

# PROGRAMMA UISP 2022 – 2024

## PROGRAMMA PROMOZIONALE

### PERCORSO SUPERMINI

Età: 3 – 4 – 5 (VALE L'ANNO DI NASCITA)

#### Schemi motori di base:

-  CAMMINARE
-  CORRERE
-  SALTARE
-  AFFERRARE
-  LANCIARE
-  ROTOLARE
-  ARRAMPICARSI
-  STRISCIARE

La manifestazione consiste nel mettere in combinazione la fantasia insieme all'attività fisica.

- Ogni squadra deve essere composta da un minimo di 2 ad un massimo di 5 miniatleti, le squadre possono essere miste;
- Una società può portare anche più di una squadra;
- Ogni squadra deve inventarsi un percorso che va ad utilizzare TUTTI gli schemi motori di base;
- Il percorso può prevedere l'utilizzo di piccoli attrezzi: cerchi, funi, sedie, tappetoni, tavolini, palla, spalliera, conetti, aste da saltare, nastri, ecc..
- Ogni percorso deve avere una storia che li accompagna: ogni miniatleta deve rappresentare un personaggio nella storia;
- La storia dovrà essere scritta così come anche il percorso e consegnato all'organizzatore della manifestazione una settimana prima tramite mail in PDF;
- Le società hanno la possibilità di portare l'attrezzatura in modo autonomo il giorno della manifestazione;
- Tutte le storie verranno narrate durante la prova del percorso di ogni minisquadra;
- Gli istruttori potranno accompagnare i miniatleti durante lo svolgimento della prova.

| <b>MINI 1</b>  |  |   |
|--|--|---|
| <b>CLASSIFICA INDIVIDUALE SU TRE ATTREZZI</b>  |  |   |
| <b>TRAMPOLINO – TRAVE – CORPO LIBERO</b>   |  |   |
| <b>TRAMPOLINO</b>  | <b>TRAVE</b>   | <b>CORPO LIBERO</b>   |
| ESECUZIONE DI DUE SALTI UGUALI O DIFFERENTI  | TRAVE BASSA 50CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D  | STRISCIA MAX 16 MT<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D   |
| ALTEZZA TAPPETI 40CM<br>PANCA FACOLTATIVA  | 2 ELEMENTI RICHIESTI:<br>1 EQUILIBRIO – 1 USCITA<br>POSSONO ESSERE UTILIZZATI SOLO GLI ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP GAF<br>COLONNA A<br>(MINIPRIMA) | 5 ELEMENTI RICHIESTI:<br>1 ACRO – 2 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA<br>POSSONO ESSERE UTILIZZATI SOLO GLI ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP GAF<br>COLONNA A<br>(MINIPRIMA)             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.50 PT - PENNELLO TESO</li> <li>• 4.00 PT - RACCOLTO</li> <li>• 5.00 PT - CAPOVOLTA</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ENTRATA</li> <li>2) CAMMINATA IN RELEVÈ</li> <li>3) EQUILIBRIO</li> <li>4) USCITA</li> </ol>             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ELEMENTO GINNICO SPINTA A DUE PIEDI</li> <li>2. ELEMENTO GINNICO SPINTA AD UN PIEDE</li> <li>3. ELEMENTO ACRO</li> <li>4. ELEMENTO A SCELTA</li> <li>5. EQUILIBRIO</li> </ol> |
| VALE IL MIGLIORE   | ESEGUIRE L'ESERCIZIO CON UN PERCORSO DI TRAVE  | ESERCIZIO CON O SENZA MUSICA<br>DURATA MAX 45"  |

| <b>MINI 2</b>  |   |  |
|--|---|--|
| <b>CLASSIFICA INDIVIDUALE SU TRE ATTREZZI</b>  |   |  |
| <b>TRAMPOLINO – TRAVE – CORPO LIBERO</b>   |   |  |
| <b>TRAMPOLINO</b>  | <b>TRAVE</b>  | <b>CORPO LIBERO</b>  |
| ESECUZIONE DI DUE SALTII UGUALI O DIFFERENTI   | TRAVE BASSA 50CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D   | STRISCIA MAX 16 MT<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D  |
| ALTEZZA TAPPETI 40CM<br>PANCA FACOLTATIVA  | 3 ELEMENTI RICHIESTI<br>1 ACRO – 1 GINNICO – 1 USCITA<br><br>POSSONO ESSERE UTILIZZATI SOLO GLI ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP GAF COLONNA A                                       | 6 ELEMENTI RICHIESTI:<br>2 ACRO – 2 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA<br>POSSONO ESSERE UTILIZZATI SOLO GLI ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP GAF COLONNA A  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.50 PT - RACCOLTO</li> <li>• 4.00 PT – CAPOVOLTA SALTATA</li> <li>• 5.00 PT – VERTICALE SUPINA</li> <li>• 5.00 PT - RUOTA</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ENTRATA</li> <li>2) ELEMENTO GINNICO</li> <li>3) ELEMENTO ACRO</li> <li>4) EQUILIBRIO</li> <li>5) PIVOT</li> <li>6) USCITA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ELEMENTO GINNICO SPINTA A DUE PIEDI</li> <li>2. ELEMENTO GINNICO SPINTA AD UN PIEDE</li> <li>3. ELEMENTO ACRO AVANTI</li> <li>4. ELEMENTO ACRO INDIETRO/LATERALE</li> <li>5. EQUILIBRIO</li> </ol> |
| VALE IL MIGLIORE   | ESEGUIRE L'ESERCIZIO CON UN PERCORSO DI TRAVE   | ESERCIZIO CON O SENZA MUSICA DURATA MAX 45''   |

