

 **UISP**
sportpertutti **SdA GINNASTICHE**
GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE



CODICE DEI PUNTEGGI
UISP GAF
2018-2022



Volteggio

NEL PROGRAMMA TECNICO UISP GAF 2018-2022 nelle Categorie dalla Mini Prima alla Terza Categoria è indicata l'attrezzatura di ogni competizione, l'altezza in base alle fasce di età; sono riportati i volteggi che le ginnaste hanno a disposizione ed il loro valore.

- In terza categoria, i salti da p. 5,50 devono essere scelti tra quelli presenti nel CdP FIG GAF 2017-2020 aggiornato con VD da p. 2,60 a p. 2,80

Dalla Quarta Categoria in poi per il valore di tutti i volteggi consultare il CdP FIG GAF 2017-2020 aggiornato.

[Link per scaricare il CdP 2017/2020 http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art](http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art)



PARALLELE ASIMMETRICHE


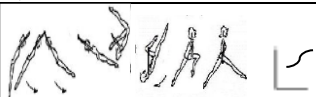











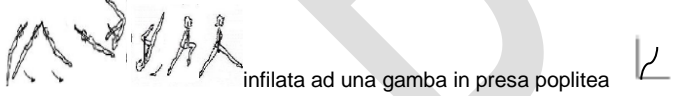


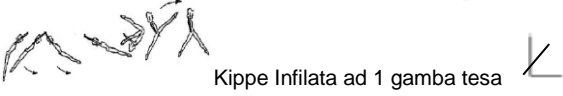

- Fino alla prima categoria: Lavoro su uno staggio (SI)
- Seconda e Terza categoria: obbligatorio lavoro sui due staggi (SI / SS)

N. B.













Per la composizione degli esercizi si possono utilizzare gli elementi del CdP UISP GAF (fino alla 3^a cat) e gli elementi del CdP FIG GAF (tutte le categorie). Gli elementi contrassegnati sul Codice UISPGAF dal nr del CdP FIG GAF sono utilizzabili in tutte le Categorie ma fino alla terza categoria ottengono il valore UISP come indicato nella tabella. Dalla quarta categoria in poi mantengono il valore attribuito dal CdP FIG GAF 2017-2020 aggiornato.



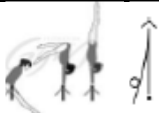


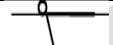

[Link per scaricare il CdP 2017/2020 http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art](http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art)

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Parallele Asimmetriche









	Entrate	A	B
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non ottengono VD	0,10	0,20
Mini 3 open B, Mini 4	 saltare all'appoggio	 Infilata ad una gamba in presa poplitea	 Infilata ad 1 gamba tesa
Mini 3 open B, Mini 4	 cap. ind. d'entrata spinta ad 1 piede		
Mini 3 open B, Mini 4		 cap.ind. d'entrata di forza	
Prima	 saltare all'appoggio		
Prima	 cap. ind. d'entrata spinta ad 1 piede		
Prima	 cap.ind. d'entrata di forza		
Prima		 infilata ad una gamba in presa poplitea	 Infilata ad 1 gamba tesa
Seconda	 saltare all'appoggio		
Seconda	 cap. ind. d'entrata spinta ad 1 piede		
Seconda	 cap.ind. d'entrata di forza		
Seconda	 infilata ad una gamba in presa poplitea	 Kippe Infilata ad 1 gamba tesa	 Kippe nr 1.101 CdP FIG GAF
Terza elementi non utili per il Bonus	 Kippe Infilata ad 1 gamba tesa	 kippe nr 1.101 CdP FIG GAF	
Mini 3 open B, Mini4, Prima, Seconda	Qualsiasi entrata libera non descritta nel CdP UISP GAF		

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Parallele Asimmetriche

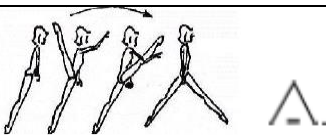
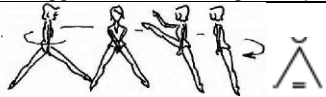

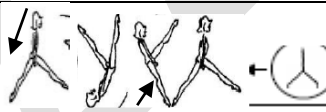
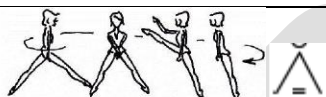


