitare ritardi durante la manifestazione. Non sarà possibile sfumare la musica o utilizzare canzoni contenenti parole.

Ogni allenatore dovrà comunque avere un CD di riserva che potrà contenere anche più tracce musicali.

CARTE GARA

Per facilitare l'approccio a questa disciplina l'allenatore non dovrà presentare nessuna scheda gara come per l'agonistica ma solo una carta gara che conterrà i dati della combinazione/società per il punteggio ed il numero di passaggio. Queste dovranno essere consegnate tempestivamente ai giudici. Se non si consegna la carta gara per il punteggio verrà inflitta una penalità di 2 punti. Solo a termine gara le carte gara verranno riconsegnate agli allenatori.

CHIARIMENTI

Dopo la gara potranno essere chiesti chiarimenti inerenti al punteggio solo ed esclusivamente alla Responsabile di Giuria. **SI RICORDA DI NON AVVICINARSI AL TAVOLO DI GIURIA MENTRE QUESTA STA GIUDICANDO.**

SOSTITUZIONI

Un'atleta assente può essere sostituito da un altro atleta della stessa società a condizione che:

- l'atleta che sostituisce deve essere comunque iscritto alla rassegna
- l'atleta che sostituisce non esegua più di 2 esercizi

CLASSIFICHE

Per evitare che gli ultimi classificati vengano umiliati, si leggerà la classifica dal fondo facendo solo salutare e risedendosi, verranno fatti alzare solo il podio. Inoltre verrà assegnato lo stesso punteggio agli ultimi 3 classificati (in caso di classifiche con almeno 10 partecipanti)

Si ricorda che il Programma Promozionale è stato pensato e fatto solo ed esclusivamente per i corsi di base che iniziano l'attività, tesserati **NON AGONISTI 22 C**. Il tesseramento è unico con la GAF quindi un'agonista di GAF è considerata Agonista anche in Acro e potrà gareggiare in questa disciplina dalla Mini-Prima Categoria in poi.

Gli atleti che saliranno sul podio (oro, argento e bronzo se i partecipanti sono almeno 10; solo l'oro se i partecipanti sono 5 o meno); nella stagione successiva non potranno partecipare alla rassegna promozionale ma dovranno avanzare nelle categorie agonistiche (dalla mini-prima in poi).

SI RACCOMANDA VELOCITA' NELL'ENTRATA E USCITA DALLA STRISCIA E NEL METTERE LE MUSICHE

SI RACCOMANDA DI TENERE IN ORDINE GLI ATLETI PRIMA DURANTE E DOPO LA MANIFESTAZIONE.

SI RACCOMANDA DI TENERE UN COMPORTAMENTO SPORTIVO E CORRETTO DURANTE TUTTA LA MANIFESTAZIONE.

Filomena Imbruno
Responsabile settore Acrogym Lega Le Ginnastiche UISP Piemonte