

LINEE GUIDA DI GIURIA

**DALLA 3[^] CAT. ALLA 6[^] CAT.
FEBBRAIO 2025**

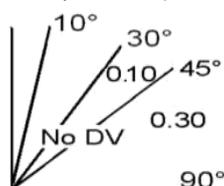
PER LA VALUTAZIONE DEGLI ESERCIZI DALLA TERZA CATEGORIA IN POI SI UTILIZZA IL CODICE DEI PUNTEGGI WAG FIG 2020/2024 E NON PIÙ IL CODICE UISP GAF.

VOLTEGGIO

- La battuta a piedi dispari è sempre NULLO;
- Rincorsa a vuoto: p. 0,30 dal salto succ.
- Max 3 rincorse: (anche con 2 salti nulli è concessa la 3° rincorsa)
- DALLA TERZA CATEGORIA ALLA QUINTA per il VD si prende il VALORE DEL SALTO DA CODICE WAG FIG 20/24 e si aggiungono 2 pt, esempio: ribaltata VD 1.60 + 2= VD 3.60
- IN SESTA CATEGORIA si utilizzano i salti da CODICE WAG FIG 20/24, esempio: VD Ribaltata = 1.60;
- **RONDATA:**
 - Rotazione mani:
 - 180° no penalità
 - sotto 180° fino 135° p. 0.10
 - sotto 135° fino 90° p. 0.30
 - sotto 90° NULLO
- **RIBALTATA:**
 - Penalità di allineamento, repulsione (salita del bacino nella 2° fase di volo)
 - Valutare: Allineamento del corpo in tutte le fasi del salto - Pen. di arrivo, fuori direzione (-0.10), passi, balzi, perdita equilibrio. Penalità – tabella falli volteggio (rif. pag. 13, 14,1 e 17 GUIDA per TECNICI E GIUDICI DI GARA) OK collare di protezione ed il tappetino davanti alla pedana per tutti i salti.
- **RONDATA FLIC:**
 - RONDATA (penalità come corpo libero);
 - FLIC (allineamento, tempo di reazione sui tappeti, esplosività)
- **RIBALTATA 180°:** ATTENZIONE ALL'APPOGGIO DELLE MANI SU TAVOLA/CUBO E COMPLETAMENTO DELLA ROT. NELLA 2° FASE VALUTAZIONE SALTO YAMASHITA= SI DEVE VEDERE LA SQUADRATURA/RIAPERTURA DEL CORPO NELLA 2° FASE DEL SALTO.
- **"BONGIOVANNI":** Penalità per Rotazione sull'AL iniziata troppo presto sulla tavola, per esplosività, per allineamento, repulsione/tempo di reazione sulla tavola (salita del bacino nella 2° fase di volo)
- **VALUTARE:** Allineamento del corpo in tutte le fasi del salto - Pen. di arrivo, fuori direzione (-0.10), passi, balzi, perdita equilibrio / DINAMISMO
- **SALTI DEL GR. 1:** RICONOSCIUTI SE ESEGUITI CON ROT. DELLE MANI FINO A 90°(RUOTA) CON PEN. MAX DI P. – 0,30; MANI SOTTO I 90° IL SALTO È NULLO. SALTO RONDATA p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°); p. -0.30 (da 90° a 135°); salto nullo (sotto 90°)
- **RONDATA CON ½ AVV. (180°)** p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°); p. -0.30 (oltre 90° fino a 135°); p. -0.30 a 90° (mani a ruota)= roncata
- **RONDATA CON AVVITAMENTO SU AL 360° NEL SECONDO VOLO** p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°);p. -0.30 (oltre 90° fino a 135°)
- **SALTI GR. 3, TSUKAHARA** se eseguiti con rotazione delle spalle inferiore a 45° vengono considerato ribaltata. Penalità p. -0.30 (rotazione delle spalle 45° ca.)
- COLLARE OBBLIGATORIO PER SALTI PRESI DALLA RONDATA CON ARRIVO IN PEDANA; Tappetino per le mani (facoltativo)
- POSSIBILITA' DI UTILIZZARE IL COLLARE E IL TAPPETINO DAVANTI ALLA PEDANA IN TUTTI I SALTI

