

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

**CORPO LIBERO**

<b>QUARTA</b> - 8 elementi : - 5 acro + 3 ginnici, 3B 5 EC: 1) linea acro 2 elem differenti con fase volo (preparatori CdP) no salto 2) linea acro 3 elem differenti con fase di volo con 1 salto 3) salto acro in differenti direzioni 4) passaggio di danza (diretto o indiretto) di 2 salti ginnici , leap o hop, differenti di cui uno con spinta a un piede e apertura 180° 5) uscita: una linea acrobatica composta da 2 elementi di cui uno dev'essere un salto	<b>QUINTA /SPECIALITA'</b> - 8 elementi: - 5 acro + 3 ginnici, 3B, 2C 5 EC: 1) linea acro 2 elem differenti con fase volo (preparatori CdP) di cui 1 un salto teso con o senza avv. 2) linea acro 3 elem differenti con fase di volo di cui 1 un salto 3) salto acro in differenti direzioni 4) <u>Un passaggio di danza composto da due salti ginnici differenti, leap o hop, (codificati) collegati direttamente o indirettamente</u> di cui uno con spinta a un piede e apertura 180° Uscita: 5) una linea acrobatica composta da minimo 2 elem. acrobatici con salto B	<b>SESTA - CAMP. A/B</b> -8 elementi di maggior valore, max 5 acro e min 3 ginnici 5 EC: 1) Un passaggio di danza composto da 2 salti ginnici differenti, leap o hop, (codificati) collegati direttamente o indirettamente di cui uno con divaricata 180° 2) salto av./lat&indietro 3) salto con avvitamento (min.360°) sull'AL 4) doppio salto sull'AT 5) Uscita A/B no EC C – Ec 0,30 D/E/F/G(valore diff)+ EC 0,50	<b>SESTA - CAMPIONATO C</b> -8 elementi di maggior valore , max 5 acro, min 3 ginn 5 EC: 1) Un passaggio di almeno 2 elementi ginnici codificati differenti, il 1° con arrivo su un piede , collegati direttamente o indirettamente uno dei quali con divaricata di 180° sagittale o laterale o in posizione carpiata divaricata 2) Salto avanti/laterale & indietro 3) un salto acrobatico minimo B 4) Un doppio salto sull'AT OPPURE un salto con avv. sull'AL di 360° 5) EC – Con l'uscita si ottiene la EC (P.0,50) + il valore dell'uscita se: Uscita A p. 0,10 Uscita B p. 0,20 Uscita C p. 0,30 Uscita D p. 0,40	<b>SESTA – CAMP. QUARTA D</b> -8 elementi di maggior valore , max 5 acro, min 3 ginn 5 EC: 1) Un passaggio di almeno 2 elementi ginnici codificati differenti, il 1° con arrivo su un piede, collegati direttamente o indirettamente uno dei quali con divaricata di 180° sagittale o laterale o in posizione carpiata divaricata 2) Una linea acrobatica con 2 salti uguali o differenti 3) Due salti in differente direzione avanti/laterale e dietro 4) Un doppio salto sull'AT OPPURE un salto con avv. anche 180° sull'AL 5) Con l'uscita si ottiene la EC (P.0,50) + il valore dell'uscita se: Uscita A p. 0,10 Uscita B/C/D p. 0,20
NOME	SOCIETA'			
NOME	SOCIETA'			
NOME	SOCIETA'			
NOME	SOCIETA'			

