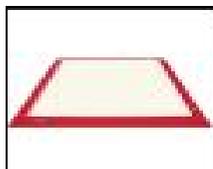


## Milano 8 gennaio 2012 - Errata corrige e specifiche GAF 5 dicembre 2011

DGN Sara Vacchini - DTN Acrobatica Paola Vasta DTN GAF Paola Morara



Suolo

**Il CdP recita che lo stesso elemento può soddisfare 2 EC....ma lo stesso elemento non può essere ripetuto per soddisfarne un'altra.**

Solo un elemento acrobatico può essere ripetuto all'interno della seconda serie acrobatica per soddisfare un'altra EC. Si deroga a questa regola quando la Serie Mista e Acrobatica sono eseguite di seguito.

### **Definizione di linea acro per mini 3 open/terza categoria**

Una linea acro è formata da minimo 2 elementi con o senza volo e con o senza appoggio delle mani con spinta a 1 o 2 piedi ed arrivo su uno o 2 piedi. Includi collegamenti misti. Non arrivare con i piedi nel salto, verrà comunque considerata comunque considerata una linea acrobatica.

**N.B. solo nella seconda serie acrobatica la ginnasta può ripetere l'elemento acrobatico (perché serie composta da elementi acrobatici).**

**Per comporre le serie miste la ginnasta deve utilizzare un elemento differente da quelli utilizzati per comporre le serie acrobatiche.**

**Nel caso di SM eseguita all'interno di una serie acrobatica l'elemento ginnico inserito nella combinazione serie mista e acrobatica può essere solo inserito come primo elemento oppure come ultimo...**

**Nel caso di SA eseguita all'interno di una serie MISTA, che preveda l'utilizzo di un elemento acrobatico ripetuto da una precedente serie acrobatica, l'elemento ACROBATICO RIPETUTO ed inserito nella combinazione serie mista e acrobatica può essere solo INSERITO come primo oppure come ultimo nel blocco puro acrobatico, non dev'essere quello di unione delle due serie.**

**Esempio: gatto + ruota + ruota spinta (la ruota è l'elemento che unisce le 2 serie mista e acrobatica). Nel caso in cui la ginnasta esegua successivamente rovesciata avanti + ruota spinta la EC della serie acrobatica viene assegnata (l'elemento ruota spinta fa parte della prima serie acrobatica e può essere ripetuto per soddisfare la EC serie acrobatica – 1ª Categoria).**

Nell'adottare quanto più possibile il CdP 2009/2012 è stato deciso che il pennello (rimbalzo) eseguito al termine degli elementi acrobatici non viene riconosciuto come un salto ginnico di valore A e pertanto non soddisfa la EC di serie mista.....  
esempio: rondata flic pennello...il pennello viene penalizzato ma non viene riconosciuto come elemento ...se la ginnasta lo esegue successivamente (nelle categorie dove è possibile utilizzare il Mini CdP UISP GAF) all'interno della serie ginnica, viene riconosciuto come elemento codificato e conteggiato nelle difficoltà.

N. B. 1<sup>a</sup> categoria: la ginnasta esegue rondata flic pennello – rondata pennello – ruota + ruota con una mano – gatto + pennello

Nel conteggio delle EC abbiamo 2 serie acrobatiche rondata flic pennello + ruota + ruota con una mano

1 serie ginnica: gatto + pennello

Non viene assegnata la serie mista rondata pennello (perché la rondata è stata utilizzata nella SA ed inoltre il pennello non viene riconosciuto come salto ginnico di valore A).

N. B. 1<sup>a</sup> categoria: la ginnasta esegue rondata flic pennello – capovolta avanti pennello mezzo giro – rondata flic smezzato– gatto + pennello

Nel conteggio delle EC abbiamo; 2 serie acrobatica rondata flic pennello + rondata flic smezzato –

1 serie mista capovolta avanti + pennello mezzo giro

1 serie ginnica: gatto + pennello

#### ATTENZIONE: esempi

Esempi: ruota + ruota con 1 mano/rovesciata avanti + ruota con una mano - ruota + ruota con 1 mano/ ruota + rovesciata avanti

La ginnasta ottiene il riconoscimento di 2 EC (serie acrobatiche) in entrambe le esecuzioni,

La stessa regola vale nell'utilizzo dello stesso elemento per soddisfare 2 EC.

