

FAQ GAF DIC. 2022

1. MINI4: È POSSIBILE INSERIRE LA RIBALTATA A VOLTEGGIO?
 - **INSERITA**
2. SERIE GINNICA TRAVE: È POSSIBILE ESEGUIRLA IN USCITA A TRAVE?
 - **NO, LE SERIE GINNICHE POSSONO ESSERE ESEGUITE SOLO SULLA TRAVE, NON CON ELEMENTI IN ENTRATA E/O IN USCITA**
3. PER PIVOT SI INTENDONO LE PIROUETTES?
 - **SÌ**
4. COSA INTENDETE PER MULINELLO A TRAVE?
 - **GLI ELEMENTI UTILI PER SODDISFARE L'ESIGENZA DEL MULINELLO SONO QUELLI DESCRITTI IN TABELLA**
5. NELLE CATEGORIE IN CUI È RICHiesto IL LAVORO SU DUE STAGGI BISOGNA SALIRE ALL'APPOGGIO OPPURE BASTA SALTARE ALLO STAGGIO SUPERIORE PER FARE OSCILLAZIONE E POI USCITA? AD ESEMPIO IN SALTO INDIETRO?
 - **PER POTER SODDISFARE IL LAVORO SUI DUE STAGGI È NECESSARIO SALIRE ALL'APPOGGIO DELLO STAGGIO SUPERIORE. NON È QUINDI POSSIBILE SALTARE ALLO STAGGIO SUPERIORE ED EFFETTUARE DIRETTAMENTE L'OSCILLAZIONE PER L'USCITA IN SALTO DIETRO**
6. SERIE MISTA TRAVE: PUÒ COMPRENDERE L'ACROBATICA DI USCITA? ESEMPIO GATTO + RUOTA DI USCITA?
 - **NO, LA SERIE MISTA DEVE ESSERE ESGUETA SOPRA L'ATTEZZO OPPURE CON UN ELEMENTO, SI CONSIGLIA UN ELEMENTO ACROBATICO IN ENTRATA**
7. PER "GINNICA" IN MINI1 SI INTENDE SERIE GINNICA O ELEMENTO GINNICO?
 - **ELEMENTO SINGOLO GINNICO**
8. IN MINI1 MINI2 L'ESIGENZA "EQUILIBRIO" A CORPO LIBERO IN CHE MODO PUÒ ESSERE SODDISFATTA?
 - **COME DESCRITTO SUL CODICE DEI PUNTEGGI UISP**
9. TRAVE: COME SERIE MISTE VERTICALE RIUNITA + ENJAMBÈE SPINTA A DUE PIEDI È CORRETTA?
 - **NO, LA VERTICALE RIUNITA ESSENDO UN ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO NON PUÒ ESSERE UTILIZZATO PER LA COMPOSIZIONE DELLE SERIE**
10. COSA SI INTENDE PER ELEMENTO DI USCITA A CORPO LIBERO?
 - **PER ELEMENTO DI USCITA A CORPO LIBERO SI INTENDE L'ELEMENTO DI MAGGIOR VALORE ALL'INTERNO DELL'ULTIMA SERIE ACROBATICA (USCITA). GLI ELEMENTI ACROBATICI ESEGUITI SINGOLARMENTE NON SONO COSTITUISCONO UNA SERIE ACROBATICA/ USCITA**
11. I DUE ABBUONI IN QUARTA/QUINTA CATEGORIA LIBERO POSSONO ESSERE UTILIZZATI ENTRAMBI O SOLAMENTE UNO?
 - **È POSSIBILE SODDISFARE I DUE ABBUONI SIA A TRAVE CHE A CORPO LIBERO**
12. PUÒ ESSERE FACOLTATIVO L'UTILIZZO DELLA MUSICA IN MINI1 E MINI2?
 - **IN MINI1 E MINI 2 LA MUSICA È FACOLTATIVA**