PARALLELE

- È possibile utilizzare UN ELEMENTO dal Codice GAF UISP;
- PENALITÀ PER MANCANZA DI USCITA (DETRATTA DA NOTA D);
- ENTRATA AL PRIMO TENTATIVO PER NON AVERE PENALITÀ:
 - Se la ginnasta cade dall'entrata = no VD elemento di entrata e NON ripetizione dell'elemento
 - Se richiesto EC ENTRATA CODIFICATA = NO EC
 - Entrata in KIPPE non COMPLETATA (con arrivo NON all'appoggio) = NO VD e NO EC (dove richiesta entrata codificata)
 - Entrata in KIPPE COMPLETATA con caduta (arrivo all'appoggio e caduta successiva) = OK VD – OK EC + 1 PT. CADUTA
- NO PENALITÀ SE LA GINNASTA PASSA SOTTO LO STAGGIO DOPO IL SALUTO
- SLANCI: PER NON AVERE PENALITÀ TUTTI ALLA VERTICALE (PEN. 0.10; 0.30 PER GRADI DI ALLINEAMENTO ALLA VERTICALE)



- SLANCI VD: SOLO ALLA VERTICALE (entro 10° dalla verticale)
- SLANCIO EC: MINIMO ALL'ORIZZONTALE (tolleranza 10°) OK EC. Lo slancio deve essere eseguito all'interno dell'esercizio (no slancio in uscita, no slancio collegato all'elemento di uscita).
- Possibilità di Slancio eseguito anche singolarmente durante l'esercizio. Penalità da CdP FIG
- CONSIDERARE PUNTO PIÙ BASSO DEL CORPO PER VALUTARE I GRADI DI AMPIEZZA.
 - Penalità per ampiezza (p.0.10; 0.30+allineamento p.0.10; 0.30)
- SLANCIO DIVARICATO: si deve vedere la squadratura del corpo prima di riallineare e unire le gambe;
- GIRO DI PIANTA: partenza a gambe tese, penalizzata l'esecuzione per gambe e braccia piegate. Assegnato se la ginnasta riesce a prendere lo SS.
- I gradi di rotazione rendono l'elemento differente (kippe e ½ giro + Kippe sono elementi differenti) – Kippe + Fucs Kippe sono elementi uguali;
- SALITA ALLO STAGGIO SUPERIORE CON KIPPE (min.)
- SALITA ALLO SS CON SPINTA DEI PIEDI = NO EC (- p. 0.50):
 - Si penalizza l'esecuzione, ma NESSUNA PENALITÀ PER ELEMENTO NON CARATTERISTICO
- Presenza di slancio (evidente) pen 0.50;
- PENALITÀ PER CONTROROTAZIONE p. -0.10;
- NESSUNA PENALITÀ PER ELEMENTO NON CARATTERISTICO: Premiare lavoro in tenuta, a braccia tese e possibilmente continuo.

