

CORPO LIBERO



VISTO CHE ESEGUE 4 EC DELLA SUA CATEGORIA

OTTIENE UN ULTERIORE 0,5

MINI PRIMA									
1 CATEGORIA		X							
2 CATEGORIA									
3 CATEGORIA									
VALORE PT.	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
GRUPPO									
ELEMENTI DI MOBILITA'	FLESSIONE BUSTO G.DIV	FLESSIONE BUSTO G.UNITE	PONTE 2" O CANDELA 2"	STACCATA DX/SX	STACCATA FRONTALE	ROVESCIAIA AVANTI	ROVESCIAIA DIETRO		
ELEMENTI STATICI	SQUADRA IN APPOGGIO 2"	CANDELA 2"	OVETTO 2"	SQUADRA G. DIARICATE 2"	SQUADRA G. UNITE 2"		SQUADRA MASSIMA 2"	SQUADRA ROVESCIAIA (MANNA) 2"	
ELEMENTI IN VERTICALE AVANTI	VERTICALE 3 APPOGGI	SLANCIO VERTICALE DI PASSAGGIO	VERTICALE 2"	VERTICALE 1/2 PERNO	VERTICALE 1 PERNO	VERTICALE DI FORZA PARTENZA IN PIEDI G.DIV.	VERTICALE 1 1/2 O 2 PERNI	SQ + VERTICALE	VERTICALE A CROCE 2"
ELEMENTI IN VERTICALE DIETRO	CAPOVOLTA INDIETRO ARRIVO PRONO	CAPOVOLTA ALLA VERTICALE PIEGATA	CAPOVOLTA ALLA VERTICALE TESA	CAPOVOLTA IN VERTICALE 1/2 PERNO	CAPOVOLTA IN VERTICALE 1 PERNO	DALLA VERTICALE CADUTA HA LEI IN POSIZIONE			
SEQUENZE DI VERTICALI	CAPOVOLTA + CONIGLIETTO G. PIEGATE	CAPOVOLTA + VERTICALE PIEGO STENDO	CAPOVOLTA + APPRO CHIUDO VERTICALE	CAPOVOLTA + SFILATA TESA VERTICALE			ENDO N VERTICALE G.DIV	ENDO IN VERTICALE G.UNITE	
ELEMENTI ARTISTICI O PER COLLEGAMENTI	SALTO PENNELLO SFORBICIATA O CERVO	PENNELLO 180' O RUOTA	PREMULINELLO DX/SX	PENNELLO 360'	FLICK ARRIVO PRONO	ORIZZONTALE 2'	MULINELLO GAMBE UNITE	MULINELLO THOMAS	
ACRO AVANTI	CAPOVOLTA	TUFFO	RIBALTATA 1	RIBALTATA 2 O FLICK AVANTI O KIPPE DI TESTA	SALTO RACCOLTO O CARPIATO	SALTO TESO	TESO 180'	TESO 360'	TESO 540'
ACRO DIETRO	CAPOVOLTA INDIETRO	RONDATA	FLICK	SALTO RACCOLTO O CARPIATO	FLICK TEMPO	SALTO TESO	TESO 180'	TESO 360'	TESO 540'
COMBO AVANTI	RIBA 1 + RUOTA	RIBA 1 + RONDATA	RIBA 1 + RIBA 1	RIBA 1 + RIBA 2	RIBA 2 + TUFFO	RIBA 2 + SALTO RACCOLTO	FLICK AVANTI + FLICK AVANTI	SALTO RACCOLTO + TUFFO	SALTO RACC. + SALTO RACC.
COMBO DIETRO	RONDATA PENNELLO	RUOTA + RUOTA	RONDATA + FLICK	RONDATA + 2 O 3 FLICK	RONDATA + FLICK + TEMPO + FLICK	RONDATA + 2 FLICK TEMPO		FLICK + SALTO RACC. 1/2 + SALTO RACC.	FLICK + SALTO RACC. 1/2 + SALTO TESO
VD	3,4	VALORE DI PARTENZA VP (VD + BONUS)		5,9	PE (PENALITA')	1,3	PF (PUNTEGGIO FINALE = 10 + VP - PE)		14,6
EC + STOP BONUS	2,5								