Nel caso in cui la ginnasta voglia eseguire la seconda serie mista/acrobatica utilizzando un elemento acrobatico della prima serie... l'elemento utile può essere il primo oppure il secondo eseguito nella prima serie purchè l'elemento acrobatico di collegamento delle 2 serie sia differente da questi .

Esempio: ruota + ruota con 1 mano.....gatto+rov.avanti +ruota con una mano.

La ginnasta ottiene il riconoscimento delle 3 EC (serie acrobatiche e mista) nella prima esecuzione

La stessa regola non vale nell'utilizzo dello stesso elemento per soddisfare 2 EC utilizzandolo come segue,.

Esempio: ruota + ruota con 1 mano.....gatto + ruota + rov.avanti. La ruota diventando l'elemento che unisce le 2 serie (SM/SA) è già stata utilizzata per soddisfarne una e quindi non le viene riconosciuto la SM ma solo la SA. Esempio: Ruota + ruota con 1 mano.....gatto+rov.avanti +ruota con una mano

Serie mista valida anche : pennello + scendere a gambe tese ed eseguire la capovolta indietro con arrivo in piedi

Verticale oppure rovesciata avanti o indietro\_ se la ginnasta nella fase di verticale cammina e poi esegue la capovolta oppure la rovesciata ...incorre nella penalità di punti 0,30 + falli generali e nel caso di primo elemento della serie acrobatica o mista ..queste si assegnano.

Tic –tac Nel caso in cui la ginnasta all'arrivo in ponte spingendo sulla gamba d'appoggio, solleva il piede da terra, ma non riesce ad eseguire il rovesciamento indietro e torna in appoggio al suolo per eseguire una successiva spinta e realizzare l'elemento.....

la giuria non riconosce l'elemento ed assegna la penalità relativa alla caduta + falli generali.

N.B: il doppio caricamento delle braccia non interrompe la serie ginnica.

La ginnasta ottiene il riconoscimento delle 3 EC (2 serie acrobatiche e 1 mista)

La piroetta non può essere utilizzata per comporre la serie ginnica ...

La piroetta può essere utilizzata nella serie mista...

Nel conteggio degli elementi la piroetta si conteggia come elemento ginnico

Capovolta indietro: può essere eseguita con discesa ad arti superiori tesi senza incorrere in penalità - utilizzabile come elemento acrobatico eseguito a solo oppure nella serie mista).

DOMANDE E RISPOSTE:

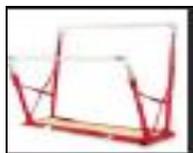
1) 2<sup>^</sup> cat: non è specificato se la S.A. deve avere fase di volo come in 3<sup>^</sup> cat. quindi posso utilizzare anche rovesciate,ruote.....etc.

SI è possibile utilizzare questi elementi

2) la rondata è elemento con fase di volo? SI è un elemento con fase di volo

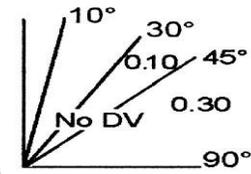
La ruota come uscita alla trave è valida come A solo in mini 4? Perchè nel mini codice non c'è e allora posso usarla anche in 1<sup>^</sup> categoria?

E' UN ELEMENTO CODIFICATO NEL PROGRAMMA GAF ED UTILIZZABILE SOLO IN MINI 3 OPEN ED IN MINI 4. NON E' POSSIBILE UTILIZZARE LA RUOTA IN PRIMA CATEGORIA.