# PROGRAMMA AGONISTICO – COMPETITIVO

## BOZZA

**MINI3**

**CIRCUITO A: CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 3 ATTREZZI (VOLTEGGIO – TRAVE – CORPO LIBERO)**

**CIRCUITO B: CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 3 ATTREZZI (PARALLELE – TRAVE – CORPO LIBERO)**

| <b>VOLTEGGIO</b>  | <b>PARALLELE</b>   | <b>TRAVE</b>  | <b>CORPO LIBERO</b>  |
|---|--|---|--|
| ESECUZIONE DI DUE SALTII AL VOLTEGGIO UGUALI O DIFFERENTI   | ESECUZIONE ESCLUSIVAMENTE SULLO STAGGIO BASSO<br>D: PT 5.00<br>OGNI EC MANCANTE -0,50 DALL D   | TRAVE BASSA 50CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D<br>DURATA MAX 50"   | STRISCIA MAX 16 MT<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D<br>DURATA MAX 70"  |
| ALTEZZA TAPPETI 40CM<br>SENIOR A SCELTA 40/60 CM  | 1 ELEMENTO CODIFICATO RICHiesto<br>PRESO DA CDP UISP   | 4 ELEMENTI RICHiesti<br>1 ACRO – 1 GINNICO – 2 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE<br>ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA L'ATTREZZO ED<br>IN USCITA.<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA<br>ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP  | 6 ELEMENTI RICHiesti<br>2 ACRO – 2 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA<br>ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.50 PT - PENNELLO RACCOLTO</li> <li>• 4.50 PT - TUFFO</li> <li>• 5.00 PT - VERTICALE CON REPULSIONE</li> <li>• 5.00 PT – RUOTA</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA LIBERA</li> <li>2. MEZZO GIRO SULLO STAGGIO</li> <li>3. 1 ELEMENTO MIN. VALORE A</li> <li>4. SLANCIO DIETRO UNITO</li> <li>5. USCITA LIBERA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ENTRATA</li> <li>2) PIVOT</li> <li>3) SERIE GINNICA DI 2 SALTII DIFFERENTI O UGUALI</li> <li>4) ESEGUIRE UN ELEMENTO ACROBATICO</li> <li>5) SEGUIRE UN ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO</li> <li>6) POSIZIONE/PASSAGGIO ARTISTICO LATERALE</li> <li>7) POSIZIONE DI CONTATTO (UNA SOLA PARTE DEL CORPO)</li> <li>8) USCITA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT DA CPD UISP</li> <li>2. SERIE GINNICA DIRETTA (ANCHE SALTII UGUALI)</li> <li>3. SERIE GINNICA INDIRECTA (ANCHE SALTII UGUALI)</li> <li>4. ELEMENTO ACRO AVANTI</li> <li>5. ELEMENTO ACRO LATERALE</li> <li>6. ELEMENTO ACRO INDIETRO</li> <li>7. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI (ACRO + GINNICO)</li> </ol> |

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
| <p>VALE IL MIGLIORE</p> <p>ABBUONO: + 0,50 ESECUZIONE DI ALMENO UN SALTO DA PUNTI 5.00 (SENZA CADUTA)</p> | <p>BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.</p> <p>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 1), PRESI DAL CODICE UISP</p> | <p>BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.</p> <p>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 2), PRESI DAL CODICE UISP</p> | <p>BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.</p> <p>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 2), PRESI DAL CODICE UISP</p> <p>ABBUONO SERIE: 0,50 SE DUE ELEMENTI ACRO SONO COLLEGATI DIRETTAMENTE (MAX 1) * È POSSIBILE UTILIZZARE LE CAPOVOLTE PER LE SERIE ACROBATICHE</p> |
|---|--|--|---|

**MINI4**

**CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI**  
**CLASSIFICA DI SPECIALITÀ SU MAX 3 ATTREZZI**

| <b>VOLTEGGIO</b>  | <b>PARALLELE</b>  | <b>TRAVE</b>   | <b>CORPO LIBERO</b>  |
|---|---|--|--|
| ESECUZIONE DI DUE SALTII AL VOLTEGGIO UGUALI O DIFFERENTI   | ESECUZIONE ESCLUSIVAMENTE SULLO STAGGIO BASSO   | TRAVE BASSA 50CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D DURATA MAX 50"   | STRISCIA MAX 16 MT<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D DURATA MAX 70"   |
| ALTEZZA TAPPETI 60/80 CM A SCELTA (ALLIEVE – JUNIOR – SENIOR)   | 2 ELEMENTI RICHIESTI CODIFICATI<br><br>ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP  | 5 ELEMENTI RICHIESTI:<br>1 ACRO – 1 GINNICO – 3 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA L'ATTEZZO ED IN USCITA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA<br><br>ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP   | 7 ELEMENTI RICHIESTI:<br>2 ACRO – 2 GINNICI – 3 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA<br><br>ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>4.50 PT - VERTICALE CON REPULSIONE</li> <li>4.50 PT – RUOTA</li> <li>5.00 PT – RONDATA</li> <li>5.00 PT – RONDATA ARRIVO IN PEDANA + PENNELLO TESO</li> <li>5.00 PT – RIBALTATA</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA LIBERA</li> <li>2. MEZZO GIRO SULLO STAGGIO</li> <li>3. 2 ELEMENTI MIN. VALORE A</li> <li>4. SLANCIO DIETRO UNITO</li> <li>5. USCITA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA</li> <li>2. PIVOT</li> <li>3. SERIE GINNICA DI 2 SALTII DIFFERENTI</li> <li>4. ESEGUIRE UN ELEMENTO ACROBATICO</li> <li>5. SEGUIRE UN ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO</li> <li>6. POSIZIONE/PASSAGGIO ARTISTICO LATERALE</li> <li>7. POSIZIONE DI CONTATTO (UNA SOLA PARTE DEL CORPO)</li> <li>8. USCITA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT DA CDP UISP</li> <li>2. SERIE GINNICA DIRETTA (SALTII DIFFERENTI)</li> <li>3. SERIE GINNICA INDIRECTA (SALTII DIFFERENTI)</li> <li>4. ELEMENTO ACRO AVANTI</li> <li>5. ELEMENTO ACRO LATERALE</li> <li>6. ELEMENTO ACRO INDIETRO</li> <li>7. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI DIFFERENTI</li> </ol> |
| VALE IL MIGLIORE<br>ABBUONO +0,50; ESECUZIONE DI ALMENO UN SALTO DA PUNTI 5.00 SENZA CADUTA   | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 2), PRESI DAL CODICE UISP   | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 2), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE  | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 2), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE<br>ABBUONO SERIE: 0,50 SE DUE ELEMENTI ACRO SONO COLLEGATI DIRETTAMENTE (MAX 1) * E POSSIBILE UTILIZZARE LE CAPOVOLTE PER LE SERIE ACROBATICHE                     |

**PRIMA (4 ATTREZZI) CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI**  
**CLASSIFICA DI SPECIALITÀ SU MAX 3 ATTREZZI**