13. COSA SI INTENDE IN PRIMA CATEGORIA A CORPO LIBERO “PER ASSOLVERE LE ESIGENZE 4 E 5 NON SI POSSONO UTILIZZARE PIÙ DI DUE ELEMENTI DELLA STESSA CELLA”? SI FA RIFERIMENTO A QUALE CODICE: UISP O INTERNAZIONALE?
- ALL'INTERNO DELLE SERIE ACROBATICHE (EC 4 – 5) POSSONO ESSERE UTILIZZATI MASSIMO DUE ELEMENTI PER CELLA DEL CODICE UISP (REGOLA CDP FIG GAF).
14. A CORPO LIBERO FINO ALLA TERZA CATEGORIA NON ESISTE PIÙ L'ESIGENZA DELLA GRANDE AMPIEZZA?
- L'EC DELLA GRANDE AMPIEZZA È RICHIESTA IN SECONDA CATEGORIA
15. È POSSIBILE RIVEDERE LA PENALITÀ DI 1 PT SUL PASSAGGIO TRA GLI STAGGI A PARALLELE?
- IL MATERIALE VISIONATO DURANTE GLI AGGIORNAMENTI VERRÀ RILASCIATO AI REFERENTI REGIONALI
16. IL PIVOT PUÒ ESSERE SPECIFICATO MEGLIO, SOPRATTUTTO NELLE CATEGORIE MINI?
- SUL CODICE UISP C'È SCRITTO LA DICITURA “PIVOT” PRIMA DI OGNI ELEMENTO
17. SI PUÒ RIPETERE UN ELEMENTO ACROBATICO? ESEMPIO: CAPOVOLTA + RUOTA (ACRO) – CAPOVOLTA AVANTI + PENNELLO (MISTA)
- NO. UN ELEMENTO NON PUÒ ESSERE RIPETUTO PER SODDISFARE PIÙ DI UNA EC (CDP FIG GAF)
18. CORPO LIBERO: IN PRIMA E SECONDA CATEGORIA LE VERTICALI CAPOVOLTA POSSONO ESSERE UTILIZZATE PER COMPORRE LE SERIE ACROBATICHE?
- NO, COME DA SPECIFICA LE VERTICALI CAPOVOLTE NON POSSONO ESSERE UTILIZZATE PER COMPORRE LE SERIE ACROBATICHE. POSSONO ESSERE UTILIZZATE PER LE SERIE MISTE
19. IN SECONDA CATEGORIA LA SERIE AVANTI DEVE ESSERE COMPOSTA DA DUE ELEMENTI ENTRAMBI AVANTI O SI PUÒ UTILIZZARE LA RUOTA?
- LA RUOTA VIENE CONSIDERATO ELEMENTO AVANTI/LATERALE, QUINDI SI PUÒ UTILIZZARE PER LA COMPOSIZIONE DELLA SERIE AVANTI
20. IL SALTO INDIETRO TESO SMEZZATO VALE IN SECONDA CATEGORIA COME ELEMENTO SENZA POSA DELLE MANI?
- IL SALTO DIETRO TESO SMEZZATO È UN SALTO ED IN QUANTO TALE È COSIDERATO SENZA POSA DELLE MANI. DETTO QUESTO PERÒ, NON ESSENDO PRENSETE SUL CODICE UISP, PRENDE IL VALORE DI 0,10 (A), COME TUTTI GLI ELEMENTI ACROBATICI NON PRESENTI NEL CODICE UISP.
21. SECONDA CATEGORIA: SERIE ACROBATICA LATERALE/INDIETRO: TIC TAC + ROVESCIAIA INDIETRO È CORRETTA?
- Sì
22. LE SQUADRE POSSONO ESSERE MISTE?
- Sì
23. TRAVE: MINI1 L'EQUILIBRIO VA BENE ANCHE IL RELEVÈ SUGLI AVAMPIEDI TENUTO DUE SECONDI?
- NO. L'EQUILIBRIO ESSENDO UN ELEMENTO PER LA COMPOSIZIONE DELL'ESERCIZIO DEVE ESSERE SCELTO TRA QUELLI DELLA COLONNA A DI TRAVE DEL CODICE UISP
24. ESISTONO LE GRIGLIE PER LA GAF COME IN IN FGI?
- NO. ESISTE IL CODICE DEI PUNTEGGI UISP
25. TRAVE TERZA CATEGORIA: ENTRATA IN CAPOVOLTA AVANTI CON LE MANI ASSOLVE IL LAVORO AVANTI/LATERALE ACROBATICO ED ANCHE L'EC DEL ROTOLAMENTO?
- Sì
26. TERZA CATEGORIA PARALLELE: LA KIPPE DI ENTRATA ELEMENTO DIVERSO DALLA KIPPE SALITA STAGGIO SUPERIORE?
- Sì, COME INDICATO DA CDP FIG GAF

27. TRAVE: UN'USCITA COMPOSTA SALTO DEL GATTO + RUOTA PENNELLO DI USCITA VALE COME SERIE MISTA?
- **NO. LA RUOTA + PENNELLO È SA CONSIDERARSI COME ELEMENTO UNICO. NON È POSSIBILE UTILIZZARE ELEMENTI DI USCITA PER LA COMPOSIZIONE DELLE SERIE MISTE E ACRO**
28. TERZA CATEGORIA CORPO LIBERO: SERIO ACRO DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO SI INTENDE SERIE ACRO DI MINIMO DUE ELEMENTO DI CUI UNO CON SALTO?
- **Sì**
29. PER ELEMENTI SENZA POSA DELLE MANI SI INTENDONO SOLAMENTE QUELLI EVIDENZIATO CON L'ASTERISCO (RUOTA SENZA – RIBALTATA SENZA)?
- **NO. TUTTI GLI ELEMENTI ESEGUITI SENZA APPOGGIO DELLE MANI, COMPRESI I SALTI ACROBATICI.**
30. SQUADRE: LA MINI 3 CIRCUITO A E CIRCUITO B PUÒ FARE SQUADRA IN MINI4?
- **NO COME DA REGOLAMENTO**
31. LE GINNASTE POSSONO GAREGGIARE SOLO NELLA CATEGORIA DOVE FANNO INDIVIDUALE E SPECIALITÀ?
- **SI FINO ALLA PRIMA CATEGORIA. COME DA REGOLAMENTO DA REGOLAMENTO DALLA SECONDA È POSSIBILE SALIRE DI MASSIMO UNA CATEGORIA**
32. È POSSIBILE INSERIRE LE SQUADRE IN QUARTA CATEGORIA?
- **Sì**
33. 1^A CATEGORIA CORPO LIBERO: SERIE ACRO LATERALE E/O INDIETRO POSSO FARLA TUTTA LATERALE O UNO LATERALE E UNO INDIETRO?
- **PUÒ ESSERE COMPOSTA DA DUE ELEMENTI INDIETRO O UNO E UNO. GLI ELEMENTI NON POSSONO ESSERE RIPETUTI TRA LE SERIE. ESEMPIO: RUOTA + ROV. INDIETRO – TIC TAC+ROV. INDIETRO – RONDATA+FLIC – FLIC SMEZZATO + FLIC UNITO – RUOTA + CAP. INDIETRO ALLA VERTICALE**
34. SI POSSONO UNIRE COME GLI ALTRI ANNI SERIE GINNICA DIRETTA E SERIE GINNICA INDIRETTA?
- **Sì**
35. NELLA SERIE MISTA SI POSSONO USARE VERTICALE E CAPOVOLTA O SOLO LA CAPOVOLTA?
- **Sì**
36. IN 1^A CAT POSSO SCEGLIERE ELEMENTI A B E C, GIUSTO?
- **Sì**
37. TRAVE: LE ENTRATE DEVONO ESSERE SEMPRE CODIFICATE PER TUTTE LE CATEGORIE?
- **NO, SOLO DOVE È RICHIESTA CODIFICATA**
38. NELLA MINI4 E NELLA PRIMA CATEGORIA NEL VOLTEGGIO C'È SPECIFICATA L'ALTEZZA DEI TAPPETI: È ALTEZZA UNICA PER APPOGGIO MANI E ARRIVO DEI PIEDI O L'ARRIVO È PIÙ IN BASSO (ES.40)
- **NO, IL VOLTEGGIO È IN PIANO: TUTTO SU 60 O 80 CM**
39. PER LE ENTRATE A TRAVE E A PARALLELE LA PEDANA È SEMPRE A DISPOSIZIONE?