Parallele asimmetriche

<b>- Penalità specifiche (Giuria E) CdP FIG adattato UISP GAF</b>					
<p><b>Dalla MINI Prima 3 open alla Terza e Over categoria gli slanci per non ricevere penalità devono essere eseguiti all'orizzontale o sopra - Gli slanci con partenza a gambe divaricate e corpo squadrato, sono utilizzabili per le EC se quando la ginnasta chiude le gambe e riallinea il corpo si trova con i piedi sopra lo staggio, all'orizzontale ecc...Mini prima Open – mini prima 4 – La EC dello slancio con i piedi sopra lo staggio non può essere soddisfatta con lo slancio indietro d'uscita.</b></p>					
<b>Mini Prima 3 open/mini Prima 4:</b>					
Falli		<b>0.10</b>	<b>0.30</b>	<b>0.50</b>	<b>1.00</b>
slancio con piedi sotto staggio				<b>NON ASSEGNAZIONE EC 0,50</b>	
Piedi sopra lo staggio			EC assegnata 0,30 penalità		
<b>Slancio vicino all'orizzontale</b>		EC assegnata 0,10 penalità			
<b>slancio all'orizzontale</b>	EC Assegnata - no penalità				
<p><b>- Gli slanci eseguiti al di fuori della EC sono penalizzati: piedi sotto lo staggio punti 0,30 ogni volta; piedi sopra lo staggio punti 0,10 ogni volta + falli generali, all'orizzontale nessuna penalità + falli generali</b></p>					
<b>Prima categoria, Seconda:</b>					
<b>slancio all'orizzontale</b>	EC Assegnata- no penalità				
<b>Slancio vicino all'orizzontale</b>		EC assegnata 0,10 penalità			
Slancio con i piedi sopra lo staggio			EC assegnata 0,30 penalità		
Slancio con i piedi sotto lo staggio			<b>NON ASSEGNAZIONE EC 0,50</b>		
<p><b>- Gli slanci eseguiti al di fuori della EC sono penalizzati: piedi sotto lo staggio punti 0,30 ogni volta + falli generali; piedi sopra lo staggio punti 0,10 ogni volta + falli generali;all'orizzontale nessuna penalità + falli generali</b></p>					
<b>Terza, Over :</b>					
Falli		<b>0.10</b>	<b>0.30</b>	<b>0.50</b>	<b>1.00</b>
<b>slancio all'orizzontale o più</b>	EC Assegnata- no penalità				
<b>Slancio vicino all'orizzontale</b>		EC non assegnata 0,50+ 0,10 penalità			
Slancio con i piedi sopra lo staggio			EC non assegnata 0,50 + 0,30 penalità		
Slancio con i piedi sotto lo staggio				EC non assegnata 0,50 + 0,50 penalità	
<p><b>- Gli slanci eseguiti al di fuori della EC sono penalizzati: piedi sotto lo staggio punti 0,30 ogni volta + falli generali; piedi sopra lo staggio punti 0,10 ogni volta + falli generali; all'orizzontale nessuna penalità + falli generali</b></p>					



Dalla Quarta Categoria in poi gli slanci non alla verticale sono penalizzati come da CdP 2009/2012 GAF FIG

### Fioretto e stacco

Se la ginnasta nell'eseguire il fioretto e stacco non effettua di seguito la kippe ma esegue delle oscillazioni a vuoto per poi eseguire la kippe sarà applicata la penalità di punti 0,30 -(Oscillazione a vuoto) + falli generali

Se la ginnasta nell'eseguire il fioretto e stacco nel prendere lo staggio alto si ferma e poi frusta le gambe per poter eseguire la kippe sarà applicata la penalità di punti 0,50 (slancio intermedio) + falli generali

Fioretto – nel caso in cui la ginnasta appoggi un piede per volta prima di eseguire il fioretto senza fare lo slancio la penalità da apportare punti 0,50 + 0,30 per lo slancio mancante + falli generali.

N.B. Nelle categorie in cui è permessa l'entrata libera. Nel caso in cui la ginnasta impugni lo staggio della parallela spinga sulle gambe per effettuare un pennello di rimbalzo per poi salire in appoggio allo staggio...la penalità da apportare è di punti 0,30 + falli generali



### **TRAVE – minimo 2 percorsi**

La ginnasta nell'eseguire l'esercizio deve percorrere la trave utilizzando la sua lunghezza. Non si apportano penalità se la ginnasta torna indietro senza essere arrivata in fondo. L'importante è che si andata oltre la metà dell'attrezzo.

