

The background features a large, semi-transparent circular logo for UISP (Unione Italiana Sport Professionisti). Inside the circle, the acronym 'UISP' is written in white at the top. Below the text is a grayscale image of a rhythmic gymnast in a dynamic pose, with one arm extended and the other bent. The overall design is clean and professional.

**UISP**

**Programma tecnico**

# **RHYTHMIC GAMES**

**Ginnastica Ritmica**

# TORNEO NAZIONALE di rappresentativa RHYTHMIC GAMES

<b>Programma tecnico</b>	<p><i>Rappresentativa societaria (ogni società può presentare più di una rappresentativa) riservato alle ginnaste di 3a cat. ALLIEVE - 3a cat. JUNIOR – 3a cat. SENIOR (sono escluse le ginnaste della 1° - 4° e 5° cat.)</i></p> <p><i>E' possibile inserire anche ginnaste di 2a cat. purchè non superino il 50% della rappresentativa..</i>  <i>Esempio: RAPPRESENTATIVA a 5 GINNASTE = MAX N. 2 GINNASTE di 2a cat.</i>  <i>RAPPRESENTATIVA a 6 GINNASTE = MAX N. 3 GINNASTE di 2a cat.</i></p> <p><i>Le rappresentative societarie devono presentare un esercizio per ogni attrezzo:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div> <p><i>Ogni ginnasta può eseguire al massimo 2 esercizi su attrezzi diversi.</i></p> <p><i>Le ginnaste JUNIOR e SENIOR non possono presentare l'esercizio al CORPO LIBERO</i>  <i>Le ginnaste ALLIEVE possono presentare oltre al CORPO LIBERO anche un attrezzo</i></p>
<b>Numero delle ginnaste</b>	<i>Minimo 4 max 6</i>
<b>Età delle ginnaste</b>	<p><i>11 anni e successivi (ovvero nate negli anni 00 e precedenti)</i>  <i>GINNASTE ALLIEVE: anni di nascita 2000/1999</i>  <i>GINNASTE JUNIOR: anni di nascita 1998/1997/1996</i>  <i>GINNASTE SENIOR: anni di nascita 1995 e precedenti</i></p>
<b>Classifica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>di rappresentativa (data dalla somma dei punteggi come di seguito indicato)</i></li> <li>• <i>individuale (le prime 6 ginnaste classificate ad ogni attrezzo disputeranno la finale per attrezzo)</i></li> </ul>
<b>Jolly</b>	<p><i>Ogni rappresentativa dovrà giocare il JOLLY su di un attrezzo a scelta dei 6 proposti.</i></p> <p><i>Il JOLLY raddoppierà il punteggio ottenuto a quell'attrezzo.</i></p> <p><i>Si potrà giocare UN SOLO JOLLY per ogni rappresentativa.</i></p> <p><i>La dichiarazione dell'attrezzo JOLLY dovrà essere fatta prima dell'inizio della competizione.</i></p> <p><i>Nella finale per attrezzo non viene giocato il JOLLY.</i></p>
<b>Tesseramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2011-2012</i></li> </ul>
<b>Passaggi di categoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2012, minimo nella 2a cat.</i></li> </ul>

**DIFFICOLTA' CORPOREE (D1)**

**PUNTI 7.00 di cui:**

- n. 10 difficoltà di qualunque valore (minimo 0,10) di cui:
- **CORPO LIBERO** → MINIMO n. 2 difficoltà per gruppo corporeo (ovvero n. 2 salti – n. 2 equilibri – n. 2 pivot – n. 2 souplesse)
- **FUNE** → MINIMO n. 3 difficoltà di SALTO e n. 3 difficoltà di PIVOT
- **CERCHIO** → MINIMO n. 2 difficoltà per gruppo corporeo (ovvero n. 2 salti – n. 2 equilibri – n. 2 pivot – n. 2 souplesse)
- **PALLA** → MINIMO n. 3 difficoltà di SOUPLESSE e MINIMO n. 3 difficoltà di SALTO
- **CLAVETTE** → MINIMO n. 3 difficoltà di EQUILIBRIO e n. 3 difficoltà di PIVOT
- **NASTRO** → MINIMO n. 3 difficoltà di PIVOT e n. 3 difficoltà di SALTO
- La somma effettiva del valore delle 10 difficoltà può sfiorare il totale di punti 7.00 ma sulla fiche deve essere dichiarato al massimo 7.00.

**DIFFICOLTA' d'ATTREZZO(D2)**

**PUNTI 10.00**

- E' possibile inserire o meno prese di rischio con o senza lancio

**ARTISTICO (A)**

**PUNTI 10.00 secondo C.d.P.**

**ESECUZIONE (E)**

**PUNTI 10.00 secondo C.d.P**

Si alternano in pedana prima tutti gli esercizi a **CORPO LIBERO** con gli esercizi alla **FUNE**, successivamente gli esercizi al **CERCHIO** con gli esercizi alla **PALLA**, infine gli esercizi alle **CLAVETTE** con gli esercizi al **NASTRO**, ecc....