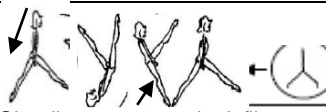


	Slanci a gambe unite o divaricate Fucs+ Tempo di Kippe	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	
MINI 3 open B - Mini 4	 slancio con piedi sotto lo staggio a gambe unite o divaricate				
MINI 3 open B Mini 4	 Slancio sotto l'orizzontale a g. unite o div.	 Slancio all'orizzontale g. unite o div.	 Slancio sopra l'orizzontale a g. unite o div.	 Slancio in verticale gambe divaricate (nr 2.101 CdP FIG GAF)	
Mini 4				 Fucs + tempo di kippe	
Prima	 slancio con piedi sotto lo staggio a gambe unite o divaricate				
Prima	 Slancio sotto l'orizzontale a g. unite o div.	 Slancio all'orizzontale a g. unite o div.	 Slancio sopra l'orizzontale a g. unite o div.	 Slancio in verticale gambe divaricate (nr 2.101 CdP FIG GAF)	
Prima				 Fucs + tempo di kippe	



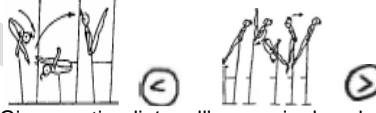



	Slancio gambe unite o divaricate Fucs+ Tempo di Kippe	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Seconda -Terza	 <p>Slancio all'orizzontale a g. unite o div.</p>  <p>Slancio sopra l'orizzontale a g. unite o div.</p>		 <p>Slancio in verticale gambe divaricate (nr 2.101 CdP FIG GAF)</p>	 <p>Slancio in verticale gambe unite (nr 2.201 CdP FIG GAF)</p>	
Seconda				Fucs + tempo di kippe	
Terza			Fucs + tempo di kippe	Kippe+ slancio alla verticale gambe divaricate	
 <p>penalità: piedi sotto staggio p. 0,30 Sopra staggio 0,10</p>	 <p>Penalità: appena sotto l'orizzontale p. 0,10</p>	 <p>penalità A 30° dalla vert. Nessuna penalità Sotto i 30° fino orizzontale p. 0,10</p>			

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Parallele Asimmetriche









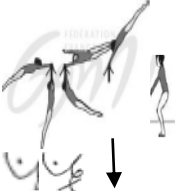


	Mezza volta- Granvolta- Slanciappoggio	A	B	C	D
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	0,50
Seconda	 Salire all'appoggio allo staggio superiore in capovolta				
Seconda -Terza				 Slanciappoggio allo SS	
Seconda _ Terza			 Mezza volta	 Granvolta di petto (nr 3.201 CdP FIG GAF)	
Terza			 Oscillazione avanti e ritorno	 oscillazione avanti con ½ giro	
Terza					 Tarzan sotto 45°
Terza					 Contromovimento sotto 45°








Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Parallele Asimmetriche

		A	B	C	
	Passaggi Gamba sopra lo staggio - Giri circolari intorno allo staggio				
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	
Mini 3 open B Mini 4	 passaggio laterale di una gamba per arrivare in divaricata sagittale				
Mini 3 open B Mini 4	 ½ giro cambiando la presa e sollevando le gambe sopra lo staggio				
Mini 3 open B Mini 4		 Giro avanti con 1 gamba infilata tesa			
Mini 3 open B Mini 4		 Giro dietro con 1 gamba infilata tesa			
Prima	 ½ giro cambiando la presa e sollevando le gambe sopra lo staggio	 Giro avanti con 1 gamba infilata tesa	 Giro avanti o dietro all'appoggio dorsale con 2 gambe infilate tese (nr 4.106 e nr 4.107 CdP FIG GAF)		
Prima		 Giro dietro con 1 gamba infilata tesa			
Prima		 Giro di pianta a gambe piegate (aperte o chiuse)	 Giro di pianta a gambe tese (nr 5.108 CdP FIG GAF)- aperte o chiuse		

	Passaggi Gamba sopra lo staggio - Giri circolari intorno allo staggio	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Seconda Terza		 <p>Giro avanti con 1 gamba infilata tesa</p>			
Seconda Terza		 <p>Giro dietro con 1 gamba infilata tesa</p>			
Seconda Terza			 <p>Giro avanti o dietro all'appoggio dorsale con 2 gambe infilate tese (nr 4.106 e nr 4.107 CdP FIG GAF)</p>		
Seconda Terza				<p>Tempo di capovolta</p> 	
Seconda Terza		 <p>Giro di pianta a gambe piegate (aperte o chiuse)</p>	 <p>Giro di pianta a gambe tese (NR 5.108 CdP FIG GAF) aperte o chiuse</p>		