| VOLTEGGIO   | PARALLELE  | TRAVE   | CORPO LIBERO   |
|---|--|---|--|
| ESECUZIONE DI DUE SALTI AL VOLTEGGIO UGUALI O DIFFERENTI  | ESECUZIONE ESCLUSIVAMENTE SULLO STAGGIO BASSO  | TRAVE BASSA 50CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D DURATA MAX 90"  | STRISCIA MAX 16 MT<br>9 ELEMENTI RICHIESTI<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D DURATA MAX 90"   |
| ALTEZZA TAPPETI 60/80 CM A SCELTA (ALLIEVE – JUNIOR)<br><br>ALTEZZA TAPPETI 80 CM (SENIOR)  | 3 ELEMENTI RICHIESTI CODIFICATI (DI CUI L'USCITA) ELEMENTI PRESI DAL CDP UISP GAF  | 6 ELEMENTI RICHIESTI:<br>2 ACRO – 2 GINNICI – 2 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA L'ATTREZZO ED IN USCITA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA  | 3 ACRO – 3 GINNICI – 3 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5.00 PT – RONDATA</li> <li>• 5.00 PT – RIBALTATA</li> <li>• 5.00 PT – SALTO AVANTI</li> <li>• 5.00 PT – RONDATA IN PENDANA + PENNELLO ARRIVO SUI TAPPETI IN PIEDI</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA LIBERA</li> <li>2. MEZZO GIRO SULLO STAGGIO</li> <li>3. 3 ELEMENTI MIN. VALORE A</li> <li>4. SLANCIO DIETRO UNITO</li> <li>5. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA</li> <li>2. PIVOT</li> <li>3. SERIE GINNICA DI 2 SALTI DIFFERENTI</li> <li>4. ELEMENTO ACROBATICO AVANTI/LATERALE</li> <li>5. ELEMENTO ACROBATICO INDIETRO</li> <li>6. SEGUIRE UN ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO</li> <li>7. SPOSTAMENTO LATERALE COREOGRAFICO CON MOVIMENTO DEL CORPO (MIN. DUE PASSI)</li> <li>8. ELEMENTO DI CONTATTO (MIN. UN PARTE DEL CORPO)</li> <li>9. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT DA CDP UISP</li> <li>2. SERIE GINNICA DIRETTA (SALTI DIFFERENTI)</li> <li>3. SERIE GINNICA INDIRECTA (SALTI DIFFERENTI)</li> <li>1. SERIE ACRO AVANTI/LATERALE DI ALMENO DUE ELEMENTI DIFFERENTI* (ALMENO UN ELEMENTO DEVE AVERE DIREZIONE AVANTI)</li> <li>2. SERIE ACRO LATERALE E/O INDIETRO DI ALMENO DUE ELEMENTI DIFFERENTI* (ALMENO UN ELEMENTO DEVE AVERE DIREZIONE INDIETRO)</li> <li>4. ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO (NO RUOTE SPINTE/SALTATE)</li> <li>5. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI DIFFERENTI</li> </ol> <p>*PER SODDISFARE LA COMPOSIZIONE CORRETTA DELLE EC 4 E 5 NON SI POSSONO UTILIZZARE PIÙ DI DUE ELEMENTI PROVENIENTE DALLA STESSA CASELLA</p> |
| ESECUZIONE DI DUE SALTI DIFFERENTI VALE IL MIGLIORE<br>ABBUONO +0,50: ESECUZIONE DI DUE SALTI DIFFERENTI DA PUNTI 5.00 SENZA CADUTA   | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 3), PRESI DAL CODICE UISP  | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 3), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE<br><br>ABBUONO SERIE MISTA: +0,50 (MIN. EL. A CODIFICATI)   | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 3), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE<br><br>ABBUONO SERIE 3 ELEMENTI GINNICA CON MINIMO DUE B: + 0,50   |

**SECONDA – CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI**  
**CLASSIFICA DI SPECIALITÀ SU MAX 3 ATTREZZI**

| VOLTEGGIO   | PARALLELE  | TRAVE   | CORPO LIBERO   |
|---|--|---|--|
| ESECUZIONE DI DUE SALTI AL VOLTEGGIO DIFFERENTI   | ESECUZIONE SU DUE STAGGI   | A SCELTA:<br>TRAVE ALTA 125 CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D<br>DURATA MAX 90”   | STRISCIA MAX 17 MT<br>O<br>QUADRATO CON DIREZIONI<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC MANCANTE: -0,50 DALLA D<br>DURATA MAX 90”   |
| ALTEZZA TAPPETI 60/80 CM ARRIVO A SCELTA<br>20/40 CM IN RIALZO ALLIEVE/JUNIOR<br>ALTEZZA TAPPETI 80 CM ARRIVO A 40 CM IN RIALZO SENIOR  | 4 ELEMENTI CODIFICATI<br>ELEMENTI PRESI DAL CODICE CDP UISP  | 7 ELEMENTI RICHIESTI:<br>2 ACRO – 2 GINNICI – 3 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA L'ATTEZZO ED IN USCITA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA   | 9 ELEMENTI RICHIESTI:<br>3 ACRO – 3 GINNICI – 3 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4.00 PT RONDATA IN PIANO</li> <li>• 4.00 PT RIBALTATA IN PIANO</li> <li>• 4.50 PT RONDATA FLIC IN PIANO</li> <li>• 5.00 PT – RONDATA CON RIALZO</li> <li>• 5.00 PT – RONDATA FLIC IN RIALZO</li> <li>• 5.00 PT – RIBALTATA CON RIALZO</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA LIBERA</li> <li>2. ELEMENTO CIRCOLARE SULLO STAGGIO MIN. VAL. A (OK GIRO ADDOMINALE)</li> <li>3. 4 ELEMENTI MIN. VALORE A</li> <li>4. SLANCIO DIETRO MINIMO ORIZZONTALE</li> <li>5. PASSAGGIO DALL SB ALLO SA (OK CAPOVOLTA = NO VD/SÌ LAVORO DUE STAGGI)</li> <li>6. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA</li> <li>2. PIVOT</li> <li>3. SERIE GINNICA DI 2 SALTI DIFFERENTI</li> <li>4. ELEMENTO ACROBATICO AVANTI/LATERALE</li> <li>5. ELEMENTO ACROBATICO INDIETRO</li> <li>6. SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA</li> <li>7. ESEGUIRE UN SALTO GINNICO IN POSIZIONE LATERALE</li> <li>8. SEGUIRE UN ELEMENTO STATICO DI EQUILIBRIO</li> <li>9. PASSAGGIO COREOGRAFICO LATERALE CON SPOSTAMENTO E MOVIMENTO DEL CORPO</li> <li>10. CONTATTO CON DUE PARTI DEL CORPO</li> <li>11. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>3. PIVOT (360°) DA CDP UISP</li> <li>4. SERIE GINNICA DIRETTA (SALTI DIFFERENTI)</li> <li>5. SERIE GINNICA INDIRECTA (SALTI DIFFERENTI) DI CUI SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA</li> <li>6. SERIE ACRO AVANTI/LATERALE DI ALMENO DUE ELEMENTI DIFFERENTI (ALMENO UN ELEMENTO DEVE AVERE DIREZIONE AVANTI)</li> <li>7. SERIE ACRO LATERALE/INDIETRO DI ALMENO DUE ELEMENTI DIFFERENTI (ALMENO UN ELEMENTO DEVE AVERE DIREZIONE DIETRO)</li> <li>8. ELEMENTO ACRO SENZA POSA DELLE MANI</li> <li>9. SERIE MISTA MINIMO DI DUE ELEMENTI</li> </ol> |
| VALE IL MIGLIORE<br>ABBUONO + 0,50: ESECUZIONE DI UN SALTO DA PUNTI 5.00  | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 4), PRESI DAL CODICE UISP  | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 4), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE<br><br>ABBUONO SERIE GINNICA LATERALE: +0,50  | BONUS: ASSEGNATO SE PRESENTI TUTTI GLI ELEMENTI RICHIESTI.<br>SOMMA DEGLI ELEMENTI ESEGUITI MINIMO B (MAX 4), PRESI DAL CODICE UISP, GINNICO E ACROBATICO OBBLIGATORIAMENTE<br><br>ABBUONO SERIE MISTA DA 3 ELEMENTI CON PIVOT (CON MINIMO UN ACROBATICO): +0,50   |