ANELLI

MINI PRIMA		x
1 CATEGORIA		
2 CATEGORIA		
3 CATEGORIA		

VALORE PT.	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9
GRUPPO									
SQUADRE	SQUADRA IN SOSPENSIONE G FLESE	SQUADRA IN SOSPENSIONE G TESE UNITE	APPOGGIO RITTO 2"	SQ A GAMBE FLESSE IN APPOGGIO			SQ IN APPOGGIO UNITA 2"	SQ IN APPOGGIO DIVARICATA 2"	
ORIZZONTALI AVANTI/DIETRO	CHIUSURA MASSIMA IN POSIZIONE	ORIZZONTALE IN SOSPENSIONE G DIVARIATE AVANTI	ORIZZONTALE INSOSPENSONE G DIV DIETRO		ORIZZONTALE IN SOSPENSIONE G UNITE DIETRO	ORIZZONTALE IN SOSPENSIONE G UNITE AVANTI		ORIZZONTALE IN APPOGGIO G DIV	
VOLTABRACCIA PETTO	OSCILLAZIONE AVANTI		OSCILLAZIONE AVANTI AMPIA	VOLTA BRACCIA CARPATE	VOLTA BRACCIA A CORPO TESO	VOLTA BRACCIA A CORPO TESO ALTA		CAPOVOLTA IN APPOGGIO	GRANVOLTA DI PETTO A PIEGATE
VOLTABRACCIA DORSO	OSCILLAZIONE DIETRO		OSILAZIONE DIETRO AMPIA	VOLTA BRACCIA CARPATE	VOLTA BRACCIA A CORPO TESO	VOLTA BRACCIA A CORPO TESO ALTA			GRANVOLTA DI DORSO B PIEGATE
LAVORO IN APPOGGIO	DA SOSPENSIONE TRAZIONE CON SPALLE ALTEZZA			TRASLOCAZIONE LENTA	ENTRATA CARPEA		VERTIVALE B FLESSE 2"	VERTECALE 2"	
G1	CANDELA	DISCESA IN AVANTI	DISCESA DIETRO	DISCESA AVANTI LENTA TESACONTROLLAT	DISCESA DIETRO TESA CONTROLLATA			SLANCIO APPOGGIO AVANTI B PIEGATE	
G2	SOSPENSIONE ROVESCATA	SALITA AVANTI	SALITA DIETRO	SALITA AVANTI LENTA TESA	SALITA DIETRO LENTA TESA		SLANCIO APPOGGIO DIETRO B PIEGATE	SLANCIO APPOGGIO DIETRO B TESE	SLACIOAPPOGGIO DIETRO ALLA SQUADRA
G3				DA APPOGGIO CAPOVOLGERSI IN SOSPENSIONE		DALL' APPOGGIO CAPOVOLTA IN APPOGGIO		KIPPE IN APPOGGIO	HONMA
USCITE	DA SOSPENSIONE FERMA ABBANDONO ANELLO	OSCILLAZIONE E ABBANDONO DIETRO		SALTO INDIETRO RACCOLTO	SALTO RACCOLTO AVANTI	SALTO TESO DIETRO	SALTO TESO AVANTI		DOPPIO SALTO RACCOLTO
VD	0,6	VALORE DI PARTENZA VP (VD+ BONUS)		2,6		PE(PENALITA')	0,7	PF (PUNTEGIO FINALE =10+VP -PE)	
EC+STOP BONUS	2							11,9	

VOLTEGGIO



MINI PRIMA		
1 CATEGORIA		
2 CATEGORIA		
3 CATEGORIA		X

tappetoni H60cm
cubone H80 L1m o tavola 1,00 m allievi o 1,15 m junior/senior
tavola 1,15 m allievi/1,25 m junior/senior
tavola 1,25 m allievi/1,35 m junior/senior

VALORE PT.	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5
GRUPPO								
FRAMEZZI		FRAMEZZO CON POSA DEI PIEDI	FRAMEZZO SENZA POSA DEI PIEDI					
VERTICALI	RINCORSA BATTUTA PENNELLO	CAPOVOLTA	TUFFO	VERTICALE	VERTICALE SPINTA			
RONDATA				RUOTA	RONDATA	RONDATA 180'	RONDATA 360'	
RIBALTATA					RIBALTATA	RIBALTATA 180"	RIBALTATA 360'	
YAMASHITA						YAMASHITA	YAMASHITA 180'	YAMASHITA 360'
YURCENCHO				RONDATA IN PEDANA + PENNELLO			RONDATA + FLICK	