TRAVE

- **ESERCIZIO CORTO:** PENALITÀ SOLO A TRAVE E CORPO LIBERO (DA NOTA D);
- **PENALITÀ PER MANCANZA DI USCITA** (DETRATTA DA NOTA D) – 0.50 PT;
- **ENTRATA:** in caso di caduta nell'entrata si assegna l'EC ENTRATA dove non è specificato che debba essere codificata ma non si assegna il VD dell'elemento. L'entrata non può essere ripetuta.
- Entrata al primo tentativo per non avere penalità;
- **ENTRATA NON CODIFICATA** quando richiesto: 0.10 pt + NO EC;
- **ENTRATA E USCITA:** anche dallo stesso capo della trave. È possibile muovere il tappeto d'arrivo supplementare anche all'ultimo momento, no penalità;
- Nessuna penalità per entrata senza VD;
- **ELEMENTI ACROBATICI:** CON ARRIVO SU 1 O 2 PIEDI SONO DIFFERENTI / ESEGUITI IN ENTRATA, SOPRA OPPURE IN USCITA: Per ottenere il valore della difficoltà bisogna ritornare sulla trave con i piedi (avampiede o parte del piede);
- **SERIE MISTA:** Elementi eseguiti entrambi sulla trave oppure con elemento acrobatico in entrata + ginnico sopra l'attrezzo;
- **SERIE ACROBATICA:** solo con elementi acro eseguiti sulla trave anche senza fase di volo (no elemento in entrata);
 - È possibile ripetere l'elemento acrobatico per l'esecuzione della serie ACRO:
 - L'acrobatico deve essere minimo di valore B, con FASE DI VOLO e CON o SENZA APPOGGIO delle mani;
 - È possibile ripeterlo per ottenere l'ABBUONO ma non per L'EC;
 - Si prende una sola volta il valore dell'elemento;
- **SERIE GINNICA:** con salto di grande ampiezza (sopra 135°) – elementi eseguiti sulla trave (no in entrata e/o uscita);
- **SALTI GINNICI (JUMP/SPINTA SU 2 PIEDI)** con ½ giro (180°) la posizione prescritta deve essere raggiunta all'inizio OPPURE alla fine del giro, altrimenti si assegna il VD dell'elemento eseguito in posizione trasversale senza rotazione (es. ENJAMBEE SUL POSTO CON ROT. 180° ESECUZIONE LATERALE) SALTI GINNICI SPINTA 2 PP. (JUMP) In posizione laterale o trasversale sono UGUALI. Il salto eseguito in posizione laterale acquisisce 1 VD maggiore;
- **EC 2: PIVOT OPPURE MULINELLO:** (ok entrata in capovolta, ok verticale capovolta, ok capovolta senza mani, capovolta alla verticale);
- **CAPOVOLTA ALLA VERTICALE** = TOLLERANZA 10° DALLA VERTICALE Partenza libera (anche da seduti, massima accosciata, in piedi...)
- **CAPOVOLTE E VERTICALE + CAPOVOLTA** = ASSEGNAZIONE DA CDP FIG (bacino sulla trave, spalle staccate);
- **CAPOVOLTA INDIETRO** = PARTENZA LIBERA, APPOGGIO DELLE MANI SULLA TRAVE, ARRIVO SU UNO O DUE PIEDI;
- **TIC TAC** = elemento AVANTI;
- **INTERRUZIONE DI SERIE** = EVIDENTE MOLLEGGIO, CARICAMENTO SULLE GAMBE/SBILANCIAMENTO IMPORTANTE/PASSI/ CADUTA TRA GLI ELEMENTI
- **CAPOVOLTA AVANTI:**
 - Mancato rotolamento (p. -0.10, p.-0.30) per interruzioni o brevi pause dal momento in cui comincia il rotolamento sulla schiena fino all'arrivo:
 - Se durante il rotolamento la ginnasta si sdraia sulla trave prima di sollevare le spalle, p. -0.10 = OK VD
 - Se durante il rotolamento la ginnasta si sdraia sulla trave prima di sollevare le spalle e fa uno spostamento del bacino, p. -0.30 = OK VD
 - Se durante il rotolamento la ginnasta si aggrappa con le mani sotto la trave e si ferma sdraiata più di 2" = penalità di mancato rotolamento (0.30) = OK VD
 - Se prima del rotolamento (bacino non ancora appoggiato sull'attrezzo) si riallinea il bacino sulla trave (perché fuori linea) p. -0.10 (facilitazione) = OK VD
 - Se durante il rotolamento (bacino NON appoggiato sull'attrezzo/fuori dalla linea della trave) si riallinea il bacino sulla trave (perché fuori linea) = NO VD – OK RIPETERE L'ELEMENTO
 - Se durante il rotolamento la ginnasta si sdraia in maniera evidente sulla trave più di 3" prima di sollevare le spalle = NO VD – OK RIPETERE L'ELEMENTO
- **CAPOVOLTA INDIETRO:**
 - Non svincolare la testa nel rotolamento = NO VD – OK RIPETERE L'ELEMENTO
 - Svincolare la testa senza staccare le mani = 0.10 facilitazione OK VD
 - In caso di caduta della ginnasta senza aver svincolato la testa = NO VD può ripetere l'elemento
 - In caso di caduta della ginnasta durante l'esecuzione con svincolamento della testa ma con ancora l'appoggio delle mani sulla trave = OK VD + 1.00 PT di caduta
- **SERIE GINNICA: È consigliato per l'esecuzione di una serie corretta di utilizzare le braccia seguendo il movimento del salto;**
 - I salti devono essere eseguiti direttamente senza nessun passo aggiuntivo tra i due salti ginnici;
 - Doppio molleggio delle gambe per eccessivo caricamento = NO SERIE GINNICA
 - Spostamento di almeno un piede tra i due salti ginnici = NO SERIE GINNICA
 - L'oscillazione delle braccia non dà l'interruzione di serie:
 - Movimento delle braccia continuo nella stessa direzione del salto (esempio braccia in fuori e caricamento dal basso) = OK SERIE GINNICA