- **sì**
40. PER LA SEZIONE PROMOZIONALE, L'ESIGENZA "ENTRATA" A TRAVE VIENE SODDISFATTA DA UN'ENTRATA LIBERA?
- **sì**
41. IN MINI4 VIENE SPECIFICATO CHE LE CAPOVOLTE SI POSSONO USARE NELLE SERIE ACROBATICHE, QUINDI NELLE MISTE NON SI PUÒ?
• **POSSONO ESSEEE UTILIZZATE NELLE MISTE MA NON POSSONO ESSERE UTILIZZATE IN ENTRAMBE. GLI ELEMENTI NELLE SERIE NON SI POSSONO RIPETERE**
42. IL DISCORSO DI SMEZZARE O UNIRE UN ELEMENTO PER LEGARLO NELLE SERIE PUÒ VALERE PER TUTTI O PER DETERMINATI ELEMENTI NON SI PUÒ? (ESEMPIO DRASTICO: ROVESCIAVA AVANTI RIUNITA + ENJAMBÈE SI PUÒ FARE?)
• **SÌ SI PUÒ FARE ANDANDO INCONTRO A TUTTE LE PENALITÀ DEL CASO**
43. D:5.00 PT → AD ESEMPIO IN CATEGORIE TIPO LA PRIMA A TRAVE IO SODDISFANDO TUTTE LE ESIGENZE FACCIÒ GIÀ 4,5 PUNTI (LE ESIGENZE VALGONO 0,5 GIUSTO?) QUINDI ARRIVANDO POI A 5 CON ALCUNI ELEMENTI GLI ALTRI NON VERRANNO CONTEGGIATI?
• **NO. SE SI SODDISFANO TUTTE LE ESIGENZE SI PARTE A PRESCINDERE DA PUNTI 5, DA QUI VERRANNO SOMMATI I BONUS SE PRESENTI. IL VALORE DELLE ESIGENZE È DI 0,5 E SONO SOLAMENTE DA TOGLIERE QUANTO NON VENGONO SODDISFATTE**
44. LA MUSICA FACOLTATIVA DEVE ESSERE SEMPRE SOLO STRUMENTALE O ANCHE CANTATA? PER LA MINI 1 E 2 È PREVISTA LA FASE NAZIONALE?
• **SÌ, ANCHE CANTATA SOLO PER MINI 1 E MINI 2**
45. MINI 3: SE ESEGUO CAP. AV + PENNELLO, ASSOLVO ALLA RICHIESTA DI ELEMENTO ACRO AV E SERIE MISTA, GIUSTO? IDEM NELLA MINI 4?
• **SÌ, CORRETTO**
46. PRIMA CAT. CORPO LIBERO: PER LA 4 E 5 EC È CORRETTO RUOTA + RUOTA CON 1 MANO E RUOTA + VERTICALE?
• **NO, VEDI SPECIFICA DOMANDA N°33**
47. IN PRIMA LE CAPOVOLTE NON SI POSSONO PIÙ UTILIZZARE, GIUSTO? NEPPURE PER LE MISTE?
• **LE CAPOVOLTE E LA VERTICALE CAPOVOLTA POSSONO ESSERE UTILIZZARE SOLO PER LE SERIE MISTE, NON PER QUELLE ACROBATICHE INVECE**
48. QUINDI AMMESSO CHE RUOTA + VERTICALE CAPOVOLTA SIA CORRETTA, SE CI AGGIUNGO UN PENNELLO ASSOLVO ANCHE ALLA MISTA?
• **COME SCRITTO IN PRECEDENZA LA SERIE NON È CORRETTA**
49. A CORPO LIBERO IN 3A CAT NEL PUNTO 4 SERIE ACRO AVANTI DI ALMENO 2 ELEMENTI IN CUI UNO DEVE ESSERE CON FASE DI VOLO, OLTRE AI SALTAVANTI E INDIETRO E RUOTE SENZA E RIBALTATA SENZA VENGONO CONSIDERATI ALTRI ELEMENTI O SOLAMENTE QUESTI?
• **POSSONO ESSERE UTILIZZATI TUTTI GLI ELEMENTI CON SPINTA (RIBALTATA AVANTI, FLIC AVANTI, RONDATA)**

50. IN QUARTA INVECE SEMPRE ALLO STESSO PUNTO, ESSENDOCI SCRITTO SERIE ACRO AVANTI DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO SIGNIFICA CHE TUTTI E DUE DEVONO ESSERE CON IL SALTO? QUINDI OLTRE A SALTO+SALTO (TESI CARPI RACCOLTI O AVVITATI) QUALI ALTRE ALTERNATIVE CI POSSONO ESSERE?

- **NELLA SERIE DEVE ESSERCI UN SALTO MINIMO, QUINDI PUÒ ESSERE COMPOSTA ANCHE DA RIBALTATA SALTO O SALTO AVANTI SMEZZATO RONDATA PER ESEMPIO**

51. VORREI CHIEDERE PER LA PRIMA CATEGORIA: IN TRAVE LA RUOTA + PENNELLO IN USCITA E CONSIDERANDO COME SERIA MISTA?

- **NO**

52. PARALLELA PER LA PRIMA CATEGORIA SI FA TUTTO ESERCIZIO SUL STAGGIO BASSO O SI PUÒ USARE ANCHE IL STAGGIO ALTO?

- **NO, L'ESERCIZIO DOVRÀ ESSERE ESEGUITO ESCLUSIVAMENTE SULLO STAGGIO BASSO**

53. NELLE SERIE A CL NON È POSSIBILE RIPETERE UN ELEMENTO PER SODDISFARE PIÙ DI UNA EC, MA SE RIPETO UN ELEMENTO CHE MI AIUTA A SODDISFARE UN'ESIGENZA DIVERSA LO POSSO RIPETERE??
ES IN SECONDA O IN TERZA CAT:

SALTO AVANTI +RONDATA

RONDATA+FLIC +SALTO DIETRO

- **NON È POSSIBILE UTILIZZARE, NEL CASO DEL CODICE DEI PUNTEGGI UISP, PIÙ DI UN ELEMENTO ALL'INTERNO DELLA STESSA CASELLA. È POSSIBILE RIPETERE UN ELEMENTO PER COMPORRE LE SERIE MA VERRÀ CONTEGGIATO UNA SOLA VOLTA COME ELEMENTO.**

54. IN QUESTO CASO POSSO RIPETERE LA RONDATA, CONSIDERATO CHE LA PRIMA LA SECONDA EC PUÒ ESSERE SODDISFATTA DA UNA SERIE TUTTA INDIETRO FLIC +SALTO DIETRO?