**TERZA – CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI  
CLASSIFICA DI SPECIALITÀ SU MAX 3 ATTREZZI**

| VOLTEGGIO   | PARALLELE   | TRAVE  | CORPO LIBERO  |
|---|---|--|---|
| ESECUZIONE DI TRE SALTI AL VOLTEGGIO, MINIMO DUE DIFFERENTI   | ESECUZIONE SU DUE STAGGI<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)   | TRAVE ALTA 125CM<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"  | QUADRATO 12X12<br>ESERCIZIO CON DIREZIONI<br>D: 5.00 PT<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"  |
| TAVOLA/CUBO ALTEZZA 1,05/1,15 ARRIVO A 20CM<br>ALLIEVE/JUNIOR<br><br>TAVOLA/CUBO ALTEZZA 1,15 ARRIVO A 20CM<br>SENIOR   | 4 ELEMENTI + USCITA   | 7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA:<br>3 ACRO – 3 GINNICI – 2 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA L'ATTREZZO ED IN USCITA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA  | 7 ELEMENTI + USCITA:<br>3 ACRO – 3 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI UN'ESIGENZA  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4.00 PT – RONDATA</li> <li>• 5.00 PT – RONDATA FLIC</li> <li>• 5.00 PT – RONDATA 180°</li> <li>• 4.00 PT – RIBALTATA</li> <li>• 5.00 PT – RIBALTATA 180°</li> <li>• 5.00 PT – YAMASHITA</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. 5 ELEMENTI VALORE A</li> <li>3. SLANCIO DIETRO SOPRA L'ORIZZONTALE</li> <li>4. TEMPO DI KIPPE (SI O SS)</li> <li>5. PASSAGGIO DALLO SB ALLO SA (OK KIPPE)</li> <li>6. 1 ELEMENTO PRESO DAI GRUPPI 2 – 4 – 5 DAL CDP FIG GAF 2022 - 2024</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. PIVOT 360° O MULINELLO O ELEMENTO CON ROTOLAMENTO</li> <li>3. SERIE GINNICA DI 2 SALTI DIFFERENTI DI CUI DI GRANDE AMPIEZZA</li> <li>4. ELEMENTO ACROBATICO AVANTI/LATERALE</li> <li>5. ELEMENTO ACROBATICO INDIETRO</li> <li>6. ESEGUIRE UN SALTO GINNICO IN POSIZIONE LATERALE</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT (MIN. 360°)</li> <li>2. SALTO GINNICO CON ROTAZIONE 360°</li> <li>3. SERIE GINNICA INDIRECTA CON PASSAGGIO DI DANZA [LEAP O HOP] (SALTI DIFFERENTI) DI CUI SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA</li> <li>4. SERIE ACRO AVANTI DI ALMENO DUE ELEMENTI (UGUALI O DIFFERENTI ES. SALTO AV. + SALTO AV. O SALTO AVANTI + TUFFO) *</li> <li>5. SERIE ACRO LATERALE E/O INDIETRO DI ALMENO DUE ELEMENTI*</li> <li>6. ELEMENTO ACRO SENZA POSA DELLE MANI**</li> <li>7. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI**</li> </ol> <p style="text-align: center;">*PER LA COMPOSIZIONE CORRETTA DELLE SERIE ACROBATICHE ALMENO UNO DEI DUE ELEMENTI DEVE ESSERE CON FASE DI VOLO. NON È POSSIBILE UTILIZZARE IL CDP UISP</p> <p style="text-align: center;">**(ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO: OK RUOTA SENZA E RIBALTATA SENZA ELEMENTO ACROBATICO CON FASE DI VOLO ARRIVO 1 O 2 PIEDI = ELEMENTO DIFFERENTE)</p> |
| VALE IL MIGLIORE<br>ABBUONO + 0,50: ESECUZIONE DI ALMENO DUE SALTI, UGUALI O DIFFERENTI, DA PUNTI 5.00  | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 (4 + USCITA) + VALORE DELLE EC   | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC<br>ABBUONO SERIE MISTA: A+B (MINIMO) + 0,50 (MAX1)  | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC<br>ABBUONO SERIE MISTA: A+B (MINIMO) + 0,50 (MAX 1)  |

**QUARTA**

**CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI**

**CLASSIFICA DI SPECIALITÀ (MAX 3 ATTREZZI)**

| <b>VOLTEGGIO</b>   | <b>PARALLELE</b>   | <b>TRAVE</b>   | <b>CORPO LIBERO</b>  |
|--|--|--|--|
| ESECUZIONE DI DUE SALTII UGUALI O DIFFERENTI   | ESECUZIONE SU DUE STAGGI<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)  | TRAVE ALTA 125CM<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"  | QUADRATO 12X12<br>ESERCIZIO CON DIREZIONI<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"   |
| TAVOLA ALTEZZA 125 CM ARRIVO 20CM  | 5 ELEMENTI + USCITA  | 7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA:<br>3 ACRO 3 GINNICI 2 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE<br>ESEGUITI IN ENTRATA E SOPRA L'ATTREZZO<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA  | 7 ELEMENTI + USCITA:<br>3 ACRO – 3 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>4.00 PT – TUTTI I SALTII DI VALORE INFERIORI A PT. 2.40 DA CDP</li> <li>5.00 PT – TUTTI SALTII DI VALORE A PARTIRE DA PT. 2.40</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. 6 ELEMENTI MINIMO VALORE A</li> <li>3. SLANCIO DIETRO SOPRA L'ORIZZONTALE</li> <li>4. PASSAGGIO CODIFICATO (OK KIPPE)</li> <li>5. TEMPO DI KIPPE (SI O SS)</li> <li>6. 1 ELEMENTO PRESO DAI GRUPPI 2 – 4 – 5 DAL CDP FIG GAF 2022 - 2024</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. 2 ELEMENTI ACRO: UNO AVANTI E UNO INDIETRO (NO USCITA)</li> <li>3. SERIE GINNICA DI MIN. DUE SALTII DI CUI CON APERTURA 180°</li> <li>4. SALTO GINNICO ESEGUITO LATERALE</li> <li>5. PIVOT 360° O MULINELLO O ELEMENTO CON ROTOLAMENTO</li> <li>6. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT (MIN. 360°)</li> <li>2. SALTO GINNICO CON ROTAZIONE 360° MINIMO VALORE B</li> <li>3. SERIE GINNICA INDIRETTA (SALTII DIFFERENTI) [LEAP O HOP] DI CUI SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA DI VALORE B</li> <li>4. SERIE ACRO AVANTI E/O LATERALE DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO (UGUALI O DIFFERENTI SALTO + SALTO)</li> <li>5. SERIE ACRO LATERALE E/O INDIETRO DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO</li> <li>6. ELEMENTO ACRO SENZA POSA DELLE MANI**</li> <li>7. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI (ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO) **</li> </ol> <p>**{ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO: OK RUOTA SENZA - RIBALTATA SENZA – FLIC SMEZZATO – RIBALTATA 1)</p> |
| VALE IL MIGLIORE   | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 (5 + USCITA) + VALORE DELLE EC  | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC<br>ABBUONO SERIE MISTA: MIN. B+B.+0,50<br>ABBUONO SERIE ACRO: MIN. B+B +0,50  | VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC<br>ABBUONO SERIE PIVOT (MIN. 2 DIFFERENTI): +0,50<br>ABBUONO SERIE GINNICA B+C: +0,50   |