- Movimento delle braccia avanti/indietro continuo senza spostamento delle spalle durante l'esecuzione = OK SERIE GINNICA
- Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con spostamento delle spalle durante l'esecuzione = NO SERIE GINNICA
- Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con spostamento dei piedi e/o delle gambe durante l'esecuzione = NO SERIE GINNICA
- Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con doppio caricamento delle gambe (molleggio) durante l'esecuzione = NO SERIE GINNICA
- Caduta tra i due salti = NO SERIE GINNICA
- Ripetizione di un salto ginnico già eseguito in precedenza (ESCLUSA MINI3) = NO SERIE GINNICA
- Sbilanciamento tra i due salti di minimo 0,30 = NO SERIE GINNICA
- **SALTI GINNICI ED ELEMENTI GINNICI ESEGUITI LATERALMENTE:**
 - I salti ginnici acquisiscono un VD superiore;
 - Sono considerati salti UGUALI da quelli eseguiti longitudinalmente, quindi non si possono ripetere;
- **SERIE MISTE:** L'utilizzo di tutti gli elementi statici con tenuta 2" non possono essere utilizzati per comporre la serie = NO SERIE MISTA
 - L'interruzione di serie avviene quando:
 - Caduta tra i due elementi = NO SERIE -1.00 PT
 - Sbilanciamento minimo da 0.30 = NO SERIE
 - Spostamento dei piedi = NO SERIE
 - Doppio caricamento con le gambe (molleggio) = NO SERIE
 - Ripetizione di un salto ginnico già eseguito in precedenza = NO SERIE
 - Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con spostamento delle spalle durante l'esecuzione = NO SERIE
 - Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con spostamento dei piedi e/o delle gambe durante l'esecuzione = NO SERIE
 - Movimento delle braccia avanti/indietro continuo con doppio caricamento delle gambe (molleggio) durante l'esecuzione = NO SERIE
- **ABBUONI:** Se eseguiti con caduta: NO ABBUONO
- **EC = I ROTOLAMENTI CODIFICATI COME ACROBATICI SUL CDP FIG GAF ASSOLVONO LE EC;**
- **CONTATTO:** (2parti del corpo sull'attrezzo, escluso interno coscia): 2 elementi a contatto della trave/1 elemento + 1 movimento coreografico toccando la trave con due diverse parti del corpo/2 movimenti coreografici toccando la trave con due diverse parti del corpo;
- **SPOSTAMENTO LATERALE:** OCCUPARE SPAZIO" (deve essere evidente) "OCCUPARE TEMPO" (deve essere coreografato).
- **ARTISTICITÀ:** da codice FIG WAG 2020/2024