- **SÌ**

55. IN TERZA CATEGORIA LA CAPOVOLTA AVANTI DI ENTRATA A TRAVE È RICONOSCIUTA CON L'ARRIVO MINIMO IN ACCOSCIATA??

- **PER LA FIG IL RICONOSCIMENTO DELLA CAPOVOLTA IN ENTRATA AVVIENE ANCHE SOLI CON L'ARRIVO DEL BACINO SULL'ATTREZZO**

56. SECONDA CAT. CL: SERIE ACRO AVANTI VA BENE RIBALTATA 1 + RUOTA?

- **SÌ**

57. MINI 3 E MINI 4 CL: VERTICALE CAPOVOLTA + CAPOVOLTA AVANTI + PENNELLO + PENNELLO 180° ASSOLVO ALLA SERIE ACRO – SERIE MISTA – SERIE GINNICA DIRETTA?

- **SÌ**

58. SE IN MINI 4 ESEGUO RUOTA + RUOTA CON UNA MANO SI PRENDE L'ABBUONO PER ELEMENTI ACRO COLLEGATI?

- **NO, PERCHÉ RUOTA E RUOTA 1 MANO SONO ALL'INTERNO DELLA STESSA CELLA, QUINDI NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI. UN ELEMENTO PER OGNI CELLA**

59. CHE COSA SI INTENDE PER ELEMENTI PRESENTI NELLA STESSA CELLA?

- **SI INTENDE LA DESCRIZIONE DEGLI ELEMENTI INSERITI NELLA STESSA CASELLA. AD ESEMPIO RUOTA – RUOTA 1 MANO – RUOTA SPINTA – RUOTA SALTATA SONO TUTTI ELEMENTI INSERITI NELLA STESSA CASELLA**

60. MINI PRIMA 1 E MINI PRIMA 2 NON HANNO GARE A SQUADRA? NON POSSONO GAREGGIARE LE BAMBINE CHE ANCORA NON HANNO COMPIUTO GLI 8 ANNI?

- **NON ESISTONO GARE A SQUADRE PER LA CATEGORIA MINI1 – MINI 2. LE ATLETE AL DI SOTTO DEGLI OTTO ANNI FANNO PARTE DELLA CATEGORIA PULCINE.**

61. IN PRIMA CATEGORIA GAF, A TRAVE, L'ELEMENTO DI CONTATTO DEVE ESSERE CODIFICATO?

- NO
- 62. 2A CATEGORIA TRAVE, MEZZA RUOTA DISCESA FRONTALE COSA SI INTENDE PER DISCESA FRONTALE?
- DALLA RUOTA MI FERMO IN VERTICALE E SCENDO APOGGIANDO I PIEDI SULLA TRAVE TRASVERSALI
- 63. CORPO LIBERO SECONDA CAT. POSSO USARE CAPOVOLTA INDIETRO ALLA VERTICALE BRACCIA TESE PER LA SERIE ACRO LATERALE E INDIETRO?
- SI
- 64. IN SECONDA CATEGORIA L'ABBUONO DI 0,5 DEL COLLEGAMENTO DEL PIVOT ALLA SERIE DI 3 GINNICI, LO PRENDO ANCHE SE FACCI PIVOT+SERIE INDIRETTA+SERIE DIRETTA E VICEVERSA?
- NO, SOLO COLLEGAMENTI DIRETTI. PIVOT + SERIE INDIRETTO NON PRENDO L'ABBUONO, PIVOT + SERIE DIRETTA PRENDO L'ABBUONO.
- 65. LA SERIE MISTA IN PRIMA CAT. A TRAVE PUÒ ESSERE ESEGUITA ANCHE IN USCITA, TIPO GATTO RONDATA?
- NO, SOLO CON ELEMENTO IN ENTRATA O ESEGUITI SOPRA LA TRAVE
- 66. MINI 3 CORPO LIBERO, CAP AVANTI+ PENNELLO+ RACCOLTO È VALIDA ED ASSOLVO SIA AD EC 7 CHE AD EC 2?
- SI ESATTO
- 67. TERZA CAT CL SERIE MISTA A+B VA BENE ANCHE B+A?
- SI, L'ORDINE D'ESECUZIONE DEGLI ELEMENTI NON È VINCOLANTE
- 68. IN 4 CAT LA SERIE MISTA PER ABBUONO B+B POSSO USARE UN ELEMENTO DI MAGGIOR VALORE ? ES RIBALTATA SENZA D + ENJEMBE SPINTA A DUE B
- SÌ, UN ELEMENTO DI VALORE MAGGIORE PUÒ SOSTITUIRE L'ELEMENTO RICHIESTO
- 69. SEMPRE 4 CAT EC CON PIVOT O ROTOLAMENTO SE FACCI CAPOVOLTA DI ENTRATA ASSOLVO L'ESIGENZA?
- SÌ
- 70. ELEMENTI STATICI 2CAT TRAVE ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO (LI TROVIAMO SUL CODICE)?
- SÌ
- 71. IN 4° CATEGORIA A CORPO LIBERO NELLA SERIE MISTA CI DEVE ESSERE UN ELEMENTO CON FASE DI VOLO GIUSTO? POTRESTE SCRIVERE ALCUNI ESEMPI SENZA UTILIZZARE LA RONDATA?
- FLIC + ENJAMBÈÈ PARI – GATTO + RUOTA SENZA
- 72. MP3 TRAVE CANDELA VALE SIA ELEMENTO STATICO CHE ACROBATICO?
- SÌ
- 73. CAT. 3 SERIE ACRO AV (RIBA1/RIBA 2) SERIE ACRO DIETRO +MISTA (RONDATA/ FLICK/ ENJAMBE UNITO). PER ASSOLVERE ALL'EGE ACRO SENZA MANI POSSO FARE RONDATA/ SALTO DIETRO? E' GIUSTO QUESTO ORDINE CRONOLOGICO? IL SALTO DIETRO MI CONTA COME ELEMENTO DI USCITA?
- SÌ CORRETTO
- 74. QUALI SONO GLI ELEMENTI ACRO INDIETRO NEL CDP UISP A TRAVE? LA CAPRIOLA INDIETRO SI PUÒ FARE CON LA TESTA DI FIANCO ALLA TRAVE?
- SONO SEGNATI. NO, LA CAPOVOLTA NON PUÒ ESSERE ESEGUITA CON IL CAPO LATERALE ALLA TRAVE
- 75. LE GINNASTE CHE PARTECIPANO IN MODO INDIVIDUALE POSSONO TUTTE INSIEME GAREGGIARE DI NUOVO IN SQUADRA?
- SÌ

