

7°

TORNEO DELLE REGIONI
riservato alle REGIONI

16-17 novembre 2019
Rosignano Solvay

Ginnastica Ritmica

PROGRAMMI TECNICI

TORNEO DELLE REGIONI

aggiornato al 23 ottobre 2019

CLASSIFICA

- **per RAPPRESENTATIVA**

Il punteggio utile alla classifica finale è dato dal

punteggio della COPPIA
+
il punteggio della SQUADRA
+
il punteggio della RAPPRESENTATIVA di 1a cat.
+
il punteggio della RAPPRESENTATIVA di 2a cat

- **per SPECIALITA'**

Coppia

Squadra

Rappresentativa di 1a cat.

Rappresentativa di 2a cat.

--	--

Ogni rappresentativa deve essere composta da:

UNA COPPIA (a scelta tra le coppie della cat. A – cat. B – cat. C – cat. G - cat. H – cat. I)

- ✓ **Difficoltà: max punti 2.50**
 - ❖ con o senza scambio
 - ❖ difficoltà individuali da 0,05 – 0,10 – 0,20 – 0,30
 - ❖ minimo n. 1 SALTO
 - ❖ minimo n. 1 ROTAZIONE
 - ❖ minimo n. 1 EQUILIBRIO
- ✓ **Minimo n. 2 scambi**
- ✓ **Minimo n. 3 collaborazioni**
- ✓ **Minimo n. 1 combinazione passi di danza (minimo 4'')**

E' possibile sfiorare dichiarando al max 2.50 punti

UNA SQUADRA (a scelta tra le squadre della cat. AB – cat. D – cat. E – cat. F – cat. L – cat. M – cat. N)

- ✓ **Difficoltà: max punti 4.00**
 - ❖ con o senza scambio
 - ❖ difficoltà individuali da 0,05 – 0,10 – 0,20 – 0,30
 - ❖ minimo n. 1 SALTO
 - ❖ minimo n. 1 ROTAZIONE
 - ❖ minimo n. 1 EQUILIBRIO
- ✓ **Minimo n. 3 scambi**

- ✓ **Minimo n. 3 collaborazioni**
- ✓ **Minimo n. 1 combinazione passi di danza**

CAT AB E-A	0,45'''-1,15"	2011/2010/2009/2008/2007	3 - 6 corpo libero
CAT AB J-S	0,45'''-1,15"	2006 e precedenti	3 - 6 corpo libero
CAT A	0,45'''- 1,00"	2011/2010/2009	2 cerchi
CAT B	0,45'''- 1,00"	2008/2007	1 cerchio + 1 fune
CAT C	0,45'''- 1,00"	2011/2010/2009/2008/2007	coppia attrezzi a scelta (attrezzi diversi dalla combinazione della cat. A e della cat. B)
CAT D	1,15"-1,30"	2011/2010/2009	da 4 a 5 palle
CAT E	1,15"-1,30"	2008/2007	da 2 o più cerchi a 2 o più palle (max 5 ginnaste)
CAT F	0,45"-1,30"	2011/10/09/08/07	squadra attrezzi a scelta da 3 a 6 ginnate (attrezzi diversi dalla stessa combinazione della cat. D e cat. E)
CAT G	0,45"-1,30"	2006/2005/2004	1 cerchio + 1 palla
CAT H	0,45"-1,30"	2003 e precedenti	1 cerchio + 1 palla
CAT I	0,45"-1,30"	2006 e precedenti	coppia attrezzi a scelta (attrezzi diversi dalla combinazione della cat. G e della cat. H)
CAT L	1,15"-2,00"	2006/2005/2004	3 cerchi + 4 clavette
CAT M	1,15"-2,00"	2003 e precedenti	3 palle + 2 nastri
CAT N	1,15"-2,00"	2006 e precedenti	squadra attrezzi a scelta da 3 a 6 ginnate (attrezzi diversi dalla stessa combinazione della cat. L e cat. M)

E' possibile sfiorare dichiarando al max 4.00 punti

RAPPRESENTATIVA 1a cat. – minimo 3 max 6 ginnaste 1a cat. (anni di nascita 2011 e precedenti)

che si dovranno alternare al CORPO LIBERO – FUNE – CERCHIO – PALLA – CLAVETTE – NASTRO

- ✓ Difficoltà: max punti 1,50
- ✓ difficoltà da 0,05 – 0,10 – 0,20
 - ❖ minimo n. 1 SALTO
 - ❖ minimo n. 1 ROTAZIONE
 - ❖ minimo n. 1 EQUILIBRIO
- ✓ Numero illimitato di difficoltà
- ✓ Minimo n. 1 combinazione passi di danza

RAPPRESENTATIVA 2a cat. – minimo 3 max 6 ginnaste 2a cat. (anni di nascita 2010 e precedenti)

che si dovranno alternare al CORPO LIBERO – FUNE – CERCHIO – PALLA – CLAVETTE – NASTRO

- ✓ Difficoltà: max punti 3.00
- ✓ difficoltà da 0,05 e oltre
 - ❖ minimo n. 1 SALTO
 - ❖ minimo n. 1 ROTAZIONE
 - ❖ minimo n. 1 EQUILIBRIO

- ✓ **Minimo 3 difficoltà**
- ✓ **Minimo n. 1 combinazione passi di danza**

PROGRAMMA TECNICO

- **vedi programmi tecnici e disposizioni di giuria 2018/19**
- **per le categorie delle ginnaste si fa riferimento ai Campionati 2019 (ovvero se una ginnasta ha svolto la sua attività nel corso dell'anno sportivo 2018/2019 nella 3a cat. e nella stagione 2019/2020 ha deciso di fare la 2a cat. questo Torneo non lo può svolgere).**

Per le categorie individuali la durata delle musiche deve essere: minimo 45'' massimo 1'30''

La stessa ginnasta non può fare un attrezzo in rappresentativa di 1a cat. e uno in rappresentativa di 2a cat. mentre può fare una cat. individuale e una coppia e/o una squadra.

**Per tutto quanto non contemplato nei programmi tecnici vige il
CODICE INTERNAZIONALE di PUNTEGGIO 2016-2020**