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Parallele Asimmetriche

	Uscite	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	
Mini 3 open B Mini4	 uscita con slancio dietro				
Mini 3 open B Mini4	 cap. avanti discesa controllata				
Mini 3 open B Mini 4		 slancio e posa dei piedi uno dopo l'altro sullo SB per saltare a terra	 slancio e posa dei piedi simultanea sullo SB per saltare a terra		
Mini 3 open B Mini 4		 Fioretto (slancio e posa dei piedi uno dopo l'altro sullo SB)	 Fioretto (slancio e posa dei piedi simultanea sullo SB per saltare a terra)		
Mini 3 open B Mini 4		 Guizzo			
Prima			Uscita di 1ª categoria Da in piedi sullo SB, saltare alla sospensione SA e oscillare av.; nella fase di ritorno abbandonare le impugnature 	 Eseguire 2 oscillazioni, alla seconda con ½ giro abbandonare le impugnature per arrivare a terra	
Prima		 Guizzo			
Prima		 Fioretto			

	Uscite	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Seconda		 Guizzo	 fioretto con ½ giro (nr 6.101 CdP FIG GAF)		
Seconda		 Fioretto	 guizzo con ½ giro (nr 6.102 CdP FIG GAF)		
Terza		 fioretto con ½ giro (nr 6.101 CdP FIG GAF)			
Terza		 guizzo con ½ giro (nr 6.102 CdP FIG GAF)			
Seconda, Terza				Salto dietro raggruppato (nr 6.104 CdP FIG GAF) 	



TRAVE




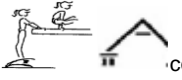
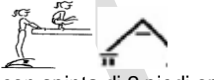






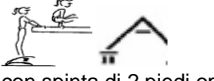

- Trave Bassa h. cm 50 dal suolo (Cat. Mini 3, Mini 4, Prima, Seconda)
- Trave Alta h. cm 125 dal suolo (Cat. Seconda, Terza, Quarta, Quinta e Sesta)





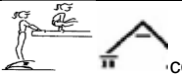
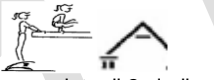





N.B.

Per la composizione degli esercizi si possono utilizzare gli elementi del CdP UISP GAF (fino alla 3^a cat) e gli elementi del CdP FIG GAF (tutte le categorie). Gli elementi contrassegnati sul Codice UISP GAF dal nr del CdP FIG GAF sono utilizzabili in tutte le Categorie ma fino alla terza categoria ottengono il valore UISP come indicato nella tabella. Dalla quarta categoria in poi mantengono il valore attribuito dal CdP FIG GAF 2017-2020 aggiornato.

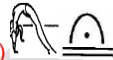







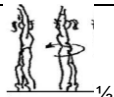


[Link per scaricare il CdP 2017/2020 http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art](http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art)

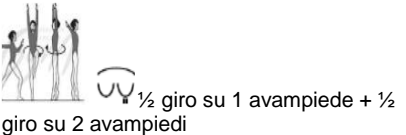



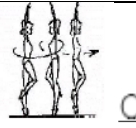

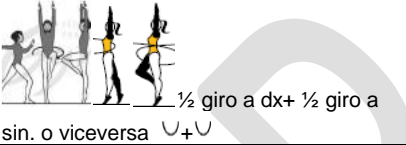

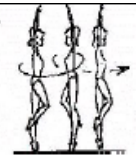


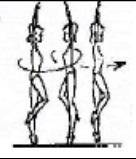
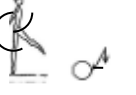

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Trave

	Entrate	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC – ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	
Mini 3 open A e B Mini 4	 Partenza lateralmente oppure in cima alla trave, con un passo salire sulla trave con arrivo in accosciata	 Staccata frontale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)			
Mini 3 open A e B Mini 4		 Staccata laterale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)			
Mini 3 open A e B Mini 4	 con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione segnata)	 con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione tenuta 2")	 Salire in squadra per effettuare ½ giro con gambe sopra l'attrezzo		
Prima	 Partenza lateralmente oppure in cima alla trave, con un passo salire sulla trave con arrivo in accosciata	 Staccata frontale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)			
Prima		 Staccata laterale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)		 Capovolta d'entrata con arrivo minimo in accosciata nr 1.207 CdP FIG GAF	
Prima	 con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione segnata)	 con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione tenuta 2")	 Salire in squadra per effettuare ½ giro con gambe sopra l'attrezzo		