**QUINTA**

**CLASSIFICA INDIVIDUALE SU 4 ATTREZZI**

**CLASSIFICA DI SPECIALITÀ (MAX 3 ATTREZZI)**

| <b>VOLTEGGIO</b>   | <b>PARALLELE</b>   | <b>TRAVE</b>  | <b>CORPO LIBERO</b>   |
|--|--|---|---|
| ESECUZIONE DI DUE SALTII UGUALI O DIFFERENTI   | ESECUZIONE SU DUE STAGGI<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)  | TRAVE ALTA 125CM<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"   | QUADRATO 12X12<br>ESERCIZIO CON DIREZIONI<br>OGNI EC VALORE 0,50 (MAX 3.50 PT)<br>DURATA MAX 90"  |
| TAVOLA ALTEZZA 125 CM ARRIVO 20CM  | 6 ELEMENTI + USCITA  | 7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA:<br>3 ACRO 3 GINNICI 2 A SCELTA<br>GLI ELEMENTI ACROBATICI POSSONO ESSERE<br>ESEGUITI IN ENTRATA E SOPRA L'ATTREZZO<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA   | 7 ELEMENTI + USCITA:<br>3 ACRO – 3 GINNICI – 2 A SCELTA<br>UN ELEMENTO PUÒ SODDISFARE PIÙ DI<br>UN'ESIGENZA   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>4.00 PT – TUTTI I SALTII DI VALORE INFERIORI A PT. 2.40 DA CDP</li> <li>5.00 PT – TUTTI SALTII DI VALORE A PARTIRE DA PT. 2.40</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. 7 ELEMENTI MINIMO VALORE A</li> <li>3. SLANCIO, ELEMENTO O PASSAGGIO ALLA VERTICALE</li> <li>4. TEMPO DI KIPPE (SI O SS)</li> <li>5. VOLO DALLO SB ALLO SS O VICEVERSA</li> <li>6. 1 ELEMENTO PRESO DAI GRUPPI 2 – 4 – 5 DAL CDP FIG GAF 2022 – 2024 MINIMO VALORE B</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ENTRATA CODIFICATA</li> <li>2. 2 ELEMENTO ACRO: 1 AVANTI CON FASE DI VOLO (NO USCITA) E 1 INDIETRO CON FASE DI VOLO (NO USCITA)</li> <li>3. SERIE GINNICA DI MIN. DUE SALTII DI CUI CON APERTURA 180°</li> <li>4. SALTO GINNICO ESEGUITO LATERALE CON MINIMO ROTAZIONE DI 180°</li> <li>5. PIVOT 360° O MULINELLO O ELEMENTO CON ROTOLAMENTO</li> <li>6. SERIE ACRO (ANCHE CON ELEMENTI UGUALI – CON O SENZA FASE DI VOLO) O MISTA DI DUE ELEMENTI</li> <li>7. USCITA CODIFICATA</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PIVOT (MIN. 360°)</li> <li>2. SERIE GINNICA INDIRETTA (SALTII DIFFERENTI) [LEAP O HOP] DI CUI SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA DI VALORE B</li> <li>3. SALTO GINNICO DI VALORE MIN. C</li> <li>4. SERIE ACRO AVANTI E LATERALE DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO</li> <li>5. SERIE ACRO LATERALE E INDIETRO DI ALMENO DUE ELEMENTI CON SALTO</li> <li>6. ELEMENTO ACRO CON AVVITAMENTO MIN. 180°</li> <li>7. SERIE MISTA DI DUE ELEMENTI (ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO) **</li> </ol> <p>** (ELEMENTO ACRO CON FASE DI VOLO: OK RUOTA SENZA E RIBALTATA SENZA)</p> |
| VALE IL MIGLIORE   | <b>VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 (6 + USCITA) + VALORE DELLE EC</b>   | <b>VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC</b><br><b>ABBUONO SERIE GINNICA LATERALE: +0,50</b><br><b>ABBUONO SERIE MISTA CON MIN. ELEMENTO C: +0,50</b>  | <b>VD DI PARTENZA: SOMMA DEGLI ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE ESEGUITI DA CDP FIG 2022 – 2024 + VALORE DELLE EC</b><br><b>ABBUONO SERIE PIVOT (MIN. 2 DIFFERENTI): +0,50</b><br><b>ABBUONO SERIE GINNICA B+C: +0,50</b>   |

| <b>SESTA D INDIVIDUALE</b>  |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <b>SESTA D SPECIALITÀ (MAX 3 ATTREZZI)</b>                              |   |  |  |
| <b>VOLTEGGIO</b>  | <b>PARALLELE</b>  | <b>TRAVE</b>   | <b>CORPO LIBERO</b>  |
| ESECUZIONE DI MASSIMO DUE SALTII UGUALI O DIFFERENTI                    | ESECUZIONE SU DUE STAGGI<br>5 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA   | TRAVE ALTA 125CM<br>7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA<br>3 GINNICI – 3 ACROBATICI – 2 A SCELTA   | ESERCIZIO CON DIREZIONI<br>7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA<br>3 GINNICI – 3 ACROBATICI – 2 A SCELTA  |
| TAVOLA ALTEZZA 125 CM ARRIVO 20CM                                       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. SLANCIO IN VERTICALE OPPURE PASSAGGIO DALLA VERTICALE (NON DALL'ENTRATA)</li> <li>2. VOLO DALLO SB ALLO SA</li> <li>3. ELEMENTO SENZA VOLO CON O SENZA ROTAZIONE DEI GRUPPI 2,4,5 ESCLUSO SLANCIO IN VERTICALE</li> <li>4. USCITA CODIFICATA</li> </ol> <p style="text-align: center;">OGNI EC HA VALORE 0.50</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. COLLEGAMENTO DI 2 GINNICI DIFFERENTI, DI CUI UN SALTO CON APERTURA GAMBE DI 180° SAGITTALE O LATERALE O IN POSIZIONE CARPIATA DIVARICATA</li> <li>2. UNA PIROETTA MINIMO DI 360° O MULINELLO O ELEMENTO CON ROTOLAMENTO</li> <li>3. UNA SERIE ACROBATICA MINIMO DI 2 ELEMENTI DIFFERENTI CON O SENZA VOLO</li> <li>4. ELEMENTI ACRO IN DIFFERENTE DIREZIONE AVANTI/LATERALE E DIETRO</li> <li>5. UN ELEMENTO GINNICO MINIMO DI VALORE C</li> </ol> <p style="text-align: center;">OGNI EC HA VALORE 0.50</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PASSAGGIO DI ALMENO 2 ELEMENTI GINNICI CODIFICATI DIFFERENTI, IL 1° CON ARRIVO SU UN PIEDE, COLLEGATI DIRETTAMENTE O INDIRETTAMENTE (CON PASSI DI CORSA, PICCOLI BALZI, SALTIELLI, CHASSÉ, TOUR CHAINÉ), UNO DEI QUALI CON DIVARICATA DI 180° SAGITTALE O LATERALE O IN POSIZIONE CARPIATA DIVARICATA</li> <li>2. LINEA ACROBATICA (DI LAVORO AVANTI) MINIMO DI 2 ELEMENTI</li> <li>3. LINEA ACROBATICA (DI LAVORO DIETRO) MINIMO DI 2 ELEMENTI</li> <li>4. SALTO CON AVV. MINIMO 180° SULL'AL</li> <li>5. 3 SALTII DIFFERENTI ALL'INTERNO DELL'ESERCIZIO</li> </ol> <p style="text-align: center;">OGNI EC HA VALORE 0.50</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• VALORE SALTO DA CDP</li> </ul> | <p>ESERCIZIO CORTO NOTA E:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 10.PT - 6 ELEMENTI</li> <li>• 8 PT CON 5 ELEMENTI FATTI</li> <li>• 6 PT CON 4 ELEMENTI FATTI</li> <li>• 4 PT 3 ELEMENTI FATTI</li> <li>• 2 PT 2 ELEMENTI FATTI</li> </ul>   |  | N.B.: LA EC 4 DEVE ESSERE SODDISFATTA IN LINEE ACROBATICHE   |
| ESECUZIONE DUE SALTII - VALE IL MIGLIORE                                | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME DA CDP   | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME DA CDP  | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME CDP   |