						5	5,5	6
TSUKAHARA						TSUKAHARA RACOLTO	TSUKAHARA CARPIO	TSUKAHARA TESO
RIBA+SALTO							RIBALTATA SALTO AVANTI RACC	
YURCHENKO						YURCHENKO RACCOLTO	YURCHENKO CARPIO	YURCHENKO TESO
VD 1 SALTO	4	PE (PENALITA')	1,2	PUNTEGGGIO (10+VD-PE)	12,8	PF (PUNTEGGGIO FINALE=PUNTEGGGIO MIGLIORE O MEDIA +BONUS)		13,65
VD 2 SALTO	5	PE (PENALITA')	1,5		13,5			
BONUS+STOP BONUS	0,5							



PARALLELE

VISTO CHE ESEGUE 4 EC DELA SUA CATEGORIA

OTTIENE UN ULTERIORE 0,5

VALORE PT.	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8
GRUPPO								
ENTRATE	SALIRE ALL'APPOGGIO RITTO	DA POSIZIONE BRACCHIALE OSCILLAZIONE COMPLETA KIPPE A GAMBE DIV	KIPPE BRACCHIALE A G. DIV	KIPPE LUNGA A G. DIV	KIPPE LUNGA +OSCILLAZIONE	KIPPE LUNGA +OSC SOPRA ORIZZONTALE	KIPPE LUNGA + SQUADRA	KIPPE LUNGA +OSC IN VERTICALE
OSCILLAZIONI IN APPOGGIO		OSC PIEDI SOTTO STAGGI	OSC. SOPRA STAGGI	OSC. SOPRA ORIZZONTALE	OSCILLAZIONE IN VERTICALE	OSCILLAZIONE IN VERTICALE 2"	OSC. IN VERTICALE 1/2 CAMBIO ESTERNO	OSC. IN VERTICALE 1/2 CAMBIO INTERNO
OSCILLAZIONI IN BRACCHIALE		OSC PIEDI SOTTO STAGGI	OSC. SOPRA STAGGI	OSC. BRACCHIALE AMPIA	OSC. COMPLETA+KIPPE A G. DIV	OSC.COMPLETA+C OLPO DI PETTO A G DIV	OSC.COMPLETA+ SLANCIO APPOGGIO	OSC.COMPLETA+KIPPE BRACCHIALE G UNITE+OSC
OSCILLAZIONI IN SOSPENSIONE		<30	30-60	>60		DALL'APPOGGIO RITTO OSC.DIETRO E		CONTRO KIPPE ALL'APPOGGIO
KIPPE		DONDOLINO IN POSIZIONE ROVESCATA		KIPPE BREVE A G. DIV	KIPPE BREVE+OSCILLAZIONE	KIPPE BREVE +OSC SOPRA ORIZZONTALE	KIPPE BREVE -SQUADRA	KIPPE BREVE +OSC IN VERTICALE
ELEMENTI 1	OSC.+GANCIO GAMBA E RIUNISCO	OSC.+SEDUTA ESTERNA	DA SEDUTA ESTERNA 1/2 GIRO	CAPOVOLTA IN AVANTI	VERTICALE OMERI	SQUADRA VERTICALE OMERI	IMPENNATA	COLPO DI PETTO
SQUADRE	SQ A GAMBE FLESSE 2"	SQ A GAMBE UNITE	SQ A GAMBE APERTE		SQ A G.DIV+VERTICALE	SQ A G UNITE+VERTICALE		
USCITE	OSC+USCITA FRA GLI STAGGI	OSC.+SCAVALTO UNO STAGGIO	OSC+SCAVALCO CON 1/2 ESTERNO	OSC+SCAVALCO CON 1/2 INTERNO	SALTO INDIETRO O AVANTI RACCOLTO	SALTO TESO INDIETRO	SALTO TESO AVANTI	DOPPIOSALTO INDIETRO
ELEMENTI 2						MOY ARRIVO IN BRACCHIALE	MOY ALL'APPOGGIO	MOY + OSCILL VERTICALE
VD	5,6	VALORE DI PARTENZA VP (VD+ BONUS)		8,1		PE(PENALITA')	PF (PUNTEGGO FINALE =10+VP -PE)	15,8
EC+STOP BONUS	2,5							