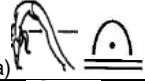













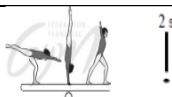
	Entrate	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC – ma non ottengono VD	0,10	0,20	0,30	
Seconda	 <p>Partenza lateralmente oppure in cima alla trave, con un passo salire sulla trave con arrivo in accosciata</p>	 <p>Staccata frontale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)</p>			
Seconda		 <p>Staccata laterale tenuta 2" nr 1.105 CdP FIG GAF (D) (può essere eseguita anche all'interno dell'esercizio)</p>	 <p>appoggio dorsale libero (posizione tenuta 2")</p>		
Seconda	 <p>con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione segnata)</p>	 <p>con spinta di 2 piedi oppure con passaggio successivo delle gambe sopra la trave salire in squadra divaricata (posizione tenuta 2")</p>	 <p>Salire in squadra per effettuare ½ giro con gambe sopra l'attrezzo</p>		
Seconda			 <p>appoggio dorsale libero (posizione tenuta 2")</p>	 <p>Verticale d'impostazione nr 1.210 CdP FIG GAF</p>	
Mini 3 open A e B Mini 4 Prima Seconda	Qualsiasi entrata libera non descritta nel Cdp UISP GAF viene valutata come elemento che soddisfa la EC.				
Terza			 <p>appoggio dorsale libero (posizione tenuta 2")</p>	 <p>Verticale d'impostazione nr 1.210 CdP FIG GAF</p>	
















Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Trave









	Elementi Statici + ½ Giri	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non hanno VD	0,10	0,20	0,30	
Mini3 open A/B Mini4		Ponte (posizione tenuta 2") 			
Mini3 open A/B Mini4		Candela tenuta 2" 			
Mini3 open A/B Mini4		Elevata fuori in presa (posizione tenuta 2") (D) 			
Mini3 open A/B Mini4		elevata avanti in presa (posizione tenuta 2") (D) 			
Mini3 open A/B Mini4		½ giro con gamba a 45° 	piroetta 360° con gamba a 45° 		
Mini3 open A/B	 ½ giro in accosciata in relevè	 ½ giro su 1 avampiede + ½ giro su 2 avampiedi			
Mini 4	 ½ giro su 2 avampiedi + tenere relevè 2" 	 ½ giro su 1 avampiede + ½ giro su 2 avampiedi			

	Elementi Statici + ½ Giri	A	B	C	
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non hanno VD	0,10	0,20	0,30	
Prima	 ½ giro su 1 avampiede + ½ giro su 2 avampiedi	 Elevata fuori in presa (posizione tenuta 2") (D)			
Prima		 elevata avanti in presa (posizione tenuta 2") (D)			
Prima		 ½ giro con gamba a 45°	 Piroetta 360°		
Prima		 ½ giro su un avampiede a dx+ ½ giro a sin. o viceversa ∪+∪			
Seconda	 ½ giro a dx+ ½ giro a sin. o viceversa ∪+∪	 ½ giro con gamba a 45°	 Piroetta 360°	 piroetta 360° con gamba a 45°	
Terza		 ½ giro con gamba a 45°	 Piroetta 360°	 piroetta 360° con gamba a 45°	
Terza				 Piroetta 540°	




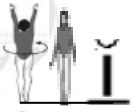


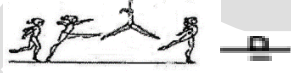

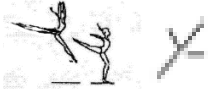
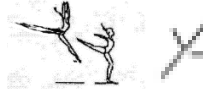
Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Trave