**SESTA C INDIVIDUALE**

**SESTA C SPECIALITÀ (MAX 3 ATTREZZI)**

| <b>VOLTEGGIO</b>  | <b>PARALLELE</b>   | <b>TRAVE</b>  | <b>CORPO LIBERO</b>   |
|---|--|---|---|
| ESECUZIONE DI MASSIMO DUE SALTI UGUALI O DIFFERENTI               | ESECUZIONE SU DUE STAGGI<br>7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA  | TRAVE ALTA 125CM<br>7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA<br>3 GINNICI – 3 ACROBATICI – 2 A SCELTA  | ESERCIZIO CON DIREZIONI<br>7 ELEMENTI RICHIESTI + USCITA<br>3 GINNICI – 3 ACROBATICI – 2 A SCELTA   |
| TAVOLA ALTEZZA 125 CM ARRIVO 20CM<br><br>VAORE SALTO DA CDP 22/24 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. SLANCIO IN VERTICALE (NON DALL'ENTRATA</li> <li>2. VOLO DALLO SB ALLO SA OPPURE VICEVERSA</li> <li>3. UN ELEMENTO SENZA VOLO CON O SENZA ROTAZIONE DEI GRUPPI 2,4,5 ESCLUSO SLANCIO IN VERTICALE MINIMO B (DIFFERENTE DA QUELLO USATO PER SODDISFARE LA EC 2)</li> <li>4. USCITA CODIFICATA</li> </ol> <p>OGNI EC HA VALORE 0.50</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. COLLEGAMENTO DI 2 GINNICI DIFFERENTI, DI CUI UN SALTO CON APERTURA GAMBE DI 180° SAGITTALE O LATERALE O IN POSIZIONE CARPIATA DIVARICATA</li> <li>2. PIROETTA MINIMO DI 360° O MULINELLO O ELEMENTO CON ROTOLAMENTO</li> <li>3. SERIE ACROBATICA MINIMO DI 2 ELEMENTI CON VOLO* (ELEMENTI CON VOLO CON O SENZA APPOGGIO DELLA MANI) GLI ELEMENTI POSSONO ESSERE ANCHE UGUALI</li> <li>4. ELEMENTI ACRO IN DIFFERENTE DIREZIONE AVANTI/LATERALE E DIETRO</li> <li>5. ELEMENTO ACROBATICO MINIMO DI VALORE C</li> </ol> <p>OGNI EC HA VALORE 0.50</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. PASSAGGIO DI ALMENO 2 ELEMENTI GINNICI CODIFICATI DIFFERENTI, IL 1° CON ARRIVO SU UN PIEDE, COLLEGATI DIRETTAMENTE O INDIRECTAMENTE (CON PASSI DI CORSA, PICCOLI BALZI, SALTELLI, CHASSÉ, TOUR CHAINÉ), UNO DEI QUALI CON DIVARICATA DI 180° SAGITTALE O LATERALE O IN POSIZIONE CARPIATA DIVARICATA</li> <li>2. MINIMO DUE LINEE ACROBATICHE</li> <li>3. SALTO AVANTI/LATERALE &amp; INDIETRO</li> <li>4. SALTO ACROBATICO DI VALORE MINIMO B</li> <li>5. DOPPIO SALTO SULL'AT OPPURE UN SALTO CON AVV. SULL'AL DI 360°</li> </ol> <p>OGNI EC HA VALORE 0.50<br/>N.B.: LE EC 2, 3 E 4 DEVONO ESSERE SODDISFATTE IN LINEE ACROBATICHE</p> |
| VALE IL MIGLIORE ESECUZIONE 2 SALTI                               | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME DA CDP  | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME DA CDP   | VALORE DEGLI ELEMENTI DA CDP FIG 2022 – 2024<br>ABBUONI COME DA CDP   |

**SESTA A/B INDIVIDUALE**

**SESTA A/B SPECIALITÀ (MAX 3 ATTREZZI)**

Programma CdP GAF FIG 2022/2024 AGGIORNATO – concorso modificato junior-senior Classifica unica (Classifica generale - Classifica specialità)

