

## **FAQ ACROBATICA post Aggiornamento Nazionale – 31/03/22**

**D. Cat. Miniprima, corpo libero: il ginnico 180° è solo per la maschile o va bene anche per le ragazze?**

R. In Miniprima il ginnico 180° è sia per la maschile che per la femminile, così come l'ampiezza a 135°. Il/la ginnasta può scegliere liberamente quale utilizzare per soddisfare l'EC

**D. Calcolo del Bonus a corpo libero: non ho capito se si deve contare lo 0.10 delle A**

R. Per il calcolo del bonus verranno conteggiati solo gli elementi di valore MINIMO B, nel numero massimo richiesto per ogni categoria. Non saranno quindi sommati i valori degli elementi A presentati.

A livello di giuria, invece, se al/alla ginnasta non viene riconosciuto un elemento, allora perderà lo 0,10 della A (nel caso l'elemento non riconosciuto fosse di valore A). Se l'elemento serve per soddisfare una EC, il/la ginnasta perde anche lo 0,50 del valore dell'EC. Non avendo tutti gli elementi richiesti non potrà poi ottenere il bonus.

**D. A corpo libero giri oltre 360° in Miniprima e Prima sono una C, con valore 0.30?**

R. In Miniprima tutti gli elementi ricevono valore massimo 0.20, quindi anche se codificati come C i giri superiori a 360° vengono conteggiati con valore 0.20. In Prima categoria, invece, agli elementi C viene assegnato il valore 0.30. Dopo l'aggiornamento il codice è stato modificato separando le tabelle delle due categorie per renderlo più chiaro.

**D. Salti a trampolino con partenza dal telo: è permesso un solo pennello di preparazione? Se il/la ginnasta ne esegue due, a livello di giuria come ci si comporta?**

R. Come per la Gaf, ogni saltello in aggiunta a quelli richiesti dal programma prende una penalità di 0.30 per facilitazione. Verrà comunque riconosciuto il valore del salto presentato.

**D. Calcolo del Bonus a corpo libero: gli elementi B o C utilizzati per ottenere il Bonus, in Prima categoria devono essere uno ginnico e uno acrobatico o è indifferente?**

R. Dalla Prima fino alla Sesta categoria per ottenere il Bonus gli elementi presentati devono essere almeno uno ginnico e uno acrobatico. Solo nella categoria Miniprima è possibile ottenere il Bonus presentando solo elementi acrobatici o solo elementi ginnici.

**D. Categoria Over, trampolino: i salti da 4.5 valgono 5, quindi se ne presento due diversi da punti 4.5 posso ottenere il Bonus?**

R. Esatto, SOLO PER LA CATEGORIA OVER, i salti da 4.5 valgono 5, quindi se ne vengono eseguiti due differenti viene assegnato il bonus.

**D. Corpo libero, Miniprima e Prima: la verticale capovolta è una B anche a braccia piegate?**

R. No, in quelle categorie la verticale capovolta si assegna come B solo se eseguita a braccia tese. Diversamente viene riconosciuta come A valore 0.10. Abbiamo specificato la differenza anche sul codice per renderlo più chiaro.

**D. Corpo libero, Prima categoria: sono richiesti massimo due elementi per ottenere il Bonus. Se utilizzo due elementi ginnici ottengo il Bonus?**

R. No, dalla Prima alla Sesta categoria per ottenere il Bonus gli elementi presentati devono essere almeno uno ginnico e uno acrobatico. Pertanto se vengono presentati, ad esempio, due elementi ginnici di valore B, per il calcolo del Bonus verrà tenuto conto di un solo elemento tra i due presentati.

**D. A trampolino si possono prendere i salti della categoria superiore?**

R. Sì, in tutte le categorie ECCEPTE MINIPRIMA E QUARTA, a trampolino si possono prendere i salti della categoria superiore. Questo non comporterà un abbuono sul punteggio finale (riceveranno il valore massimo di pt. 5).

