

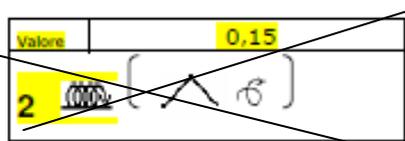
# FAQ aprile 2014

DISPOSIZIONI DI GIURIA aggiornate ad APRILE 2014

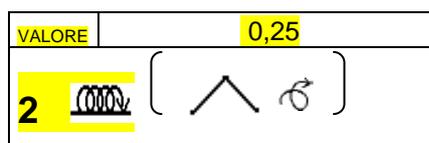
Pag. 5

Errata corrige

ES.



**sbagliato**



**corretto**

PROGRAMMI TECNICI

**1A CATEGORIA  
ESORDIENTI  
COMBINATA**

- 1 PALLEGGIO/PALLEGGI (DA CODICE MINIMO N. 1 GRANDE OPPURE MINIMO N. 3 PICCOLI) COORDINATO/I A DIFFICOLTÀ CORPOREA ↗
- 2 ROTOLAMENTO DELLA PALLA SU ALMENO 2 SEGMENTI DEL CORPO COORDINATO A DIFFICOLTÀ CORPOREA ↘
3. RIPRESA DA LANCIO DELLA PALLA (ANCHE A DUE MANI) COORDINATA A DIFFICOLTÀ CORPOREA ↓
- 4 FIGURE A OTTO DELLA PALLA COORDINATO A DIFFICOLTÀ **8** (ANCHE A DUE MANI – SU TUTTI I PIANI)

Riporto dalle Disposizioni di Giuria 2014:

*a. "I seguenti criteri aggiuntivi debbono essere eseguiti da un minimo di n. 2 ginnaste (coppia compresa):"*

- *senza aiuto delle mani*
- *senza controllo visivo*

Ciò significa che, se in una coppia una sola ginnasta esegue una collaborazione con lancio senza controllo visivo, la collaborazione non è valida? Oppure il suo valore può essere semplice da 0,10?

***Il fuori campo visivo senza mani è valido solo per le CR e CRR.***

***Se questi criteri vengono eseguiti solo da una ginnasta e non da minimo 2 si assegna il valore della collaborazione e non il valore del criterio aggiuntivo.***

***b. "GRUPPI TECNICI FONDAMENTALI***

*Per tutte le categorie d'insieme è obbligatorio avere dichiarato in fiche (e realizzato) tutti i gruppi fondamentali dell'attrezzo/i.*

*Si possono dichiarare sulle difficoltà, sui passi di danza e sulle C e CC.*

*Non si possono dichiarare sulle CR, CRR, ecc...*

*Il gruppo tecnico può essere realizzato anche da una sola ginnasta.*

*Penalità 0,30 giudice D (per ogni gruppo tecnico fondamentale mancante)."*

Considerando sempre una coppia con attrezzi differenti, per ciascun attrezzo devono essere realizzati tutti i gruppi fondamentali?

***Sì debbono essere presenti tutti i gruppi tecnici fondamentali dei due attrezzi***

---

***Nel COLLETTIVO e/o nella cat. AB tutte le ginnaste debbono fare tutto.***

***Ovvero se una difficoltà viene fallita anche solo da una ginnasta, la difficoltà non viene attribuita a tutto l'insieme***

***Idem (come da codice) per tutti gli altri esercizi d'insieme***

---

La mia ginnasta fa palleggio con l'addome mentre risale in onda e riprende il palleggio senza mano. Il giudice mi ha scritto che non esiste, credo poiché il criterio è due volte senza mani.

Ma io avevo capito che per i palleggi, come per i riccioli della fune o i piccoli lanci uno può segnare un criterio in uscita e uno in entrata...mi sbaglio?

Devo segnare i due criteri in parentesi separate?

***I due criteri debbono essere entrambi in uscita o entrambi in entrata.***

***Non è possibile dichiararne uno in uscita e uno in entrata.***

***Questo era così anche nel vecchio codice.***

---

***Il simbolo del cestino (boucle dei due piedi) non vuole le freccette sotto dello stacco pari***

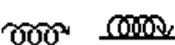
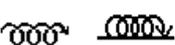
---

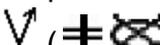
Riguardo al discorso sui fondamentali: è possibile ripetere i non fondamentali con le difficoltà?