# **CODICE DEI PUNTEGGI UISP**

CODICE DEI PUNTEGGI UISP – TRAVE

| CODICE DEI PUNTEGGI UISP – TRAVE |                 |  |                                    |   |   |   |
|----------------------------------|-----------------|--|------------------------------------|---|---|---|
| CAT.                             | SECONDA CAT.    |  |                                    |   |   |   |
|                                  | PRIMA CAT.      |  |                                    |   |   |   |
|                                  | MINI 3 – MINI 4 |  |                                    |   |   |   |
|                                  | MINI 1 – MINI 2 |  |                                    |   |   |   |
| VALORE                           | A               | B                                      | C                                  | D   |   |   |
|                                  | 0,1             | 0,2                                    | 0,3                                | 0,4   |   |   |
| ACROBATICI                       | ENTRATE         | **SQUADRA DIVARICATA 2"                | BACINO ALLA VERTICALE              | CAPOVOLTA AVANTI ARRIVO IN PIEDI                    | **VERTICALE D'IMPOSTAZIONE                  |   |
|                                  |                 | **SQUADRA UNITA 2"                     |                                    |   | RUOTA LATERALE ALLA TRAVE                   |   |
|                                  |                 | **FRAMEZZO 2"                          | CAPOVOLTA AVANTI ARRIVO SEDUTO     | BACINO ALLA VERTICALE + DISTENSIONE GB IN VERTICALE | **PLANCHE                                   |   |
|                                  |                 |  | VERTICALE DI PETTO LAT. ALLA TRAVE | **SQUADRA MAX 2"                                    |   |   |
|                                  |                 |  |                                    | MEZZA RUOTA + VERTICALE TENUTA 2" DISCESA FRONTALE  |   |   |
|                                  |                 | CAPOVOLTA AVANTI ARRIVO SEDUTO         | RUOTA                              | ROVESCIAATA AVANTI                                  | FLIC UNITO                                  |   |
|                                  |                 | CAPOVOLTA INDIETRO ARRIVO IN GINOCCHIO | **VERTICALE 2"                     | ROVESCITATA INDIETRO                                | FLIC SMEZZATO                               |   |
|                                  |                 | **CANDELA 2"                           | CAPOVOLTA AVANTI ARRIVO IN PIEDI   | VERTICALE CAPOVOLTA                                 | RONDATA                                     |   |
|                                  |                 | BACINO ALLA VERTICALE                  | CAPOVOLTA INDIETRO ARRIVO IN PIEDI | TIC TAC   | RIBALTATA                                   |   |
|                                  |                 | **PONTE 2"                             | PONTE+ ROVESCIAATA                 | CAPOVOLTA SENZA MANI AVANTI                         | CAPOVOLTA INDIETRO ALLA VERTICALE           |   |
|                                  |                 | VERTICALE UNITA DI PASSAGGIO           | VERTICALE SAGGITALE                | ROVESCIAATA ARABA                                   |   |   |
|                                  |                 | USCITE                                 | RUOTA                              | RONDATA   | RUOTA PENNELLO                              | SALTO AVANTI CARPIO                         |
|                                  |                 |  | MEZZA RUOTA + VERTICALE            | RIBALTATA   | SALTO INDIETRO RACCOLTO [SOLO TRAVE ALTA]   | SALTO INDIETRO CARPIO                       |
|                                  |                 |  |                                    |   | SALTO AVANTI RACCOLTO [SOLO TRAVE ALTA]     | TWIST                                       |
|                                  |                 |  |                                    |   | TESO AVANTI                                 |   |
|                                  | GINNICI         | ENTRATE                                | SPACCATA FRONTALE/DX/SX            | PENNELLO 180° (TRAVE BASSA)                         | ENJAMBÉE SPINTA A 1 (AMPIEZZA DA 90 A 135°) | PENNELLO 180° (TRAVE ALTA)                  |
|                                  |                 |  | RACCOLTO (TRAVE BASSA)             | PENNELLO + ARABESQUE (TRAVE BASSA)                  | SFORBICIATA ARRIVO SEDUTA (SOLO TRAVE ALTA) | ENJAMBÉE SPINTA A 1 (AMPIEZZA SOPRA I 135°) |
|                                  |                 |  | PENNELLO (TRAVE BASSA)             |   |   |   |

|        |   |   |                           |                        |
|--------|---|---|---------------------------|------------------------|
|        | PENNELLO  | ENJAMBÈE SPINTA A 2 (AMPIEZZA SOPRA I 135°)*              | RACCOLTO 180°             | ENJAMBÈE CAMBIO        |
|        | RACCOLTO<br>COSACCO   | ENJAMBÈE SPINTA A 1 (AMPIEZZA SOPRA I 135°)*              | GATTO 180°                | ENJAMBÈE 180°          |
|        | SALTO DEL GATTO   | SISSONNE (AMPIEZZA SOPRA I 135°)*                         | PENNELLO 360°             | COSACCO 360°           |
|        | SFORBICIATA   | CARPIO DIVARICATO (AMPIEZZA SOPRA I 135°)*                | COSACCO 180°              | RACCOLTO 360°          |
|        | ** DEVELLOPPÈE AVANTI O LATERALE GB 45° 2"                      | ** DEVELLOPPÈE AVANTI O LATERALE GB 90° IN RELEVÈ 2"      |                           |                        |
|        | **PASSÈ IN PIANTA 2"  | **PASSÈ IN RELEVÈ 2"                                      |                           |                        |
|        | **TENUTA LATERALE DELLA GAMBA 135°                              | PENNELLO 180°   | PIVOT 180° GAMBA TESA 45° | PIVOT 360° GB TESA 45° |
|        | PIVOT 180° SU DOPPIO APPOGGIO                                   | PIVOT 180° PASSÈ  | PIVOT 360° PASSÈ          | PIVOT 540° PASSÈ       |
| USCITE | RACCOLTO 180° (TRAVE BASSA)<br>PENNELLO TESO [SOLO MINI1/MINI2] | CARPIO DIVARICATO (AMPIEZZA SOPRA I 135°) [TRAVE BASSA]   |                           |                        |
|        | COSACCO (TRAVE BASSA)<br>PENNELLO RACCOLTO [SOLO MINI1/MINI2]   | ENJAMBÈE SPINTA A 2 (AMPIEZZA SOPRA I 135°) [TRAVE BASSA] |                           |                        |