CORPO LIBERO

- **ESERCIZIO CORTO:** PENALITÀ SOLO A TRAVE E CORPO LIBERO (DA NOTA D);
- **PENALITÀ PER MANCANZA DI USCITA** (DETRATTA DA NOTA D) – 0.50 PT;
- **SERIE GINNICA:**
 - Non eseguire chassè e/o passi di corsa prima del secondo salto = NO SERIE GINNICA
 - Eseguire passi lenti e camminati prima del secondo salto = NO SERIE GINNICA
 - I salti spinta due piedi NON POSSONO essere utilizzati per la composizione della serie;
 - Solo salti ginnici) salti leap o hop (spinta a 1 piede)
- **ABBUONI:** Se eseguiti con caduta: NO ABBUONO
- **USCITA:** Ultima **LINEA ACROBATICA CHE CONTA:**
 - L'Elemento con VD più alto viene obbligatoriamente CONTEGGIATO NEL COMPUTO DEGLI ELEMENTI!
 - SOLO 1 LINEA ACROBATICA: NO EC (p. 0.50) + MANCANZA DI USCITA (p. 0.50), si conteggiano solo 7 ELEMENTI.
- **SERIE ACROBATICHE:** (RICH: 1 SERIE CON ALMENO UN ELEMENTO AVANTI E 1 SERIE CON ALMENO UN ELEMENTO INDIETRO), ALMENO UN ELEMENTO CON FASE DI VOLO ALL'INTERNO DI OGNI SERIE ACRO:
 - **NOTA!** Gli elementi acrobatici eseguiti dopo l'ultima linea acro, non hanno valore (si devono però penalizzare nell'esecuzione) elementi acro senza posa delle mani: ok anche ruote senza mani e ribaltate senza mani (si possono utilizzare anche nelle serie acrobatiche e/o miste);
- **ELEMENTI ACROBATICI:** CON ARRIVO SU 1 O 2 PIEDI SONO DIFFERENTI FINO ALLA TERZA CAT.;
- **SERIE MISTA:** ELEMENTI ACROBATICI ANCHE SENZA FASE DI VOLO (ok VERTICALE come da codice, discesa libera);
- **PIROETTE:** il giro è considerato terminato quando il tallone si appoggia al suolo. Leggera tolleranza 10° circa;
- **ABBUONO:**
 - **SERIE PIVOT** 2 DIFFERENTI (collegamento diretto, concesso piccolo demipliè per collegare gli elementi, e appoggio sul tallone prima di eseguire la seconda piroetta)
 - **SERIE GINNICA:** con salti ginnici B + C (minimo)
 - **SERIE MISTA A + B min.:**
 - elemento di valore B acro o ginnico indifferente;
 - Non si possono riutilizzare elementi inseriti nelle serie acrobatiche;
- **ARTISTICITÀ:** da codice FIG WAG 2020/2024

CALCOLO VALORE DI PARTENZA

- **VOLTEGGIO:** valore del salto da CDP 20/24 + 2 pt.
- **PARALLELE, TRAVE E CORPO LIBERO:** ogni EC ha un valore di 0.50 pt (MAX 3.50 EC) + somma degli elementi:
 - PARALLELE: 3 cat. 4 elementi + Uscita – 4 cat. 5 elementi + Uscita – 5 cat. 6 elementi + Uscita;
 - TRAVE: in tutte le cat. 7 elementi + Uscita, prendendo minimo 3 elementi ginnici e 3 elementi acrobatici + due elementi a scelta;
 - CORPO LIBERO: in tutte le cat. 7 elementi + Uscita, prendendo minimo 3 elementi ginnici e 3 elementi acrobatici + due elementi a scelta;
 - Si prendono gli elementi di maggior valore per calcolare il VD.

NOTA D – DALLA 3° ALLA 6° CATEGORIA UISP

Alle Parallele, Trave e Corpo Libero, la giuria D attribuisce un valore al contenuto dell'esercizio dato dalla somma VD (elementi "di maggior valore" eseguiti, *inclusa l'uscita*) + EC + BONUS + ABBUONO. Il nr degli elementi è indicato sul programma Uisp e CdP FIG GAF in vigore.

Valore dell'Uscita. l'uscita deve essere **obbligatoriamente** conteggiata nel nr degli elementi.

PARALLELE

3° categoria (4 elementi di valore più alto + uscita)

4° categoria (5 elementi di valore più alto + uscita)

5° categoria (6 elementi di valore più alto + uscita)

6° cat. D (5 elementi di valore più alto + uscita)

6° cat. C A/B (7 elementi di valore più alto + uscita)

CORPO LIBERO. Per USCITA, si intende l'ultima linea acrobatica e si conteggia il salto o elemento di valore più alto eseguito all'interno dell'ultima linea acro. Devono essere eseguite min. 2 linee acro per non incorrere nella penalità di p. -0,50 (nota D) "mancanza di uscita", p. -0,50 (no EC), la giuria conteggia solo 7 elementi nel calcolo del VALORE DI PARTENZA.