**D. Corpo libero: se nella prima serie eseguo la rondata per assolvere ad una EC, posso poi ripeterla nella seconda serie?**

R. Sì, a patto che nella seconda serie non venga usata nuovamente per soddisfare una EC. In tutte le categorie gli elementi preparatori (rondata, ribaltata, kippe di testa, flic avanti, flic indietro) sono gli unici che possono essere ripetuti da una serie all'altra, l'importante è che siano utilizzati solo una volta per soddisfare una EC. Tutti gli altri elementi, invece, una volta utilizzati per soddisfare una EC non possono più essere utilizzati.

**D. Corpo libero: un elemento utilizzato nella prima serie si può ripetere nella seconda?**

R. Un elemento della prima serie può essere ripetuto nella seconda, purché nella prima non sia stato utilizzato nella prima per assolvere ad una EC.

**D. Corpo libero, seconda categoria: cosa si intende per "max 3 elementi ginnici e acrobatici" per il Bonus?**

R. Si intende che il/la ginnasta può presentare massimo 3 elementi per il calcolo del Bonus. Di questi 3 obbligatoriamente uno dev'essere ginnico e uno acrobatico, per far sì che venga assegnato il Bonus, il terzo elemento è a scelta.

**D. Corpo libero: Se inserisco un elemento di valore C, assolve anche all'EC che richiede un elemento B?**

R. Sì, le EC richiedono un elemento MINIMO B, pertanto per assolvere all'EC possono essere utilizzati anche elementi di valore superiore, ad esempio una C.

**D. Trampolino, Prima categoria, pennello + salto avanti: se il/la ginnasta esegue due pennelli invece di uno, viene penalizzato/a? In GAF, categoria Mini3 Open B, sono consentiti due rimbalzi prima del salto. E' possibile allineare i due settori?**

R. Nella GAF il salto è inserito nella categoria Miniprima, pertanto è giusto che abbia una maggiore facilitazione (eseguito con due pennelli di rimbalzo come preparazione). Nel nostro caso la categoria è superiore (Prima) e il salto è stato pensato per essere eseguito con un solo pennello di preparazione, in linea

con l'essenza del nostro settore di Acrobatica. Pertanto se la ginnasta eseguirà il salto con due pennelli (o più) anziché uno di preparazione, riceverà una penalità di pt 0.50 sul VE. Solo ed esclusivamente per questo salto.

Ricordiamo che "pennello + salto avanti" e "salto avanti raggruppato dall'assablè" sono considerati due salti differenti, pertanto il/la ginnasta potrà eseguirli entrambi per ottenere il bonus.

**D. Corpo libero, Miniprima: nel Codice Uisp Acrobatica il pivot 540° è indicato come C con valore 0.30, anche se nella dicitura all'inizio della tabella è scritto che il valore massimo degli elementi è 0.20 (così come è infatti indicato nelle colonne di elementi ginnici e acrobatici). Come vanno intesi quindi questi giri?**

R. E' stato un errore di battitura nella stesura del Codice, ora corretto. Come tutti gli elementi per la categoria Miniprima, anche i giri hanno valore massimo 0.20.

**D. Nel programma di Acrobatica è specificato in quale categoria partecipare in base alla categoria che si fa in Gaf?**

R. Sì, gli sbarramenti sono inseriti all'interno delle Annotazioni per Giudici e Tecnici. Le ginnaste che partecipano al Campionato Gaf, in Acrobatica devono partire dalla stessa categoria. Possono salire ma non scendere. Es: se una ginnasta fa 2° categoria Gaf, in Acrobatica potrà fare dalla 2° categoria in poi.

**D. Corpo libero, calcolo del Bonus: in Seconda categoria sono richiesti massimo 3 elementi Bonus. Se ne presento solo due devono comunque essere uno ginnico e uno acrobatico?**

R. Sì, esatto. Nel caso vengano presentati due elementi entrambi ginnici o acrobatici, solamente uno verrà preso in considerazione per il calcolo del Bonus.