76. 1 CATEGORIA SERIE ACROBATICA ROVESCIAVA AVANTI + RUOTA 1 MANO E RUOTA + RONDATA VANNO BENE? CI SONO DUE ELEMENTI PER CELLA UGUALI
- LA PRIMA È CORRETTA, LA SECONDA NO. LA SERIE DEVE AVERE ALMENO UN ELEMENTO DI LAVORO INDIETRO: 1 LATERALE + 1 INDIETRO O 2 ELEMENTI INDIETRO
77. LA CAPOVOLTA INDIETRO A TRAVE VISTO CHE È STATA INSERITA NEL CDP GAF PUÒ ESSERE UTILIZZATA IN QUARTA CATEGORIA PER SODDISFARE L'EC DELL'ELEMENTO INDIETRO GIUSTO? E LA PARTENZA DI QUESTO ELEMENTO PUÒ ESSERE DALLA POSIZIONE SUPINA OPPURE È RICHiesto DI PARTIRE IN ALTRO MODO?
- SÌ, COME DESCRITTO SUL CDP GAF FIG
78. IN SECONDA CL: EC 4 GLI ELEMENTI DELLA SERIE AVANTI/LAT DEVONO ESSERE DIFFERENTI? O POSSONO ESSERE UGUALI? NON È SPECIFICATO
- È SPECIFICATO DIFFERENTI
79. A TRAVE O CORPO LIBERO, SE UN ELEMENTO IN PIÙ RISPETTO AL NUMERO RICHiesto VIENE SCARTATO PERCHÉ DI VALORE D INFERIORE A TUTTI GLI ALTRI, PUÒ ASSOLVERE A UN'ESIGENZA? SE DOVE SONO RICHiesti 6 ELEMENTI LA GINNASTA NE FA 7 CON 2 A E TUTTI GLI ALTRI DI VALORE SUPERIORE, QUALE VIENE CONTATO?
- SÌ, PUÒ SODDISFARE ALLA EC. PER LA CORRETTA COMPOSIZIONE DELL'ESERCIZIO NON CI SONO PREFERENZE DI VALORE. PER IL CALCOLO DEL BONUS VENGONO CONTATI GLI ELEMENTI DI MAGGIORE VALORE PURCHÈ CE NE SIA ALMENO UNO ACROBATICO E UNO GINNICO
80. CAT.2 SERIE ACRO. RISPETTO AD ALTRI PROGRAMMI NON È SPECIFICATO SE GLI ELEMENTI POSSONO ESSERE UGUALI O DIFFERENTI
- È SPECIFICATO DIFFERENTI
81. CAT 1 ABBUONO SERIE 3 ELEMENTI GINNICA CON MINIMO DUE B. LA SERIE GINNICA PUÒ ESSERE SIA DIRETTA CHE INDIRETTA?
- SÌ
82. QUARTA CAT CORPO LIBERO: (VALE COME LA RISPOSTA ALLA FAQ DELLA TERZA..?) SERIE ACRO AVANTI E/O LATERALE DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO SIGNIFICA CHE UNO DEI DUE DEVE ESSERE UN SALTO O OBBLIGATORIAMENTE TUTTI E DUE?
- SÌ
83. PER QUANTO RIGUARDA L'ENTRATA IN TRAVE IN 'PENNELLO' SI INTENDE RINCORSA /PASSI + BATTUTA IN PEDANA E PENNELLO CON ARRIVO IN PUNTA ALLA TRAVE?
- L'ENTRATA IN PENNELLO PUÒ ESSERE FATTA CON RICORSA O DA FERMA, CON PEDANA O SENZA
84. PULCINI IN MINI 4 E PRIMA CAT... CAPITO BENE?
- SÌ COME SPECIFICATO DA PROGRAMMA
85. TERZA CATEGORIA TRAVE EC 2 POSSO PIVOT MULINELLO O ROTOLAMENTO, LA CAPOVOLTA INDIETRO È VALIDA?
- SÌ PURCHÈ ESEGUITA SECONDO IL CDP GAF FIG
86. USARE 2 ELEMENTI DELLA STESSA CELLA PER FARE DUE SERIE ACRO MA NO PER FARE UNA MISTA E UNA ACRO? ES RUOTA 1 MANO+ ROVESCIAVA DIETRO E GATTO+ RUOTA NON LO POSSO FARE?
- GLI ESEMPI SONO CORRETTI. LA RUOTA CON UNA MANO E LA RUOTA SONO ELEMENTI DIVERSI PER L'APPOGGIO DIFFERENTE DELLE MANI. NON POSSONO ESSERE INSERITI ALL'INTERNO DELLA STESSA SERIE ACROBATICA AD ECCEZIONE DELLA PRIMA CATEGORIA.
87. CAPOVOLTA INDIETRO IN VERT. 180° A CORPO LIBERO DEL CDP FIG GAF PUÒ ESSERE FATTA A BRACCIA PIEGATE?
- SE ESEGUITO A BRACCIA PIEGATE PRENDERÀ LE PENALITÀ DI ESECUZIONE: 0,10 – 0,3 – 0,5