Tipologia degli elementi. TRAVE e CORPO LIBERO (3 ginnici, 3 acrobatici, 2 a scelta) l'elemento ginnico non sostituisce quello acrobatico e viceversa.

Esempio:

Valore delle Difficoltà P. 2.40 (3 D x p. 0,40 ; 3 C x p. 0,30; 1 B x p. 0,20 ; 1 A x p.0,10)

Esigenze di Composizione P. 2.00 (4 esigenze soddisfatte su 4; p. 0.50 per ogni EC)

Bonus P. 0.50

No Abbuono P. 0.00

Valore di Partenza P. 4.90

Esercizio Corto. (Si escludono dal conteggio gli elementi senza VD: elementi non presenti all'interno del CdP FIG GAF ed elementi ripetuti)

7 o più elementi - nessuna penalità

5 - 6 elementi - 4.00 p.

3 - 4 elementi - 6.00p.

1 - 2 elementi - 8.00 p.

Nessun elemento - 10.00 p.

NOTA: la penalità per MANCANZA DI USCITA si somma alle penalità per esercizio corto.

La penalità per esercizio corto viene applicata dalla 3° alla 6° cat. a Trave e Corpo Libero, solo in 6° cat. anche a Parallele. La giuria applicherà la penalità neutra (nota D) appropriata per esercizio corto detraendola dal Punteggio Finale

Esercizio Corto - ECCEZIONE per PARALLELE 6° D:

• 10.00 Pt - 6/5 ELEMENTI

• 8.00 Pt - 4 ELEMENTI

• 6.00 Pt - 3 ELEMENTI

• 4.00 Pt - 2 ELEMENTI

Il Valore delle Difficoltà (VD).

(VD) VOLTEGGIO / TRAMPOLINO

il Valore del salto è indicato dal Programma Uisp e/o dal CdP FIG GAF

(VD) PARALLELE – TRAVE – CORPO LIBERO

Il VD è determinato dagli elementi codificati richiesti dal Programma GAF e presenti in ogni esercizio. Le Difficoltà (da A a D) nel CdP UISP e (da A a J) nel CdP FIG GAF 2022 hanno un incremento di 0.10 (da 0.10 a 0.40 nel CdP Uisp e da 0.10 a 1.00 nel CdP FIG GAF)

Il VD si riconosce sempre, a meno che non siano rispettate le esigenze tecniche indicate sul CdP FIG GAF 2022/2024 aggiornato e/o sul CdP UISP GAF aggiornato.

La giuria non penalizza la tecnica scelta per la realizzazione dell'elemento, ma la sua effettiva esecuzione.

ORDINE CRONOLOGICO. Nel caso di ripetizione dello stesso elemento la giuria assegna una volta soltanto il VD all'elemento, al primo eseguito (vale l'ordine cronologico).

ELEMENTI UGUALI O DIFFERENTI. Regola: Gli elementi vengono considerati uguali quando CONDIVIDONO la stessa cella del CdP Uisp o CdP FIG GAF.

Nota. Fino alla 3° cat. Uisp gli elementi ginnici e/o acrobatici a trave e corpo libero con arrivo su 1 o 2 piedi E/O spinta con 1 o 2 piedi sono considerati differenti.