Assegnazione Capovolta indietro – la ginnasta deve aver svincolato la testa e deve essere arrivata in accosciata....successivamente deve staccare le mani dall'attrezzo.

Assegnazione Capovolta indietro – se la ginnasta esegue la cap. indietro, arriva in accosciata, svincolando la testa dall'attrezzo, ma successivamente appoggia le ginocchia sull'attrezzo ....la penalità da apportare è di punti 1,00 (caduta) . L'elemento viene assegnato.

Assegnazione Capovolta avanti – la ginnasta deve sollevato il bacino dalla trave.....

**N.B. LE VOCI IN ROSSO SONO QUELLE DA UTILIZZARE PER LA VALUTAZIONE DEI SALTI - LINEE GUIDA DI VALUTAZIONE SALTI AL MINITRAMPOLINO**

FASE	PENALITA' NOTA: per quanto non riportato si fa riferimento al CdP FIG in vigore (tabella dei Falli Generali e delle Penalità – art. 6-7)	0.10	0.30	0.50
<b>Fase di battuta</b>	Mancanza di presalto	x	x	x
	Battuta non al centro del trampolino	x		
<b>Fase ascendente</b>	Altezza insufficiente (bacino al di sotto dell'altezza delle spalle)	x	x	x
	Anticipato atteggiamento del corpo	x	x	
<b>Esecuzione tecnica</b>	Rotazione A/L anticipata	x	x	x
	Posizione del corpo: Poco raggruppato, carpiato o teso	x	x	
<b>Fase discendente</b>	Insufficiente e/o ritardata estensione	x	x	
<b>Falli generali</b>	Gambe incrociate durante la rotazione A/L	x		
	Precisione nelle rotazioni A/L	x		
	Deviazione dalla linea di direzione	x	x	
	Gambe divaricate	x	x	
	Gambe flesse	x	x	
	Corpo arcato	x	x	
	Corpo squadrato	x	x	
<b>Arrivo</b>	Arrivo con precedenza dei piedi	Salto valido		
	Arrivo senza precedenza dei piedi	Salto nullo		
	Arrivo non con 2 piedi sul trampolino	nullo		
	Arrivo con un piede sul trampolino e uno sul tappetone	Caduta p. 1,00		
	<b>Dinamismo</b>	x	x	x
<b>varie</b>	<b>Mancata dichiarazione del salto</b>		x o.v.	

**Suddivisione Campionati CSIT – Sesta Categoria - Anno sportivo 2011/2012**

Anni di nascita

**Campionato SESTA A**

<b>2001</b>	<b>2000</b>	<b>1999</b>	<b>1998</b>	<b>1997</b>	<b>1996 e precedenti CLASSIFICA UNICA</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	---

**Campionato SESTA B**

<b>2001</b>	<b>2000</b>	<b>1999</b>	<b>1998</b>	<b>1997</b>	<b>CLASSIFICA JUNIOR</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------------------

**Campionato SESTA C**

<b>1996</b>	<b>1995</b>	<b>1994</b>	<b>1993</b>	<b>1992 e precedenti</b>	<b>CLASSIFICA SENIOR</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	--------------------------	--------------------------

<b>2001</b>	<b>2000</b>	<b>1999</b>	<b>1998</b>	<b>1997</b>	<b>CLASSIFICA JUNIOR</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------------------

**Campionato SESTA D**

<b>2001</b>	<b>2000</b>	<b>1999</b>	<b>1998</b>	<b>1997</b>	<b>CLASSIFICA JUNIOR</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------------------

<b>1996</b>	<b>1995</b>	<b>1994</b>	<b>1993</b>	<b>1992 e precedenti</b>	<b>CLASSIFICA SENIOR</b>
-------------	-------------	-------------	-------------	--------------------------	--------------------------