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

**TRAVE**

<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA /SPECIALITA'</b>	<b>SESTA -CAMP A/B</b>	<b>SESTA - CAMPIONATO C</b>	<b>SESTA - CAMP QUARTA D</b>
- 5 elementi - 2 acro +3 ginnici, 3B  5 EC: -S acro 2 elem differenti di cui 1 con fase volo oppure SM di 2 elem con una B - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°spinto a 1 piede -elemento acro in differente direzione - piroetta 360° - Uscita codificata minimo di valore A	- 5 elementi - 2 acro + 3 ginnici, 3B, 2C  5 EC: -S acro 2 elem differenti di cui 1 con fase volo oppure SM di 2 elem con una C -SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°spinto a 1 piede -elemento acro in differente direzione - piroetta 360° - Uscita codificata minimo B	- 8 elementi di maggior valore , max 5 acro, min 3 ginn  5 EC: - S acro con 2 elementi differenti con volo di cui 1 un salto - elemento acro in differente direzione av/lat-dietro - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180° - piroetta 360° - Uscita A/B no EC C- EC 0,30 D/E/F/G (valore diff) + EC p. 0,50	- 8 elementi di maggior valore , max 5 acro, min 3 ginn  5 EC: - S acro con 2 elementi con volo (anche uguali) - elemento in diff. direzione av/lat-dietro - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°, con salto spinta a 1 piede - piroetta 360 - Uscita si ottiene sempre con elem. A/B/C/D/E/F/G(valore difficoltà dell'uscita ) + EC p. 0,50	- 8 elementi di maggior valore , max 5 acro, min 3 ginn A 0,10 B/C/D/E/F/G sempre 0,20 EC (max 4 su 5) : - S acro con 2 elementi differenti con o senza volo - elemento acro in differente direzioneav/lat-dietro - SG o passaggio di danza di 2 elem differenti di cui uno con apertura 180°, con salto spinta 1 piede - piroetta 360 -Uscita si ottiene sempre EC 0,50 + A 0,10 Elem. B/C/D/E/F/G sempre 0,20 (valore max difficoltà) + EC p. 0,50

NOME

SOCIETA'

NOME

SOCIETA'

NOME

SOCIETA'

NOME

SOCIETA'

NOME GIUDICE

DATA

CATEGORIA

**PARALLELE**

<b>QUARTA</b> -6 elementi: -4 A - 2 B  5 EC: - tempo di kippe - slancio vert. o passaggio vert. - cambio di staggio (ok kippe) - eseguire giro vicino staggio (gruppi 2,4,5 no vert.) - uscita codificata minimo A	<b>QUINTA e SPECIALITA'</b> -8 elementi: - 4 A - 3 B - 1 C  5 EC: - tempo di kippe - slancio vert. o passaggio vert. - 1 elem. codificato per cambio di staggio - eseguire giro vicino staggio (gruppi 2,4,5 no vert.) - uscita codificata minimo A	<b>SESTA - CAMPIONATO A/B</b> -7elementi di valore piu' alto + uscita  5 EC: - volo sa/sb - volo con ripresa stesso staggio - minimo 2 diff. prese -1 elem. senza volo con min.rot. 360° - uscita A/B no EC C- EC 0,30 D/E/F/G (valore diff) + EC p. 0,50	<b>SESTA - CAMPIONATO C</b> -7elementi di valore piu' alto + uscita  5 EC: - volo sa/sb oppure sb/sa - slancio in vert. (no in entrata) - minimo 2 diff. prese. -1 elem. senza volo con o senza rot. gruppi 2,4,5 no vert.) - uscita si ottiene sempre A/B/C/D/E/F/G (valore difficoltà uscita) + EC p. 0,50	<b>SESTA - CAMP QUARTA D</b> -5 elementi di valore piu' alto + uscita A 0,10 B/C/D/E/F/G sempre 0,20 EC (max 4 su 5) : - volo dallo SA allo SB - slancio in vert. (no in entrata) oppure passaggio in vert. - volo dallo SB allo SA -1 elem. senza volo con o senza rot. elemento dei gruppi 2,4,5 no vert. -Uscita si ottiene sempre EC 0,50 + A 0,10 Elem. B/C/D/E/F/G sempre 0,20 (valore max difficoltà) + EC p. 0,50
NOME		SOCIETA'		
NOME		SOCIETA'		
NOME		SOCIETA'		
NOME		SOCIETA'		