**D. Come sono regolati i passaggi da FGI ad Acrobatica?**

R. Seguono le stesse indicazioni della GAF. Trovate tutto all'interno delle Annotazioni.

**D. Trampolino, Seconda categoria: salto rodata + flic + flic. La rodata è da intendersi sul trampolino e i due flic sui tappetoni?**

R. Sì esatto. Il salto si intende così: rodata con arrivo dei piedi sul trampolino e due flic eseguiti sul tappetone.

**D. Corpo libero, Seconda e Terza categoria: la capovolta indicata nel Codice come A, è inteso quella a gambe e braccia tese?**

R. In Seconda e Terza categoria le capovolte avanti e indietro (con partenza e arrivo minimo in accosciata) sono considerate elemento A ed utilizzabili solo ed esclusivamente dalla categoria Over. Invece la capovolta avanti con arrivo a gambe tese e la capovolta dietro eseguita a braccia tese sono presenti nel Codice come elementi B utilizzabili da tutte le fasce di età. Sono state inserite dopo l'Aggiornamento Nazionale in quanto prima, per una svista, non erano state inserite.

**D. Trampolino avanti, Terza categoria: salto avanti raggruppato o carpiato + ruota/rondata. Per ottenere il Bonus posso eseguirli come due salti differenti anche se sono nello stesso "blocco"?**

R. Sì, come è scritto nelle Annotazioni, i salti con differente posizione del corpo sono da considerarsi DIFFERENTI. Pertanto se in gara eseguo: salto avanti raggruppato + ruota e salto avanti carpiato + ruota, potrò ottenere il Bonus di 0.50.

**D. Trampolino dietro, Quarta categoria: twist raccolto e twist carpiato solo salti differenti?**

R. Esatto, vale la stessa logica della domanda precedente.

**D. Corpo libero, categorie Quarta, Quinta, Sesta: salto avanti e indietro carpiato non è inserito nel codice. Se presentato che valore riceve?**

R. Avevamo dimenticato di inserirlo. Ora abbiamo modificato il Codice inserendo anche il salto avanti e indietro carpiato, che riceve valore B 0.20 come quello raccolto.

**D. Corpo libero, Sesta categoria: in tutte e tre le serie è scritto che lo stesso elemento può soddisfare EC 2 e 3, è un errore?**

R. No, la Sesta categoria è l'UNICA in cui un elemento può soddisfare più di una EC.

**D. Corpo libero, categorie Quarta, Quinta, Sesta: salto avanti e indietro raccolto è codificato come B, se lo avvito 360° diventa C?**

R. Sì, esatto. Abbiamo provveduto ad inserirlo anche nel Codice con valore C.

**D. Corpo libero, Seconda categoria, calcolo del Bonus: si possono fare massimo 3 elementi. Quindi se eseguo 3 B il valore finale del Bonus è 0.60? Se invece faccio 3 C è 0.90?**

R. Sì, esatto.

**D. Programma Glitter, corpo libero. Cosa si intende per verticale scambiata?**

R. Per verticale scambiata si intende: la bambina mette le mani a terra, spinge con la gamba sinistra per andare in verticale, fa salire la gamba destra in verticale e poi scambia le gambe, quindi la sinistra sale in verticale e la destra scende a terra (o viceversa).

**D. La tappetatura del corpo libero dopo l'airtrack quanti metri deve essere da codice? Sarebbe possibile garantire almeno 3 metri per la sicurezza delle atlete?**

R. Come indicato nel programma: ogni serie deve essere eseguita su una diagonale del quadrato oppure su una striscia o airtrack lunga 16 mt. Pertanto questa è la lunghezza massima per gli arrivi.

**D. Tr. D. 2° Cat. – pennello + pennello + salto indietro raggruppato: quanti rimbalzi deve fare la ginnasta prima di eseguire il salto?**

R. La ginnasta deve eseguire il salto al TERZO rimbalzo sul trampolino. Prima del salto si devono vedere due pennelli sul posto, il terzo pennello è quello in cui girare il salto.

**D. Con il nuovo programma, il valore di partenza delle strisce a corpo libero, complete di elementi ed EC è 5 o 5.50?**

R. Rispondiamo riportando quanto è inserito nelle Annotazioni di Giuria:

**La giuria D valuta al corpo libero:**

- il Valore delle Difficoltà (**VD**): determinato dagli elementi codificati richiesti dal Programma Acrobatica e presenti in ogni serie.
- le Esigenze di Composizione (**EC**): in numero differente in base alle richieste della Categoria di gara.

La somma di queste (**VD+EC**) determina il punteggio di partenza (**NOTA D**) che è massimo p. 5,00 + valore dei BONUS presentati.