## CRITERI DI GIUDIZIO PER I SALTI AL VOLTEGGIO

### RIBALTATA

FASE DEL SALTO	COSA SI VALUTA?
Primo volo	- ALLINEAMENTO DEI SEGMENTI CORPOREI (non si penalizza un leggero arco se il corpo è tenuto) - TENUTA DEL CORPO - GAMBE FLESSE O DIVARICATE (le gambe devono essere unite e tese) * : non deve essere valutata l'ampiezza del primo volo, che può anche essere basso. Né si deve considerare la distanza della pedana dall'attrezzo.
Fase di appoggio	- BRACCIA TESE - GAMBE UNITE - CORPO IN TENUTA
Secondo volo	- ALTEZZA - LUNGHEZZA - TENUTA DEL CORPO GAMBE FLESSE O DIVARICATE (le gambe devono essere unite e tese)
Arrivo	- TENUTA DEL CORPO - PASSI
Generalità del salto	- AMPIEZZA - DINAMISMO

### RONDATA

FASE DEL SALTO	COSA SI VALUTA?
Primo volo	- ALLINEAMENTO DEI SEGMENTI CORPOREI (non si penalizza un leggero arco se il corpo è tenuto) - TENUTA DEL CORPO - GAMBE FLESSE O DIVARICATE (le gambe devono essere unite e tese) * : non deve essere valutata l'ampiezza del primo volo, che può anche essere basso. Né si deve considerare la distanza della pedana dall'attrezzo.
Fase di appoggio	- BRACCIA TESE - GAMBE UNITE - CORPO IN TENUTA - ROTAZIONE (non si penalizza rotazione da 180° a 90°. Per rotazione inferiore a 90° p.0,50)
Secondo volo	- ALTEZZA - LUNGHEZZA - TENUTA DEL CORPO GAMBE FLESSE O DIVARICATE (le gambe devono essere unite e tese)
Arrivo	- TENUTA DEL CORPO - PASSI
Generalità del salto	- AMPIEZZA - DINAMISMO

## VERTICALE E SPINTA

FASE DEL SALTO	COSA SI VALUTA?
Primo volo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ALLINEAMENTO DEI SEGMENTI CORPOREI (non si penalizza un leggero arco se il corpo è tenuto)</li> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> <li>- GAMBE FLESSE O DIVARICATE (le gambe devono essere unite e tese)</li> </ul> <p>* : non deve essere valutata l'ampiezza del primo volo, che può anche essere basso. Né si deve considerare la distanza della pedana dall'attrezzo.</p>
Fase di appoggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- BRACCIA TESE</li> <li>- GAMBE UNITE</li> <li>- CORPO IN TENUTA</li> </ul>
Secondo volo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ALTEZZA</li> <li>- LUNGHEZZA</li> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> <li>- * deve essere evidente la fase di repulsione ovvero deve esserci un momento in cui tutte le parti del corpo sono staccate dal tappeto</li> </ul>
Arrivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> </ul>
Generalità del salto	<ul style="list-style-type: none"> <li>- AMPIEZZA</li> <li>- DINAMISMO</li> </ul>

## RUOTA

FASE DEL SALTO	COSA SI VALUTA?
Primo volo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ALLINEAMENTO DEI SEGMENTI CORPOREI (non si penalizza un leggero arco se il corpo è tenuto)</li> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> <li>- GAMBE FLESSE</li> </ul> <p>* : non deve essere valutata l'ampiezza del primo volo, che può anche essere basso. Né si deve considerare la distanza della pedana dall'attrezzo.</p>
Fase di appoggio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- BRACCIA TESE</li> <li>- CORPO IN TENUTA</li> </ul>
Secondo volo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- AMPIEZZA</li> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> <li>- GAMBE FLESSE</li> </ul>
Arrivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TENUTA DEL CORPO</li> <li>- PASSI</li> </ul>
Generalità del salto	<ul style="list-style-type: none"> <li>- AMPIEZZA</li> <li>- DINAMISMO</li> </ul>