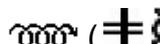
**Dovete cercare di non ripetere MAI lo stesso elemento attrezzo. Il fatto che cambi l'elemento corpo non è una condizione che modifica l'elemento attrezzo. Se faccio palleggio a mano destra sull'enjambèe e poi lo faccio identico sull'equilibrio a boucle la giudice toglie la seconda difficoltà. Usate tutti i piani, le ampiezze e le direzioni possibili.**

**Pertanto sia i fondamentali che i non fondamentali possono essere ripetuti purchè eseguiti con differenti modalità, indipendentemente dal gruppo corporeo (enjambèe palleggio a mano destra, equilibrio a boucle palleggio a mano sinistra → ok)**

---

Riguardo alle basi (fondamentali)  cerchio e  palla : per poterci abbinare il criterio senza mani, deve essere l'impulso iniziale senza l'aiuto delle mani o va bene anche la ripresa??

Spiego meglio con alcuni esempi : se la ginnasta fa un palleggio con le mani, ed il palleggio viene poi ripreso tra le gambe mentre la ginnasta fa un capovolta indietro, si può chiedere M  / **SI**

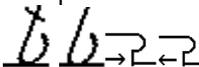
altro esempio : la ginnasta esegue un palleggio che poi riprende direttamente in rotolamento sul dorso, posso chiedere M  (  )

**Si anche se è inutile dichiarare 2 basi + 2 criteri**

**Non vale la ripresa del rotolamento al suolo abbiamo a due criteri; vale l'uscita**

---

Per quanto riguarda le difficoltà di equilibrio a corpo libero, il movimento delle braccia viene richiesto, ed è giusto così, ma cosa si deve fare nelle seguenti difficoltà, che prevedono l'appoggio sulle braccia o comunque un aiuto delle

braccia?? 

**E' specificato nelle disposizioni di giuria**

- **ESERCIZI A CORPO LIBERO: NEGLI EQUILIBRI SONO RICHIESTI AMPI MOVIMENTI DELLE BRACCIA (AD ECCEZIONE DELLA DIFFICOLTÀ DA 0,05 IMPENNATA CON APPOGGIO SUL PETTO DOVE È POSSIBILE MUOVERE LE GAMBE; DELLA DIFFICOLTÀ 6 DI EQUILIBRIO DA 0,20 DEL C.D.P. DOVE SIA LE BRACCIA CHE LE GAMBE POSSONO RESTARE FERME, DELLE DIFFICOLTÀ 8 DI EQUILIBRIO DA 0,10 E DA 0,20 DEL C.D.P. DOVE È POSSIBILE MUOVERE LE GAMBE.**

---

Per quanto riguarda il saltello girato con attraversamento del cerchio che gira indietro posso chiedere M 

**SI' E' MAESTRIA**

---

Nell'esercizio posso inserire sia  che , o sono considerate stessa forma???

**Sono due forme differenti perchè è differente il rapporto busto -gamba**

---

Come vengono valutate le maestrie???. In base all'esecuzione, o magari in qualche regione, soprattutto sulle categorie agonistiche, si va da codice???

**Vengono valutate in base all'esecuzione e come sempre detto a tutti gli aggiornamenti se le maestrie sono eseguite correttamente (anche se ordinarie) vengono assegnate**

---

L'accosciatina (o giro sui glutei o passaggio a terra come dir si voglia) vale come rotazione aggiuntiva da aggiungere alle difficoltà?!?!?

**NO PERCHE' DA CODICE CI DEVE ESSERE IL ROVESCIMENTO (ROTAZIONI SULL'ASSE TRASVERSO)**

---

Fune distesa a terra e richiamo di un capo, posso considerarlo un echappers?

**Per gli elementi imposti vedi programmi tecnici negli altri esercizi NO**

---

Il prillo del cerchio eseguito con la circonduzione del braccio, per cui senza che il cerchio si stacchi dalla presa della mano, si può considerare prillo?

**SI**

---

Il pivot da 0,10 con gamba bassa vale con la gamba sia avanti /lato/dietro 

**Sì si può fare avanti/lato/dietro ma non nello stesso esercizio perché è la stessa difficoltà ripetuta.**

---

*La posizione di partenza e/o arrivo e l'appoggio della mani differenziano i rovesciamenti (acrobatiche in genere)*

***LE ACROBATICHE SI DIFFERENZIANO PER APPOGGI DIVERSI (MANI/GOMITI/PETTO) E PER TECNICA DIFFERENTE (ROVESCIAVA AVANTI E ROVESCIAVA AVANTI CON CAMBIO DI GAMBE IN VOLO) NON PER LA POSIZIONE DI PARTENZA***