	Elementi Acrobatici	A	B	C
Categorie		0,10	0,20	0,30
Mini3 Open Mini 4		 <p>ponte (posizione segnata)</p>		
Mini3 Open Mini 4		 <p>candela (posizione segnata)</p>		
Mini3 Open Mini 4		 <p>Ponte+ rovesciata indietro</p>		
Mini3 Open Mini 4		 <p>Capovolta dietro arrivo min. in accosciata mani staccate</p>		
Mini3 Open Mini 4		 <p>Capovolta av. Arrivo in piedi</p>		
Mini3 Open Mini 4		 <p>Partendo dalla posizione in accosciata a piedi pari uniti, oppure in ginocchio, elevare il bacino alla verticale (coniglietto)</p>	 <p>Verticale di passaggio</p>	
Prima		 <p>Ponte+ rovesciata indietro</p>	 <p>Rov.dietro nr 4.109 del CdP FIG GAF</p>	
Prima		 <p>Capovolta dietro arrivo min. in accosciata mani staccate</p>	 <p>Tic tac nr 4.108 del CdP FIG GAF lavoro indietro fino 3^a cat</p>	
Prima		 <p>Capovolta av. Arrivo in piedi</p>	 <p>Rov.avanti nr 4.108 del CdP FIG GAF</p>	
Prima		 <p>Verticale di passaggio</p>	 <p>Vert.tenuta² laterale e trasversale nr 4.103 CdP FIG GAF</p>	

Prima			 × Ruota nr 4.107 CdP FIG GAF		
	Elementi Acrobatici	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Seconda			 × Ruota nr 4.107 CdP FIG GAF	 × × Ruota saltata e ruota spinta nr 4.107 CdP FIG GAF (elementi differenti)	
Seconda			 Tic tac nr 4.108 del CdP FIG GAF lavoro indietro fino 3 ^a cat		
Seconda			 Rovesciata avanti nr 4.108 del CdP FIG GAF	 FlicFlac nr 5.204 CdP FIG GAF	
Seconda		 Ponte+ rovesciata indietro	 Rovesciata dietro nr 4.109 del CdP FIG GAF	 Rovesciata indietro partenza da seduti nr 4.210 CdP FIG GAF	
Seconda		 Capovolta dietro arrivo min. in accosciata mani staccate			
Seconda		 Capovolta av. Arrivo in piedi		 Rondata nr 5.208 Cdp FIG GAF	
Seconda		 Verticale di passaggio	 Verticale tenuta 2" laterale e trasversale nr 4.103 CdP FIG GAF	 Verticale+ capovolta avanti nr 4.203 CdP FIG GAF	

	Elementi acrobatici	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Terza		 Capovolta dietro arrivo min. in accosciata mani staccate			
Terza		 Capovolta av. Arrivo in piedi			
Terza				 FlicFlacnr5.204 CdP FIG GAF	
Terza				 Rovesciata indietro partenza da seduti nr 4.210 CdP FIG GAF	
Terza				 Verticale+ capovolta avanti nr 4.203 CdP FIG GAF	
Terza				 Rondata nr 5.208 CdP FIG GAF	
Terza			 Ruota saltata nr 4.107 CdP FIG GAF		
Terza			 Ruota spinta nr 4.107 CdP FIG GAF		

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Trave

	Salti ginnici	A	B	C	
Categorie		0,10	0,20	0,30	
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 Salto sforbiciato (non utilizzabile per grande ampiezza)			
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 pennello	 pennello con ½ giro	 pennello con ½ giroseguito in posizione laterale	
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 Salto raggruppato			
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 Enjambèè sul posto con aperture sagittale a 135°			
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 Enjambèècon aperture sagittale a 135°			
Mini 3 open Mini 4 Prima Seconda, Terza		 Salto divaricato apertura 135° Salto carpiato/divaricato apertura 135°			
Mini 3 open Mini 4 Prima		 Sissone apertura 135°	 Sissone apertura 180° nr 2.108 CdP FIG GAF		

	Uscite	A	B	C
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC- ma non hanno VD	0,10	0,20	0,30
Mini 3 open Mini 4	Salto ginnici con o senza rotazione			
Mini 3 open Mini 4	Qualsiasi uscita libera non descritta nel Cdp UISP			
Mini 3 open Mini 4		X Ruota (anche arrivo costale)	 Ruota + salto in estensione	
Mini 3 open Mini 4		 ribaltata		
Mini 3 open Mini 4		 rondata		
Prima		 ribaltata		
Prima		 rondata	 salto in estensione X! Ruota +	
Seconda Terza		 rondata		Ruota + salto in estensione trave alta h. 1.25 
Seconda Terza		 ribaltata		
Seconda Terza (trave alta h 125)				 salto avanti raccolto nr 6.102 CdP FIG GAF
Seconda Terza (Trave Alta h 125)				 salto dietro raccolto NR 6.104 CdP FIG GAF



