

Bologna, 20 Novembre 2018

Bozza Programmi a.s. 2018 2019 - domande e risposte dopo aggiornamenti nazionali di Jesi e Firenze

DOMANDE e RISPOSTE

PARALLELE

(elemento oscillazione avanti e ritorno, utilizzabile in 3^a categoria)

E' possibile utilizzarlo anche per l'esecuzione dell'elemento Kippe?

Si è possibile, in 2^a categoria nessuna penalità, in 3^a pen. p. 0.10 per oscillazione a vuoto, dalla 4^a categoria penalità da codice.

GIRO DI PIANTA, quali sono i criteri per assegnarlo a gambe tese e/o a gambe piegate?

Fino alla terza categoria, per ottenere l'assegnazione dell'elemento a gambe tese, è sufficiente che la partenza del giro di pianta sia a gambe tese. Dalla 4^a categoria, l'assegnazione dell'elemento è da CdP FIG GAF .

GIRO ARROSTO: nella fase di risalita la ginnasta può cambiare impugnatura per completare l'elemento (e passare ad esempio dall'impugnatura palmare a quella dorsale)? *Se la ginnasta dovesse cambiare l'impugnatura riceverà una penalità di p. 0.30 per facilitazione.*

PRIMA CATEGORIA: Fioretto con ½ giro eseguito in uscita dallo staggio basso, che valore ha? **Qualora la ginnasta eseguisse fioretto con ½ giro in questa categoria perderà il valore della EC dell'uscita e non riceverà nessun VD di riconoscimento dell'elemento perché non pertinente a questa categoria.**

KIPPE + FUCS KIPPE: sono due elementi differenti?

No, sono lo stesso elemento. L'elemento Fucs + tempo di kippe, può essere collegato ad una kippe con mezzo giro in entrata, oppure ad una kippe infilata ad una gamba, oppure da una entrata in capovolta.

TRAVE

(posizione staccata frontale o sagittale mantenuta 2")

Le mani devono essere staccate? **Esatto.**

Gli elementi ponte (tenuto 2") e candela (tenuta 2"), assolvono alla EC dell'elemento di tenuta e ottengono il VD cioè il riconoscimento dell'elemento valore A? **Esatto.**

MINI PRIMA 4: Nel caso di utilizzo di elemento codificato valore A nel codice Uisp " ½ giro in passè + ½ giro su due avampiedi", se all'arrivo del ½ giro su due avampiedi, la ginnasta mantiene la posizione 2", assolve anche alla EC 2? **Esatto.**

MINI PRIMA 4: EC 2 "1/2 giro in passè + tenuta 2" in relevè: se la ginnasta non mantiene la posizione 2" cosa succede? **Perde la EC**

VERTICALE DI PASSAGGIO: la verticale deve essere eseguita a gambe unite o anche divaricate sul piano sagittale?

Siccome non specificato, l'esecuzione è libera. E' permessa anche l'esecuzione della verticale con scambio delle gambe. (tolleranza per assegnazione della verticale 10°, salita e discesa sono libere).

TRAMPOLINO

(penalità per interruzione nella successione dei salti ginnici), quale penalità si applica?

Si applica la penalità di p. -0.50 (interruzione di serie); nel caso di più interruzioni all'interno della successione dei salti, la penalità viene applicata una sola volta.

La penalità di p. 0.10 0.30 per PAUSA, viene applicata quando la ginnasta si ferma una seconda volta durante la successione dei salti, dopo essere già stata penalizzata per interruzione di serie (p. -0.50)

Ogni salto in più eseguito dalle ginnaste durante la successione dei salti riceverà una penalità di p. 0.30 (facilitazione).

MINI PRIMA 3 OPEN B: E' possibile spostare il tappeto supplementare nei salti?

E' possibile solo nei salti **rondata e ribaltata tenuta in considerazione l'altezza delle ginnaste.**

MINI PRIMA 3 OPEN A: Se la ginnasta non esegue il salto descritto nell'uscita cosa succede? (es. nella successione da p. 5,00 la ginnasta in uscita esegue un pennello con rotazione 180°)

Alla ginnasta viene assegnata la successione dei salti da p. 4,00 (senza possibilità di Bonus)

E nel caso in cui la ginnasta eseguisse in successione meno salti rispetto a quelli richiesti?

La ginnasta incorre nella penalità di p. -0.30 di facilitazione.

Nel caso in cui la ginnasta esegua salti in successione da p. 4,00 ed esce con la rotazione di 360° come ci si comporta?

Se ha soddisfatto i salti in successione, il valore di partenza sarà di p. 5.00, ma incorre nella penalità fissa di p. -0.30 (per salti eseguiti differenti da quelli richiesti).

Se esiste, quale tolleranza c'è per l'arrivo dei salti ginnici con rotazione?

Per i salti ginnici con rotazione, la tolleranza nell'arrivo è di 30°.

VOLTEGGIO

(esecuzione del salto **Rondata con Arrivo supino sui tappeti**)

Se la ginnasta arriva seduta sui tappeti dopo aver eseguito la rondata in pedana, in quale penalità incorre? **Il salto è nullo**

E' accettabile l'arrivo supino con bacino sollevato, e non sono penalizzate le esecuzioni con arrivo del bacino e gambe sollevate. Le braccia sono libere.

Salto Ruota con arrivo in pedana.

Come è previsto l'arrivo dei piedi in pedana? **E' previsto l'arrivo in successione dei piedi in pedana. Arrivo con posa simultanea dei piedi, il salto viene riconosciuto rondata e verranno applicate le penalità relative a questo salto**

Quali sono le penalità relative all'esecuzione di questo salto?

Corpo squadrato (p. -0.10 -0.20), corpo eccessivamente arcato (p. -0.10 -0.30), corpo non passante per la verticale (p. -0.10), angolo spalle - busto (p. -0.10, -0.30), angolo delle anche (p. -0.10 -0.30), braccia piegate(p. -0.10 -0.30 -0.50), gambe flesse (p. -0,10 -0,30 -0,50), esecuzione fuori asse rispetto alla rincorsa (p. -0.10)

Nel caso in cui all'arrivo della ruota la ginnasta arrivasse con uno o due piedi sul collare (protezione intorno alla pedana), in quale penalità incorre? **La penalità è di p. 0.30**

Se all'arrivo della rondata dopo aver eseguito il pennello la ginnasta arriva contro il tappeto, che penalità si assegna?
La penalità è di p. 1.00 (caduta).

CORPO LIBERO

La EC "½ giro in passè" può essere assolta anche con il giro in passè 360°? **No, il giro in passè 360° non sostituisce quello con rotazione 180°.**

EC "½ giro su un piede + ½ giro sull'altro"

I giri si possono eseguire uno internamente ed il successivo esternamente?

Si possono eseguire anche uno internamente e l'altro esternamente, indistintamente.

Rondata + salto in estensione (pennello), può essere considerata serie mista?

No, il salto in estensione dopo la rondata non viene considerato elemento ginnico.

4[^] e 5[^] CATEGORIA: **COMBINAZIONE DI PIROETTE**, quali sono i criteri di assegnazione?

E' ammesso un leggero demi pliè tra i due giri (e conseguentemente l'appoggio sul tallone prima di eseguire la seconda piroetta).

PRIMA CATEGORIA: si possono utilizzare ruote spinte o ruote saltate per l'elemento con fase di volo? **No, non si possono eseguire per soddisfare la EC dell'elemento con fase di volo.**