SBARRA ALTA

ANCHE SE NON PRENDE NESSUNA CELLA DELLA SUA CATEGORIA
HA COMUNQUE ASSOLTO ALLE 4 EC RICHIESTE E PARTE DA 2 PUNTI

VALORE PT.	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	
GRUPPO									
ENTRATE	CAPOVOLTA ALL'APPOGGIO	OSCILL+KIPPE INFILATA 1	OSCILL+KIPPE LUNGA	OSCILL+KIPPE SLANCIO	OSCILL+KIPPE INFILATA A 2	KIPPE VERTICALE	BALZOAPPOGGIO IN VERTICALE	SLACIO APPOGGIO IN VERTICALE	
CAPOVOLTE		KIPPE BREVE	GIRO ADDOMINALE		CAPOVOLTA-	CAPOVOLTA>45	CAPOVOLTA IN VERTICALE	CAPOVOLTA 1/2 CAMBIO	
STALDER	GIRO SAGGITALE DIETRO	GIRO IN KIPPE FRONTALE	FUCS KIPPE		STALDER-	STALDER>45	STALDER IN VERTICALE	STALDER 1/2 CAMBIO	
ENDO	GIRO SAGGITALE AVANTI	GIRO IN KIPPE DORSALE	KIPPE FRONTALE		ENDO-	ENDO>45	ENDO IN VERTICALE	ENDO 1/2 CAMBIO	
PIANTATE		KIPPE INFILATA 2		KIPPE STACCO	PIANTATA-	PIANTATA>45	PIANTATA IN VERTICALE	PIANTATA 1/2 CAMBIO	
GRANVOTE PETTO		OSCILLAZIONE AVANTI		MEZZA VOLTA		GRANVOLTA DI PETTO	GRANVOLTA 1/2 PERNO	GRANCOLTA DI PETTO SALTATA	
GRANVOLTE DORSO		OSCILLAZIONE DIETRO				DORSO	DORSO 1/2 PERNO		
OSCILLAZIONI	OSCILAZIONE COMPLETA	OSCILLAZIONE CON CAMBIO DI FRONTE AVANTI SUCCESSIVO DELLE IMPUGNATURE	OSCILLAZIONE E CAMBIO SIMULTANEO DELL'IMPUGNATURA PETTO/PETTO	CAMBIO SUCCESSIVO DELL'IMPUGNATURA DA DORSO A PETTO					
USCTE		FIORETTO	GUIZZO		SALTO RACCOLTO	SALTO TESO		DOPPIO SALTO RACCOLTO	
VD	5,6	VALORE DI PARTENZA VP (VD+ BONUS)		7,6		PE(PENALITA')	3	PF (PUNTEGIO FINALE =10+VP -PE)	14,6
EC+STOP BONUS	2								

TRAMPOLINO

CELLE COLORATE BONUS		
1		2
0,5		1
0,5		1
0,5		1
0,5		1

MINI PRIMA		
1 CATEGORIA		
2 CATEGORIA	X	
3 CATEGORIA		

VALORE PT.	1	2	3	4	4,5	5	5,5	6
GRUPPO								
SALTI DAL PENNELO	SALTO PENNELO	SALTO PENNELLO 180'	SALTO PENNELLO 360'					
SALTI DALLA VERTICALE		VERTICALE	VERTICALE CON REPULSIONE					
GRUPPO 1	CAPOVOLTA	TUFFO	KIPPE DI TESTA	FLICK IN AVANTI				
GRUPPO2		RUOTA	RONDATA	FLICK INDIETRO				
SALTI ACRO AVANTI			SALTO RACCOLTO O CARPIO	SALTO RACCOLTO 180'	SALTO CARPIATO 180'	SALTO RACCOLTO 360'		
SALTI ACRO INDIETRO	RONDATA + PENNELLO	RONDATA + FLICK INDIETRO	RONDATA + SALTO RACCOLTO O CARPIATO	RONDATA SALTO TESO	RONDATA SALTO TESO 180'	RONDATA SALTO TESO 360'	RONDATA SALTO TESO 540'	RONDATA SALTO TESO 720'
SALTI TESI AVANTI				SALTO TESO	SALTO TESO 180'	SALTO TESO 360'	SALTO TESO 540'	SALTO TESO 720'
DOPPI SALTI							DOPPIO SALTO RACCOLTO INDIETRO	DOPPIO SALTO RACCOLTO AVANTI
VD 1 SALTO	4	PE (PENALITA')		1	PUNTEGGGIO (10+VD-PE)	13	PF (PUNTEGGGIO FINALE=PUNTEGGGIO MIGLIORE O MEDIA +BONUS	
VD 2 SALTO	4	PE (PENALITA')		0,8		13,2		
BONUS+STOP BONUS	1							
								14,1