CORPO LIBERO











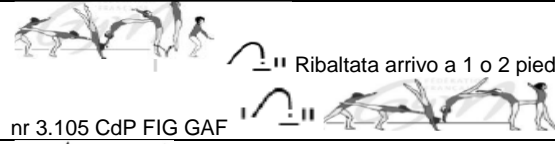
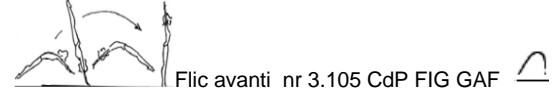
- Linea o Diagonale (Cat. Mini 3, Mini 4, Prima, Seconda)
- Con Direzioni (Cat. Seconda, Terza, Quarta, Quinta e Sesta)



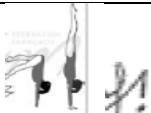









N.B.


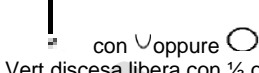











Per la composizione degli esercizi si possono utilizzare gli elementi del CdP UISP GAF (fino alla 3^a cat) e gli elementi del CdP FIG GAF (tutte le categorie). Gli elementi contrassegnati sul Codice UISP GAF dal nr del CdP FIG GAF sono utilizzabili in tutte le Categorie ma fino alla terza categoria ottengono il valore UISP come indicato nella tabella. Dalla quarta categoria in poi mantengono il valore attribuito dal CdP FIG GAF 2017-2020 aggiornato.




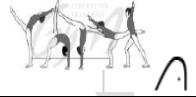
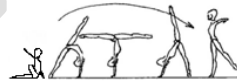




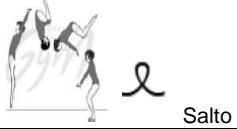




[Link per scaricare il CdP 2017/2020 http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art](http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art)

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Corpo Libero



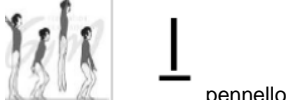
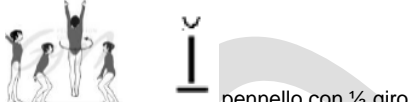



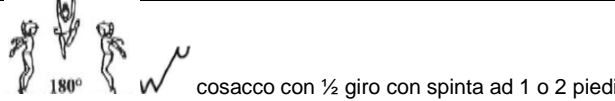
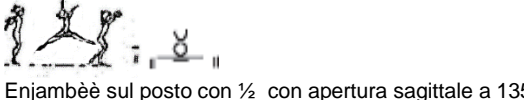

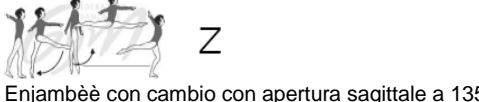

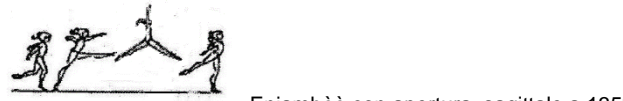

	Elementi Acrobatici (lavoro avanti / laterale)	A	B	C
Categorie		0,10	0,20	0,30
Mini 3 Open Mini 4		 Verticale+ cap. avanti a braccia piegate	 vert. Impostazione partenza in piedi, discesa anche in cap. avanti a braccia piegate	 Vert. Impostazione dalla squadra, discesa anche in cap. avanti a braccia piegate
Mini 3 Open Mini 4		 Cap. av. Arrivo in piedi		
Mini 3 Open Mini 4		 X ruota		
Mini 3 Open Mini 4		 X Ruota con 1mano		
Mini 3 Open Mini 4		 X X Ruota saltata e ruota spinta		
Mini 3 Open Mini 4			 Rovesciata avanti	 Ribaltata a 1 nr 3.105 CdP FIG GAF
Mini 3 Open Mini 4				 Rondata nr 3.106 CdP FIG GAF
Mini 3 Open Mini 4				 Ribaltata arrivo a 1 o 2 piedi nr 3.105 CdP FIG GAF
Mini 3 Open Mini 4				 Flic avanti nr 3.105 CdP FIG GAF