- Se la ginnasta all'interno delle due serie esegue elementi di valore superiore ad "A", avrà un **BONUS del valore degli elementi** presentati, che verranno sommati. Varierà così il valore di partenza (NOTA D) dell'esercizio. Per ogni categoria si possono inserire un max di elementi Bonus (indicati nel Programma per ciascuna categoria), che vengono conteggiati in ordine cronologico di esecuzione.

Il valore di partenza delle strisce (se complete di esigenze ed elementi) quindi, con il nuovo programma, non è più di punti 5.50 ma di punti 5, a cui andranno sommati i valori dei Bonus eventualmente presentati dalle ginnaste.

Il bonus verrà assegnato solo se presenti tutti gli elementi e in un numero massimo in base alle categorie.

**D. Miniprima, Tr. Av. Come si possono eseguire i salti? Dalla rincorsa o dal pennello sono considerati differenti?**

R. Tutti i salti, sia da pt. 4.50 sia da pt 5, possono essere eseguiti dalla rincorsa e battuta OPPURE partendo da fermi sul trampolino ed eseguendo un pennello sul posto prima del salto con arrivo sul tappeto.

Se una ginnasta presenta lo stesso salto (es: enjambeè a 2) prima dalla rincorsa e battuta poi partendo dal trampolino con un pennello sul posto, i due salti sono considerati differenti e la ginnasta può ottenere il bonus.

**D. Flic unito e smezzato sono considerati elementi uguali e differenti? E' la stessa cosa a corpo libero e trampolino?**

R. Flic con arrivo unito e flic smezzato, sia a corpo libero che a trampolino, sono considerati elementi differenti.

Pertanto a trampolino se la ginnasta presenta, ad esempio in prima categoria, rodata flic unito e rodata flic smezzato può ottenere il bonus per due salti differenti da pt 5.

A corpo libero i due elementi se presentati nella stessa serie vengono conteggiati come elementi differenti.

**D. Il salto pennello (rimbalzo) dopo gli elementi acrobatici a corpo libero come viene conteggiato?**

R. Il salto pennello (rimbalzo) dopo gli elementi acrobatici a corpo libero viene considerato elemento acrobatico di valore A e quindi conteggiato negli elementi richiesti dalla serie.

**D. A corpo libero le EC vengono riconosciute in ordine cronologico di esecuzione? E gli elementi bonus?**

R. A corpo libero le EC non vengono riconosciute in ordine cronologico di esecuzione. Al termine dell'esecuzione delle serie la giuria controllerà che la ginnasta abbia eseguito tutte le EC richieste indifferentemente dall'ordine in cui sono presentate.

La ginnasta è tenuta solamente a rispettare l'ordine di esecuzione delle serie. Ovvero: la prima serie richiesta dal programma, con relative EC, deve essere la prima che la ginnasta presenta alla giuria.

Gli elementi bonus vengono conteggiati dalla giuria al termine dell'esecuzione delle due serie e vengono conteggiati quelli di valore più alto presentati, fino ad arrivare al numero massimo consentito per ciascuna categoria. Non vengono quindi riconosciuti in ordine cronologico.

**D. Corpo libero, capovolta dietro alla verticale a braccia tese. E' possibile appoggiare le mani nella fase di discesa per aiutarsi nell'esecuzione?**

R. La capovolta dietro alla verticale, se eseguita a braccia tese, può essere eseguita dalla ginnasta con l'appoggio delle mani nella fase di discesa, senza incorrere in nessuna penalità.

Tutte le altre capovolte indietro (con arrivo minimo in accosciata o alla verticale a braccia piegate) se eseguite con appoggio delle mani nella fase di discesa ricevono penalità di pt 1.00 per caduta e interrompono la serie.

**D. Corpo libero, gatto con 360 di rotazione. Se la ginnasta non termina completamente la rotazione ma collega in modo fluido il resto degli elementi, come viene penalizzata?**

R. Negli elementi, ginnici e acrobatici, con 360° gradi di rotazione la tolleranza è di 30°. Se la ginnasta non termina completamente la rotazione ma continua il collegamento degli elementi in modo fluido, la serie viene comunque assegnata con penalità.