Al termine si assegneranno dei punti a seconda del risultato ottenuto e del numero delle squadre partecipanti.

**ESEMPIO** su 10 squadre

1°	classificata	=	10 punti
2°	classificata	=	9 punti
3°	classificata	=	8 punti
4°	classificata	=	7 punti
5°	classificata	=	6 punti
6°	classificata	=	5 punti
7°	classificata	=	4 punti
8°	classificata	=	3 punti
9°	classificata	=	2 punti
10°	classificata	=	1 punto

## ESEMPIO SU 10 SQUADRE

	<b>CORPO LIBERO</b>	<b>FUNE</b>	<b>CERCHIO</b>	<b>PALLA</b>	<b>CLAVETTE</b>	<b>NASTRO</b>	<b><u>TOTALE PUNTI</u></b>	<b><u>CLASSIFICA</u></b>
<b>squadra A</b>	1a class. = 10 punti	3a class. = 8 punti	3a class. = 8 punti	9a class. = 2 punti	8a class. = 3 punti	4a class. = 7 punti	38 punti	3a
<b>squadra B</b>	5a class. = 6 punti	5a class. = 6 punti	9a class. = 2 punti	3a class. = 8 punti	10a class. = 1 punto	6a class. = 5 punti	28 punti	9a
<b>squadra C</b>	2a class. = 9 punti	1a class. = 10 punti	7a class. = 4 punti	5a class. = 6 punti	3a class. = 8 punti	1a class. = 10 punti	47 punti	1a
<b>squadra D</b>	8a class. = 3 punti	7a class. = 4 punti	4a class. = 7 punti	1a class. = 10 punti	9a class. = 2 punti	5a class. = 6 punti	32 punti	5a
<b>squadra E</b>	10a class. = 1 punto	2a class. = 9 punti	6a class. = 5 punti	7a class. = 4 punti	7a class. = 4 punti	2a class. = 9 punti	32 punti	5a
<b>squadra F</b>	3a class. = 8 punti	9a class. = 2 punti	1a class. = 10 punti	2a class. = 9 punti	4a class. = 7 punti	8a class. = 3 punti	39 punti	2a
<b>squadra G</b>	9a class. = 2 punti	6a class. = 5 punti	5a class. = 6 punti	6a class. = 5 punti	1a class. = 10 punti	10a class. = 1 punto	29 punti	7a
<b>squadra H</b>	7a class. = 4 punti	8a class. = 3 punti	2a class. = 9 punti	8a class. = 3 punti	5a class. = 6 punti	3a class. = 8 punti	27 punti	4a
<b>squadra I</b>	4a class. = 7 punti	10a class. = 1 punto	8a class. = 3 punti	10a class. = 1 punto	2a class. = 9 punti	9a class. = 2 punti	23 punti	10a
<b>squadra L</b>	6a class. = 5 punti	4a class. = 7 punti	10a class. = 1 punto	4a class. = 7 punti	6a class. = 5 punti	7a class. = 4 punti	29 punti	7a

# TORNEO NAZIONALE collettivo ESORDIENTI & ALLIEVE RHYTHMIC GAMES

<b>Programma tecnico</b>	<i>Esercizio da 3 a 6 ginnaste a <b>CORPO LIBERO</b></i>
<b>Età delle ginnaste</b>	<i>8-9-10-11-12 anni (ovvero nate negli anni 03-02-01-00-99), 8 anni già compiuti al momento della gara</i>
<b>Ammissioni</b>	<i>Non sono ammesse le ginnaste di 1a e 2a cat.</i>
<b>Musica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Durata: 1'15"-1'30"</i></li> <li>• <i>Altre specifiche secondo C.d.P.</i></li> </ul>
<b>Classifica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>di SQUADRA</i></li> </ul>
<b>Tesseramento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste devono essere in possesso della tessera UISP per l'anno sportivo 2011-2012</i></li> </ul>
<b>Passaggi di categoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Le ginnaste che partecipano a questo Torneo devono necessariamente partecipare nei Campionati 2012, minimo nella 2a cat.</i></li> </ul>

da 3 a 6 ginnaste CORPO LIBERO – Esigenze richieste

**DIFFICOLTA' (D1)**

**PUNTI 3.00**

- n. 8 difficoltà di qualunque valore (minimo 0,10) di cui:
  - MINIMO n. 2 difficoltà per gruppo corporeo (ovvero n. 2 salti – n. 2 equilibri – n. 2 pivot – n. 2 souplesse)
- La somma effettiva del valore delle **8** difficoltà può sfiorare il totale di punti **3.00** ma sulla fiche deve essere dichiarato al massimo **3.00**.

**DIFFICOLTA' (D2)**

**PUNTI 5.00**

- collaborazioni semplici: 0,30
- collaborazioni con superamenti/passaggi/attraversamenti: 0,40
- superamento con rovesciamento: 0,50
- collaborazioni con salto e rovesciamento: 0,60

**ARTISTICO (A)**

**PUNTI 10.00 secondo C.d.P.**

**ESECUZIONE (E)**

**PUNTI 10.00 secondo C.d.P.**