SESTA CATEGORIA

DALLA SESTA CATEGORIA IN POI SI GIUDICA DA CDP GAF 2020/2024

VOLTEGGIO

- Allineamento del corpo in tutte le fasi del salto. Salita del bacino prima dell'arrivo a terra, tenuta e tempo di reazione sulla tavola/DINAMISMO Under rotation senza caduta pen. p. 0,10; con caduta pen. p. 0,30. Penalità di linea e direzione.
- ROTAZIONE INSUFF. SULL' A/L
- SALTI DEL GR. 1, RICONOSCIUTI SE ESEGUITI CON ROT. DELLE MANI FINO A 90°(RUOTA) CON PEN. MAX DI P. - 0,30; MANI SOTTO I 90° IL SALTO È NULLO. SALTO RONDATA p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°); p. -0.30 (da 90° a 135°); salto nullo (sotto 90°)
- SALTO RONDATA CON ½ AVV. (180°) p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°); p. -0.30 (oltre 90° fino a 135°); p. -0.30 a 90° (mani a ruota) = rondata
- SALTO RONDATA CON AVVITAMENTO SU AL 360° NEL SECONDO VOLO p. -0.10 (oltre 135° fino a 180°);p. -0.30 (oltre 90° fino a 135°)
- SALTI GR. 3, TSUKAHARA se eseguiti con rotazione delle spalle inferiore a 45° vengono considerato ribaltata: Penalità p. -0.30 (rotazione delle spalle 45° ca.)
- COLLARE OBBLIGATORIO PER SALTI PRESI DALLA RONDATA CON ARRIVO IN PEDANA;
- Tappetino per le mani (facoltativo)
- POSSIBILITÀ DI UTILIZZARE IL COLLARE E IL TAPPETINO DAVANTI ALLA PEDANA IN TUTTI I SALTI
- Rincorsa a vuoto: p. 1.00 dal salto succ. - Max 3 rincorse (anche con 2 salti nulli è concessa la terza rincorsa)

PARALLELE

- ENTRATA AL PRIMO TENTATIVO PER NON AVERE PENALITÀ (NO PENALITA' SE LA GINNASTA PASSA SOTTO LO STAGGIO DOPO IL SALUTO);
- SLANCI VD: SOLO ALLA VERTICALE PEN. P 0.10 - P 0.30 PER GRADI DI ALLINEAMENTO;
- ELEMENTI CIRCOLARI SENZA ROTAZIONE E CON VOLO DALLO SS ALLO: SI PEN. P 0.10; P 0.30; P 0.50 PER GRADI DI ALLINEAMENTO
- EC SLANCIO, SLANCIO O PASSAGGIO ALLA VERTICALE (no ENTRATA): TOLLERANZA 10° DALLA VERTICALE. Penalità da CdP FIG GAF
- CONSIDERARE ALLINEAMENTO DEL CORPO PER VALUTARE I GRADI DI AMPIEZZA Penalità per ampiezza (p.0.10; 0.30+allineamento p.0.10; 0.30)
- SLANCIO DIVARICATO: si deve vedere la squadratura del corpo prima di riallineare e unire le gambe
- GIRO DI PIANTA: partenza a gambe tese, penalizzata l'esecuzione per gambe e braccia piegate. Assegnato se la ginnasta riesce a prendere lo SS. I gradi di rotazione rendono l'elemento differente (kippe e ½ giro + Kippe sono elementi differenti) – Kippe + Fucs Kippe sono elementi uguali SALITA ALLO STAGGIO SUPERIORE CON VOLO (no kippe, la ginnasta perde la EC)
- ELEMENTI CON VOLO: Es. Fioretto e stacco pen. di altezza p. 0.10; p. 0.30; (rif. Staggio superiore) + under rotation p. 0.10

- PRESA ANCHE MOMENTANEA DELLO STAGGIO= OK VD
- Presa di slancio (evidente) pen 0.50; PENALITÀ PER CONTROROTAZIONE p. -0.50 / Nessun' altra penalità di esecuzione
- PENALITÀ PER MOVIMENTO NON CARATTERISTICO P. -0.50