88. IL PIVOT PIÙ RUOTA ASSOLVE A SERIE MISTA?
- NO, LA SERIE MISTA DEVE ESSERE COMPOSTO DA UN SALTO GINNICO + UN ELEMENTO ACROBATICO
89. MINI 4 PARALLELA: LO SLANCIO DIETRO UNITO È ASSOLTO FACENDO LO SLANCIO PER FARE IL FIORETTO IN USCITA?
- NO. LO SLANCIO DEVE ESSERE ESEGUITO ALL'INTERNO DELL'ESERCIZIO SINGOLARMENTE OPPURE COLLEGATO AD UN ALTRO ELEMENTO, ESEMPIO SLANCIO + GIRO ADDOMINALE
90. FLIC PIÙ DIVARICATO SERIE MISTA 4 CAT
- SÌ È CORRETTA SE NON VIENE UTILIZZATO IL FLIC NELLA SERIE ACROBATICA
91. MINI3 CORPO LIBERO SERIE ACROBATICA POSSO FARE RUOTA +RUOTA 1 MANO?
- NO, NON È POSSIBILE UTILIZZARE PIÙ DI UN ELEMENTO DELLA STESSA CELLA
92. QUARTA CATEGORIA PARALLELE: LA MEZZA VOLTA DALL'APPOGGIO STAGGIO ALTO SI PUÒ FARE?
- LA MEZZA VOLTA NON È UN ELEMENTO CODIFICATO NEL CODICE; PERTANTO, NON PUÒ ESSERE UTILIZZATO, MA SE UTILIZZATO SI INCORRE ALLA PENALITÀ DI 0,50 PER ELEMENTO NON CARATTERISTICO
93. QUINDI IN 3A 4A 5A LE RIBALTATE E LE RONDATE VENGONO CONSIDERATE COME ELEMENTI CON FASE DI VOLO?
- SÌ
94. PRIMA CATEGORIA GAF: OK 1 SERIE: RIBALTATA RUOTA 1 MANO E 2 SERIE: GATTO, RUOTA, RONDATA.
- NO, COME DETTO IN PRECEDENZA UN ELEMENTO DEVE ESSERE DI LAVORO INDIETRO
95. LA CAPOVOLTA INDIETRO A TRAVE È STATA INSERITA NEL CODICE DEI PUNTEGGI, IN QUARTA CI POSSO COMPORRE LA SERIE MISTA?
- SÌ
96. MA SE È UN SOLO SALTO RIBALTATA A 2 + SALTO VA BENE?
- IN TERZA/QUARTA/QUINTA CATEGORIA SÌ
97. SE NON SBAGLIO PRIMA AVETE DETTO CHE FINO A 3° CAT SONO CONSIDERATI DIVERSI GLI ACRO IN APPOGGIO SU 1 O 2 MANI, MA POI AVETE DETTO CHE PER ESEMPIO RUOTA, RUOTA CON UNA MANO NON SI PUÒ PORTARE. COSA CONSIDERIAMO COME CORRETTO?
- LE RUOTE NON POSSONO ESSERE PORTATE IN TERZA CATEGORIA. LA TERZA CATEGORIA VA DA CODICE INTERNAZIONALE MA LEGGERMENTE FACILITATO, DOVE LE RUOTE NON SONO PRESENTI A CORPO LIBERO
98. CAMPIONATO DI SPECIALITÀ: NEL CORSO DELL'ANNO CHI È ISCRITTO AL CAMPIONATO DI SPECIALITÀ NON POTRÀ PASSARE AL CAMPIONATO INDIVIDUALE E NON POTRÀ MODIFICARE GLI ATTREZZI. È POSSIBILE "SALIRE DI CATEGORIA" PRESENTANDO, AD ESEMPIO, ALLA PRIMA PROVA REGIONALE DUE ATTREZZI E LA SUCCESSIVA AGGIUNGERNE UNO, FINO AD UN MASSIMO DI 3?
- SÌ È POSSIBILE AGGIUNGERE UN ATTREZZO DA UNA PROVA ALL'ALTRA. NEL CORSO DELL'ANNO È POSSIBILE PASSARE DALLA CATEGORIA DI SPECIALITÀ ALLA SPECIALITÀ DELLA CATEGORIA SUPERIORE O AL CAMPIONATO INDIVIDUALE DELLA CATEGORIA SUPERIORE (ES. 2 SPEC. PASSO IN 3 INDIV. O SPEC.)
99. PRIMA CAT. CORPO LIBERO: PER SODDISFARE LA COMPOSIZIONE CORRETTA DELLE EC 4 E 5 NON SI POSSONO UTILIZZARE PIÙ DI DUE ELEMENTI PROVENIENTE DALLA STESSA CASELLA: SI INTENDE CHE SE NE PUÒ USARE UNO PER LA SERIE AVANTI\ LATERALE E UNO PER LA SERIE INDIETRO\ LATERALE?
- NO, SI INTENDE CHE PER LA STESSA LINEA ACROBATICA SI POSSONO UTILIZZARE MASSIMO DUE ELEMENTI DELLA STESSA CASELLA. SI POSSONO ANCHE UTILIZZARE UNO PER UNA SERIE E UNA PER L'ALTRA

100. PRIMA CAT. CORPO LIBERO: LE CAPOVOLTE NON POSSONO ESSERE USATE NELLE SERIE ACROBATICHE, NEANCHE LA CAPOVOLTA ALLA VERTICALE INDIETRO?

- LA CAPOVOLTA INDIETRO ALLA VERTICALE PIÙ ESSERE UTILIZZATA PER LA COMPOSIZIONE DELLA SERIE ACROBATICA SOLO SE ESEGUITA A BRACCIA TESE

101. PRIMA CAT. CORPO LIBERO: COSACCO 180° E GATTO 360° SONO INSERITI NELLA STESSA CELLA. VUOL DIRE CHE SONO CONSIDERATI ELEMENTI UGUALI E QUINDI NON UTILIZZABILI NELLE SERIE?