\* TUTTI I SALT DI GRANDE AMPIEZZA AL DI SOTTO DEI 135° VERRANNO DECLASSATI DI UN VD

\*\* ELEMENTI STATICI DI EQUILIBRIO

TUTTI GLI ELEMENTI GINNICI ESEGUITI IN POSIZIONE LATERALE AUMENTERANNO DI UN VD E SONO CONDIRATI ELEMENTI DIVERSI

ELEMENTO ACRO AVANTI

ELEMENTO ACRO INDIETRO

| CODICE DEI PUNTEGGI UISP – PARALLELE |                                     |  |   |   |                    |
|--------------------------------------|-------------------------------------|--|---|---|--------------------|
| CATEGORIE                            | SECONDA CAT.                        |  |   |   |                    |
|                                      | PRIMA CAT.                          |  |   |   |                    |
|                                      | MINI 3 – MINI 4                     |  |   |   |                    |
| VALORE                               | A                                   | B  | C   | D   |                    |
|                                      | 0,1                                 | 0,2  | 0,3   | 0,4   |                    |
| ENTRATE                              | CAPOVOLTA DI SLANCIO                | CAPOVOLTA DI FORZA                                 | INFILIATA 1 GB  | KIPPE (ANCHE CON 180°)                            | INFILATA A 2       |
|                                      |                                     | INFILATA 1 PRESA POPLITEA                          |   |   |                    |
| SLANCIO                              |                                     | SLANCIO ALL'ORIZZONTALE UNITO                      | SLANCIO 45° UNITO   | SLANCIO ALLA VERTICALE UNITO                      |                    |
|                                      |                                     | SLANCIO ALL'ORIZZONTALE DIVARICATO CORPO SQUADRATO | SLANCIO 45° DIVARICATO CORPO SQUADRATO  | SLANCIO ALLA VERTICALE DIVARICATO CORPO SQUADRATO |                    |
| ELEMENTI                             | BASCULE GB PIEGATA                  | GIRO ADDOMINALE AVANTI GB PIEGATE                  | MEZZA VOLTA   | GRANVOLTA   |                    |
|                                      | GIRO AVANTI CON GB INFILATA         | GIRO ADDOMINALE INDIETRO                           | FUCS KIPPE  | KIPPE BREVE                                       | KIPPE STAGGIO ALTO |
|                                      | GIRO INDIETRO CON GB INFILATA       |  | BASCULE GB TESE   | GIRO ADDOMINALE INDIETRO STACCATO ALL'ORIZZONTALE |                    |
|                                      | BASCULE GB PIEGATA                  |  | GIRO ADDOMINALE AVANTI GB TESE  | GIRO DI PIANTA GB TESE                            |                    |
|                                      |                                     |  | GIRO DI PIANTA GB PIEGATE   | FIORETTO STACCO                                   |                    |
| USCITE                               | POSA DEI PIEDI ALTERNATI + PENNELLO | SLANCIO POSA DEI PIEDI INSIEME + PENNELLO          | DALL'OSCILLAZIONE (AVANTI E INDIETRO) LASCIO LO STAGGIO (ARRIVO TRA GLI STAGGI) | SALTO INDIETRO RACCOLTO                           |                    |
|                                      |                                     | FIORETTO GB UNITE                                  | FIORETTO UNITO 180°   | SALTO INDIETRO CARPIO                             |                    |
|                                      | FIORETTO GB DIVARICATE              | FIORETTO DIVARICATO 180°                           | FIORETTO 360°   |   |                    |
|                                      | GUIZZO                              | GUIZZO 180°  | FIORETTO + SALTO AVANTI   |   |                    |

CODICE DEI PUNTEGGI UISP – CORPO LIBERO

| CODICE DEI PUNTEGGI UISP – CORPO LIBERO |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| CATEGORIE                               | SECONDA CAT.   |  |   |  |
|   | PRIMA CAT.   |  |   |  |
|   | MINI 3 – MINI 4  |  |   |  |
|   | MINI 1 - 2   |  |   |  |
| VALORE                                  | A  | B  | C   | D  |
|   | 0,1  | 0,2  | 0,3   | 0,4  |
| ACROBATICI                              | CAPOVOLTA AVANTI<br>TUFFO                              | ROVESCIAATA AVANTI   | RIBALTATA 1<br>RIBALTATA 2                        | SALTO AVANTI RACCOLTO<br>SALTO AVANTI CARPIO         |
|   | RUOTA<br>RUOTA 1 MANO<br>RUOTA SPINTA<br>RUOTA SALTATA | ROVESCIAATA INDIETRO<br>ROVESCIAATA ARABA (PARTENZA DA SEDUTI)                           | FLIC AVANTI                                       | SALTO INDIETRO RACCOLTO<br>SALTO INDIETRO CARPIO     |
|   |  | TIC TAC (LAV. INDIETRO)  | FLIC INDIETRO UNITO<br>FLIC SMEZZATO INDIETRO     | RONDATA SENZA MANI<br>RUOTA COSTALE                  |
|   |  | RONDATA  | KIPPE DI TESTA                                    |  |
|   | VERTICALE CAPOVOLTA<br>VERTICALE 180°                  | SQUADRA+VERTICALE DISCESA LIBERA<br>VERTICALE 360°<br>CAPOVOLTA AVANTI ARRIVO GAMBE TESE | RUOTA SENZA<br>RIBALTATA SENZA                    | FLIC TEMPO   |
|   | CAPOVOLTA INDIETRO                                     | CAPOVOLTA INDIETRO ALLA VERTICALE<br>BRACCIA PIEGATE                                     | CAPOVOLTA INDIETRO ALLA VERTICALE BRACCIA<br>TESE | CAPOVOLTA DIETRO ALLA VERTICALE BRACCIA<br>TESE 360° |
| GINNICI                                 | PENNELLO   | ENJAMBÈE SPINTA A 2 (AMPIEZZA SOPRA I 135°)  | ENJAMBÈE LATERALE (1/4 DI GIRO)                   | CARPIO DIVARICATO 360°                               |
|   | PENNELLO 180°  | ENJAMBÈE SPINTA A 1 (AMPIEZZA SOPRA I 135°)  | ENJAMBÈE CAMBIO                                   | CARPIO UNITO 360°                                    |
|   | RACCOLTO   | SISSONNE (AMPIEZZA SOPRA I 135°)   | JOHNSON   | ENJAMBÈE PARI 360°                                   |
|   | RACCOLTO 180°  | CARPIO DIVARICATO (AMPIEZZA SOPRA I 135°)  | ENJAMBÈE PARI 180°                                | STRUG  |
|   | SALTO DEL GATTO  | CERVO (AMPIEZZA SOPRA I 135°)  | CARPIO DIVARICATO 180°                            | ENJAMBÈE CAMBIO 180°                                 |
|   | SALTO DEL GATTO 180°                                   | GATTO 360°<br>COSACCO 180°   | CARPIO UNITO 180°                                 | PENNELLO 720°  |
|   | SFORBICIATA  | CARPIO UNITO   | SHUSHUNOVA  | RACCOLTO 720°  |
|   | COSACCO SPINTA 1                                       | PENNELLO 360°  | SALTO GIRATO                                      | GATTO 720°   |
|   | COSACCO SPINTA 2                                       | RACCOLTO 360°  | COSACCO 360°                                      | MONTONE  |
|   | PIVOT 180° PASSÈ                                       | PIVOT 360° PASSÈ   | SALTO GAMBA TESA 180°                             | SALTO GAMBA TESA A 90° + 360° ROTAZIONE              |
|   | PIVOT 180° GAMBA 45°                                   | PIVOT 360° GAMBA TESA 45°  | PIVOT 360° GAMBA TESA 90°                         | PIVOT 360° IMPUGNATA                                 |
|   | PIVOT: PASSÈ 180°+PASSE 180°                           | PIVOT 180° GAMBA IMPUGNATA<br>PIVOT 180° ACCOSCIATA                                      | PIVOT 720° PASSÈ                                  | PIVOT ILLUSION<br>PIVOT 360° ACCOSCIATA              |

ELEMENTO ACRO AVANTI  
 ELEMENTO ACRO INDIETRO  
 LAVORO LATERALE

PER LA MINI 1 E MINI 2 È POSSIBILE UTILIZZARE COME ELEMENTI DI EQUILIBRIO \*\*

|   |   |
|---|---|
| ** DEVELLOPPÈ AVANTI O LATERALE GB 45° 2" | ** DEVELLOPPÈ AVANTI O LATERALE GB 90° IN RELEVÈ 2" |
| **PASSÈ IN PIANTA 2"                      | **PASSÈ IN RELEVÈ 2"                                |
| **TENUTA LATERALE DELLA GAMBA 135°        | **ARABESQUE   |