		A	B	C
	Elementi Acrobatici (lavoro avanti / laterale)			
Categorie		0,10	0,20	0,30
Prima	Elementi non utilizzabile per la composizione delle serie acrobatiche	 Verticale+ cap. avanti a braccia tese	 Verticale discesa libera con 1/2 o 1 giro alla verticale nr 3.101 CdP FIG GAF	
Prima	Elementi non utilizzabili per la composizione delle serie	 vert. Impostazione partenza in piedi, discesa libera	 Vert. Impostazione dalla squadra, discesa libera	
Prima		 Cap. av. Arrivo in piedi		 Flic avanti nr 3.105 CdP FIG GAF
Prima		 X Ruota		
Prima		 X Ruota con 1 mano		
Prima		 Ruota saltata e ruota spinta	 Ribaltata a 1 nr 3.105 CdP FIG GAF	
Prima			 Ribaltata a 2 nr 3.105 CdP FIG GAF	
Prima				 Salto av. Racc. nr 4.101 CdP FIG GAF

	Elementi Acrobatici (lavoro avanti / laterale)	A	B	C
Categorie		0,10	0,20	0,30
Seconda Terza	Elemento non utilizzabile per la composizione delle serie acrobatiche	 Verticale+ cap. avanti a braccia tese	 Vert. discesa libera con 1/2 o 1 giro alla verticale nr 3.101 CdP FIG GAF	
Seconda Terza	Elementi non utilizzabili per la composizione delle serie	 discesa libera	 Vert. Imp. dalla squadra, discesa libera	
Seconda Terza		 Cap. av. Arrivo in piedi		
Seconda Terza		 X Ruota		
Seconda Terza		 X Ruota con 1 mano		
Seconda Terza		 X X Ruota saltata e Ruota spinta (elementi differenti)		
Seconda Terza			 Flic avanti nr3.105 CdP FIG GAF	
Seconda Terza			 CdP FIG GAF Ribaltata a 1 nr3.105	
Seconda Terza			 nr 3.105 CdP FIG GAF Ribaltata a 2	
Seconda Terza				 Salto av. Racc. nr4.101CdP FIG GAF
Seconda Terza			 X Ruota senza mani	

Categorie	Elementi Acrobatici (lavoro dietro)	A0,10	nr 4.104 CdP FIG GAF B0,20	C0,30
Mini 3 Open Mini 4			 Tic-tac	
Mini 3 Open Mini 4		 Cap. indietro arrivo in piedi(tutte le varianti)		
Mini 3 open Mini 4			 Cap. dietro alla vert. a braccia piegate	
Mini 3 Open Mini 4			 Rovesciata dietro	 Rov. Dietro partenza da seduti
Mini 3 Open Mini 4				 Flic-flac nr 3.107 CdP FIG GAF
Prima		 Cap. indietro arrivo in piedi (tutte le varianti)	 Cap. dietro alla vert. abbraccia tese	
Prima				 Flic-flac nr 3.107 CdP FIG GAF
Prima				 Salto dietro raccolto nr 5.101 CdP FIG GAF
Seconda Terza		 Cap. indietro arrivo in piedi (tutte le varianti)	 Cap. dietro alla vert. A braccia tese	
Seconda Terza			 Flic-flac nr 3.107 CdP FIG GAF	
Seconda Terza				 Salto dietro racc. nr 5.101 CdP FIG GAF

Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Corpo Libero

	Elementi ginnici	A	B	C
Categorie		0,10	0,20	0,30
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima			 gatto con ½ giro	
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 Salto sforbiciato (non utilizzabile per grande ampiezza)			
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 penello			
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 penello con ½ giro			-
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 Salto raggruppato		 Salto raggruppato con ½ giro	
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 CdP FIG GAF Cosacco spinta ad 1 o 2 piedi nr 1.114		 180° cosacco con ½ giro con spinta ad 1 o 2 piedi	
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima			 Enjambèè sul posto con ½ con apertura sagittale a 135°	 Enjambèè sul posto con ½ giro nr 1.201 CdP FIG GAF
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima			 Enjambèè con cambio con apertura sagittale a 135°	 Enjambèè con cambio nr 1.205 CdP FIG GAF
Mini 3 Open A/B Mini 4 Prima	 Enjambèè con apertura sagittale a 135°		 Enjambèè con apertura sagittale a 180° nr 1.101 CdP FIG GAF	