- SONO ELEMENTI DIFFERENTI PERCHÉ INSERITI SU DUE CELLE DIVERSE

102. PRIMA CAT. TRAVE: LE CAPOVOLTE AVANTI E INDIETRO POSSONO ESSERE ESEGUITE “AGGRAPPANDOSI” ALLA TRAVE?

- SE ESEGUITE AGGRAPPANDOSI ALLA TRAVE INCORRONO ALLA PENALITÀ DI FACILITAZIONE 0,30

103. PRIMA CAT CORPO LIBERO E TRAVE: I PIVOT SONO INDICATI COME ELEMENTI GINNICI, MA NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI NELLA COMPOSIZIONE DELLE SERIE GINNICHE-MISTE. È CORRETTO?

- A TRAVE: FINO ALLA SECONDA CATEGORIA LE SERIE MISTE/GINNICHE DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTII GINNICI. DALLA TERZA CATEGORIA POSSONO ESSERE ASSOLTE ANCHE CON PIVOT
- CORPO LIBERO: IN TUTTE LE CATEGORIE LE SERIE GINNICHE/MISTE DEVEONO ESSERE ASSOLTE CON SALTII GINNICI

104. PRIMA CAT PARALLELE: L'USCITA DALL'OSCILLAZIONE (AVANTI E INDIETRO) LASCIO LO STAGGIO (ARRIVO TRA GLI STAGGI) PUÒ ESSERE PRESA SIA DALL'APPOGGIO SIMULTANEO DEI PIEDI SULLA STAGGIO BASSO, SIA METTENDO UN PIEDE DOPO L'ALTRO?

- PUÒ ESSERE ESEGUITO IN ENTRAMBI I MODI. LA POSA ALTERNATA DEI PIEDI COMPORTA PERÒ UNA PENALITÀ DI FACILITAZIONE DI 0.1

105. SECONDA CAT. PARALLELE: LO SLANCIO ALL' ORIZZONTALE (EC 4) DEVE ESSERE COLLEGATO AD UN ELEMENTO? O PUÒ ESSERE FATTO DA SOLO?(ES: SLANCIO ORIZZONTALE + SLANCIO GIRO ADDOMINALE).

- PUÒ ESSERE COLLEGATO AD UN ELEMENTO, TRANNE CHE L'USCITA. PUÒ ESSERE ESEGUITO ANCHE DA SOLO

106. SECONDA CAT. PARALLELE: LO SLANCIO ALL'ORIZZONTALE, OLTRE A SODDISFARE L'EC4, CONTA ANCHE COME B E QUINDI COME UNO DEI 4 ELEMENTI RICHIESTI?

- Sì

107. SECONDA CAT. TRAVE: PIVOT 180 PASSÈ, OLTRE A SODDISFARE LA EC 2, È CONTATO COME B GINNICA AI FINI DEL BONUS?

- SÌ ESATTO

108. TERZA CAT. PARALLELE: LA EC 5, NEL PASSAGGIO DA STAGGIO BASSO A STAGGIO ALTO DICE “OK KIPPE”, VUOL DIRE CHE POSSO SALIRE SOLO IN KIPPE O ANCHE ,PER ESEMPIO, IN CAPOVOLTA?

- LA SALITA IN CAPOVOLA È CONCESSA SOLO IN 2 CAT. (NO VD – OK EC), IN TERZA CATEGORIA C'È LA PENALITÀ DI ELEMENTO NON CARATTERISTICO 0.50

109. TERZA CAT. PARALLELE: EC 6: 1 ELEMENTO PRESO DAI GRUPPI 2 – 4 – 5 DAL CDP FIG GAF 2022 – 2024: ASSOLVO QUESTA EC FACENDO IL GIRO ADDOMINALE (GRUPPO 2-3)?

- SÌ, RIENTRA NEL GRUPPO 2

110. TERZA CAT. CORPO LIBERO: ANCHE IN TERZA CATEGORIA SONO CONSIDERATI ELEMENTI CON FASE DI VOLO I FLIC, RIBALTATE E RONDATE? O SOLO SALTAVANTI, INDIETRO, RUOTE SENZA E RIBALTATA SENZA?

- SONO TUTTI ELEMENTI CON FASE DI VOLO

111. IN MINI3/4 AVETE DEFINITO SE SLANCIO DIETRO UNITO+FIORITO ASSOLVE L'EGE 4?

- NO, NON ASSOLVE L'ESIGENZA

112. A TRAVE DA MINI 1 A MINI 4 ENTRATA E USCITA DEVONO ESSERE NECESSARIAMENTE PRESE DAL CDP UISP O POSSONO ESSERE LIBERE?

- SONO LIBERE, PERÒ SE VOGLIONO ESSERE PRESI COME ELEMENTO DEVONO ESSERE PRESENTI DEL CDP UISP

113. SECONDA A TRAVE SE ESEGUO IL PENNELLO IN POSIZIONE LATERALE, NON POSSO RIPETERE IL PENNELLO IN POSIZIONE NORMALE?

-

114. MINI 3 E 4 È ANCORA POSSIBILE ISCRIVERE LE GINNASTE ALLA CLASSIFICA SPECIALITÀ O SOLAMENTE INDIVIDUALE CIRCUITO A/B?

- LA SPECIALITÀ PARTE DALLA MINI 4

115. IN TERZA CATEGORIA A VOLTEGGIO POSSO ESEGUIRE DUE SALTAVANTI DI VALORE 5.00 E UNO DI VALORE 4 PER AVERE L'ABBUONO?

- SÌ, COME SCRITTO SU PROGRAMMA

116. IN PRIMA CATEGORIA CL SE ESEGUO ROVESCIATA AVANTI+RUOTA+FLICK ASSOLVO SIA L'EC SERIE ACRO AVANTI E O LATERALE E ED SERIE ACRO LATERALE E O INDIETRO?