TRAVE

- ENTRATA AL PRIMO TENTATIVO PER NON AVERE PENALITÀ
- ENTRATA E USCITA: da differenti estremità della trave. Pen. p. 0.50 per spostamento del tappeto supplementare.
- ELEMENTI ACROBATICI: CON ARRIVO SU 1 O 2 PIEDI SONO UGUALI
- EC ELEMENTI ACRO IN DIFF. DIREZIONE: CON ELEMENTI ESEGUITI SOPRA LA TRAVE – elementi acro anche senza fase di volo. Per ottenere il valore della difficoltà bisogna ritornare sulla trave con i piedi (avampiede o parte del piede)
- SERIE GINNICA: con salto di grande ampiezza (sopra 135°)
- SERIE ACRO: elementi eseguiti sulla trave, DIFFERENTI anche senza fase di volo. NO rotolamenti codificati come acrobatici sul CdP FIG GAF.
- SALTII GINNICI (JUMP/SPINTA SU 2 PIEDI) con ½ giro (180°) la posizione prescritta deve essere raggiunta all'inizio OPPURE alla fine del giro, altrimenti si assegna il VD dell'elemento eseguito in posizione trasversale senza rotazione (es. ENJAMBEE SUL POSTO CON ROT. 180° ESECUZIONE LATERALE) EC 2 PIVOT OPPURE MULINELLO: (ok entrata in capovolta, ok verticale capovolta, ok capovolta senza mani, capovolta alla verticale)
- CAPOVOLTA ALLA VERTICALE = TOLLERANZA 10° DALLA VERTICALE Partenza libera (anche da seduti, massima accosciata, in piedi...)
- CAPOVOLTE E VERTICALE + CAPOVOLTE = ASSEGNAZIONE DA CDP FIG (bacino sulla trave, spalle staccate)
- INTERRUZIONE DI SERIE = EVIDENTE MOLLEGGIO, CARICAMENTO SULLE GAMBE/SBILANCIAMENTO IMPORTANTE/PASSI/ CADUTA TRA GLI ELEMENTI Contatto (2 due parti del corpo sull'attrezzo, escluso interno coscia): 2 elementi a contatto della trave/1 elemento + 1 movimento coreografico toccando la trave con due diverse parti del corpo/2 movimenti coreografici toccando la trave con due diverse parti del corpo
- Spostamento laterale, OCCUPARE SPAZIO" sull'attrezzo (lo spostamento deve essere evidente)"OCCUPARE TEMPO" (lo spostamento deve essere coreografato).
- BONUS DI SERIE (BS) p. 0,10 x collegamenti di 3 o + elementi in serie ginniche, miste e/o acrobatiche B+B+C (qualsiasi ordine), in entrata/sopra/uscita, elemento C
- ARTISTICITÀ da CDP FIG GAF
- Gli elementi acro B con appoggio delle mani e fase di volo si possono ripetere per gli abbuoni e BS, no per le EC
- Il lavoro avanti/indietro non può essere preso con i rotolamenti.

CORPO LIBERO

- USCITA: Ultima LINEA ACROBATICA CHE CONTA.
- L'Elemento (salto) con VD più alto viene CONTEGGIATO COME USCITA SOLO 1 LINEA ACROBATICA: NO EC (p. 0.50) + MANCANZA DI USCITA (p. 0.50), si conteggiano solo 7 ELEMENTI.
- SERIE ACROBATICHE CON SALTII: (LA DIREZIONE DEL SALTO INDICA LA DIREZIONE DELLA SERIE)

- **NOTA! GLI ELEMENTI ACROBATICI ESEGUITI DOPO L'ULTIMA LINEA ACRO, NON HANNO VALORE (SI DEVONO PERÒ PENALIZZARE NELL'ESECUZIONE) EC "salto con avv. minimo 180° sull'AL" deve essere eseguita all'interno della linea acro per il riconoscimento della EC.**
- **EC "3 SALTII DIFFERENTI ALL'INTERNO DELL'ESERCIZIO" – ASSOLTA CON SALTII ACROBATICI UNO DEI QUALI ESEGUITO ANCHE NON IN LINEA ACROBATICA**
- **BODY SHAPE (SALTII GINNICI E GIRI) P.-0.10, P.-0.30, P. -0.50 (+PEN. ALTEZZA P.0.10/0.30, PRECISIONE P.0.10, ARRIVO P.0.10/0.30/0.50**
- **SERIE GINNICA: (SOLO SALTII GINNICI) SALTII LEAP O HOP (SPINTA A 1 PIEDE)**
- **SALTII GINNICI AD ANELLO (RICONOSCIMENTO):**
 - **PIEDE DELLA GAMBA DIETRO ALMENO A LIVELLO DELLA CORONA DELLA TESTA SCHIENA ARCATA E TESTA RECLINATA**
 - **DIVARICATA DELLE GAMBE 180°**
 - **GAMBA DIETRO FLESSA 135°**
- **ARTISTICITÀ da CDP FIG GAF**