**Elementi
ginnici**

A

B

C

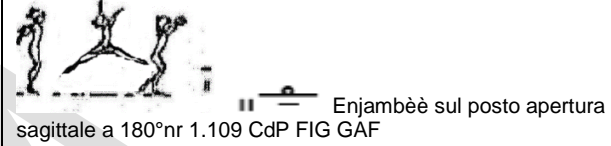
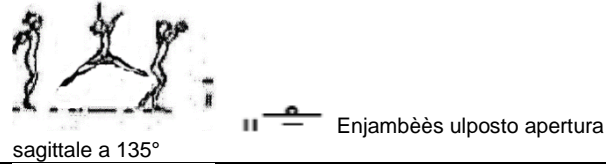
Categorie

0,10

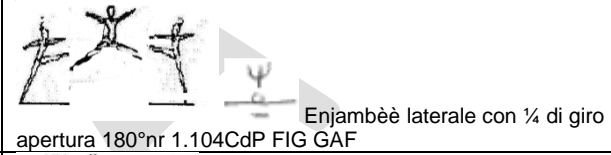
0,20

0,30

Mini 3 Open A/B
Mini 4
Prima



Mini 3 Open A/B
Mini 4
Prima



Mini 3 Open A/B
Mini 4
Prima



Seconda
Terza



Seconda
Terza



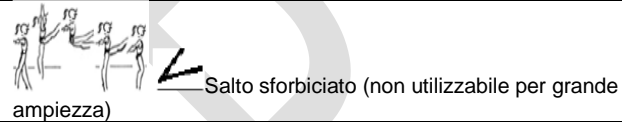
Seconda
Terza



Seconda
Terza



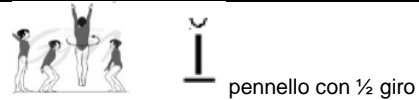
Seconda
Terza



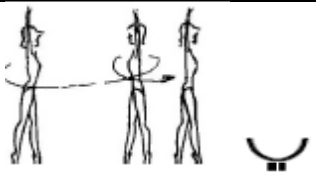
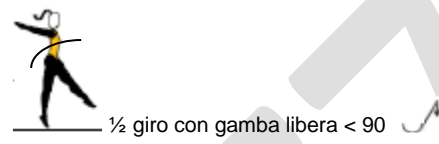
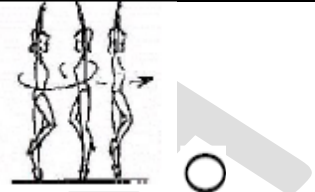


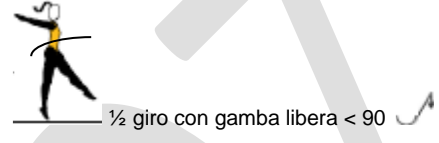
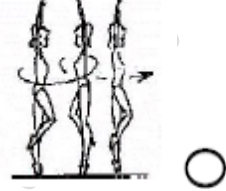

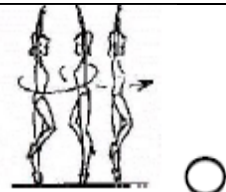

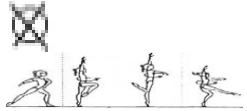
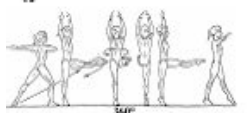
Seconda
Terza



Seconda
Terza



Codice dei Punteggi UISP GAF 2018-2022 – Tavole degli elementi – Corpo Libero

	Giri	A	B	C
Categorie	Elementi codificati che soddisfano le EC-ma non hanno VD	0,10	0,20	0,30
Mini 3 open A e B	 <p>½ giro su 2 avampiedi</p>	 <p>½ giro con gamba libera < 90</p>	 <p>Piroetta 360°</p>	 <p>Piroetta 540°</p>
Mini 4	 <p>1 avampiede in passè ½ giro su</p>	 <p>½ giro con gamba libera < 90</p>	 <p>Piroetta 360°</p>	 <p>Piroetta 540°</p>
Prima Seconda			 <p>Piroetta 360°</p>	 <p>Piroetta 540°</p>
Prima Seconda				 <p>Piroetta 720° (2giri) nr 2.201 CdP FIG GAF</p>
Prima Seconda				 <p>Piroetta 360° con gamba libera 90° nr 2.202 CdP FIG GAF</p>

BOZZA