- NO, LE SERIE ACROBATICHE NON SI POSSONO UNIRE

117. IN SECONDA CATEGORIA È POSSIBILE UTILIZZARE VERTICALE CAPOVOLTA NELLA SERIE MISTA?

- SÌ, LA VERTICALE CAPOVOLTA È POSSIBILE UTILIZZARLA PER LE SERIE MISTE

118. CL 2 CATEGORIA SALTO AVANTI+SALTO AVANTI LO POSSO FARE?

- IN 2° CAT. NON È POSSIBILE PERCHÉ PER LA COMPOSIZIONE DELLE SERIE ACRO GLI ELEMENTI DEVONO ESSERE DIFFERENTI

119. CL 4A RIBA+SALTO AVANTI+CERVO NON ASSOLVO QUINDI SIA SERIE ACRO CHE MISTA?

- SÌ, SE ESEGUITA DIRETTAMENTE È POSSIBILE FARLA

120. TRAVE 4 CAT, LA SERIE GINNICA DEVE ESSERE DIRETTA O PUÒ ESSERE INDIRETTA?

- LA SERIE GINNICA A TRAVE DEVE ESSERE DIRETTA

121. CODICE UISP CORPOLIBERO. CAPOVOLTA AVANTI DEVE ESSERE TUFFO CAPOVOLTA OPPURE SONO CONSIDERATE DIVERSE? DALLA DICITURA NON SI CAPISCE.

- CAPOVOLTA E TUFFO SONO ELEMENTI DIFFERENTI

122. CORPO LIBERO SERIE MISTA DOVE SI CHIEDE ACRO+GINNICO.... POSSO FARE ANCHE CON SERIE GINNICA UNITA? ACRO+GINNICO+GINNICO?

- SÌ, LE SERIE SI POSSONO UNIRE, MASSIMO 3

123. QUINDI SE UNA GINNASTA È MALATA LA SQUADRA NON GAREGGIA?

- È POSSIBILE AGGIUNGERE NUOVI COMPONENTI ALLA SQUADRA.

124. 4CAT SERIE ACRO CON DUE SALTAVANTI /LATERALI UGUALI O DIFFERENTI. ES SALTO+ SALTO?

- È POSSIBILE ESEGUIRE LA SERIE ACRO CON ELEMENTI UGUALI. L'ESEMPIO SALTO AVANTI + SALTO AVANTI È CORRETTO.

125. VOLTEGGIO LA PENALITÀ PER MANCANZA DI ROTAZIONE FASE DI APPOGGIO È UGUALE ANCHE PER LE CATEGORIE FINO ALLA 2?

- LA PENALITÀ PER ROTAZIONE INSUFFICIENTE SULL'A/L NEI SALTAVANTI RONDATI (GR. 1 DEL CDP FIG GAF) RIMANE:
- RONDATI ROTAZIONE A 180° NO PENALITÀ
- RONDATI ROTAZIONE OLTRE 135° MENO DI 180° = 0.10
- RONDATI ROTAZIONE DA 90° A 135° = 0.30
- RONDATI ROTAZIONE MENO DI 90° NULLO

126. IL TUFFO A VOLTEGGIO NON PREVEDE UNA FASE DI VOLO CON IL CORPO IN ESTENSIONE? È SUFFICIENTE VEDERE LA FASE DI VOLO?

- L'ESECUZIONE CORRETTA DEL SALTO TUFFO PREVEDE UNA FASE DI VOLO CON IL CORPO IN ESTENSIONE PRIMA DELL'APPOGGIO DELLE MANI SUL TAPPETO. LA GIURIA PUO' APPORTARE LA PENALITA' PER ELEVAZIONE INSUFFICIENTE (0.10 0.30 0.50), PER MANCATO ALLINEAMENTO PRIMA DI ENTRARE NELLA CAPOVOLTA (0.10 0.30 0.50) E PER MANCATA FASE DI VOLO PRIMA DELLA CAPOVOLTA (0.10 0.30 0.50)

127. 1° CATEGORIA CORPO LIBERO = UNENDO LE DUE SERIE GINNICHE (DIRETTA ED INDIRETTA) ED UTILIZZANDO DUE ELEMENTI B, OTTENDO L'ABBUONO DI 0,50 PER SERIE GINNICA DI 3 ELEMENTI? OPPURE DEVO FARE DUE SERIE DISTINTE, UNA DA 2 ELEMENTI E UNA DA 3 PER OTTENERLO?

- **SI, È POSSIBILE UNIRE LE DUE SERIE ED AVERE IL BONUS**

128. NEL CDP UISP A TRAVE NON C'È IL SALTO COSACCO SULLA TRAVE (SOLO IN USCITA), ESSENDO PRESENTE SUL CDP FIGI, POSSO INSERIRLO, PER ESEMPIO NELLA SERIE? E OTTENDO IL VALORE A DA 0,10?

- **IL COSACCO È STATO INSERITO**

129. DURANTE IL CORSO HO SEGNATO CHE È POSSIBILE, FINO ALLA SECONDA CATEGORIA, UTILIZZARE ELEMENTI DEL CDP FIGI, MA HO SCRITTO "ACROBATICI" PER CUI CHIEDO CONFERMA.

- **DALLA MINI3 ALLA 2 CATEGORIA È POSSIBILE UTILIZZARE ANCHE GLI ELEMENTI DEL CDP FIG GAF CHE NON SONO PRESENTI SUL CDP UISP. AGLI ELEMENTI ACRO VERRÀ PERÒ ATTRIBUITO UN VALORE MAX DI P.0,10 (ESEMPIO: SALTO AVANTI A CORPO TESO A CORPO LIBERO – ELEMENTO NR. 4.202 VALORE B NEL CDP FIG GAF- SE ESEGUITO, FINO ALLA 2^ CATEGORIA, RICEVE UN VALORE DI P. 0.10 COME ELEMENTO A)**

130. IN TERZA CATEGORIA GAF È POSSIBILE FARE A PARALLELE SLANCIO, POSA DEI PIEDI E PRESA DELLO STAGGIO ALTO?

- **È UN PASSAGGIO PERMESSO FINO ALLA 4 CATEGORIA SENZA INCORRERE NELLA PENALITA' DI "ELEMENTO NON CARATTERISTICO". LA GIURIA PENALIZZA L'ESECUZIONE: ALLINEAMENTO (0.10 0.30) AMPIEZZA (0.10) BRACCIA E GAMBE PIEGATE (0.10 0.30 0.50)**