

**FAQ RIUNIONE DI GIURIA  
AGG.28/01/2026**

### MINI 3 A - B

<b>VOLTEGGIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ALTEZZA 60 CM PER TUTTE LE CATEGORIE</li> <li>• ESECUZIONE DI DUE SALTI UGUALI O DIFFERENTI</li> <li>• MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CON UN SALTO DA PUNTI 3.50</li> <li>○ ESECUSIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUSIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I PT. DI PEN. E RIPETIZIONE DEL SALTO - <u>DIRLO SPECIFICATAMENTE AI TECNICI DI RIPETERLO</u></li> <li>○ QUARTA RINCORSO NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>RUOTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ BATTUTA PIEDI PARI CONTEMPORANEAMENTE = OK</li> <li>○ BATTUTA PIEDI APERTI CONTEMPORANEMANTE= OK</li> <li>○ BATTUTA CON APPOGGIO SUCCESSIVO DEI PIEDI = NULLO</li> <li>○ ARRIVO LIBERO</li> </ul> </li> <li>• <b>VERTICALE CON REPULSIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ MANCANZA DI REPULSIONE = ASSEGNAZIONE SALTO DA PT. 2.50</li> <li>○ NON ALLINEARSI ALLA VERTICALE = ASSEGNAZIONE SALTO DA PT. 2.50</li> </ul> </li> <li>• <b>VERTICALE CON REPULSIONE E SENZA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ARRIVO SEDUTO = SALTO NULLO</li> </ul> </li> <li>• <b>CAPOVOLTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ARRIVO SEDUTO O SDRAIATO = NULLO</li> <li>○ APPOGGIO SUPPLEMENTARE DELLA MANO = CADUTA I PT.</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• ELEMENTO CIRCOLARE PRESO DAL GS N° 3</li> <li>• EC SLANCIO = NON C'È ALTEZZA SPECIFICA PER LO SLANCIO QUINDI NO PENALITÀ PER L'AMPIEZZA</li> <li>• CONTARE I 3 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• DONDOLINO SUPPLEMENTARE PER COMPLETARE L'ELEMENTO: OK VD - 0.50 PEN.</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNATO SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [2 ACRO + 2 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTO ACROBATICO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI PER ASSOLVERE PIÙ DI UNA EC</li> <li>○ NON È RICHIESTA LA DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNATO SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [2 ACRO + 2 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNATO SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ LE SERIE NON POSSONO ESSERE COMPOSTE CON I ROTOLAMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSONO ESSERE UTILIZZATI PER LE DIREZIONI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> IN QUESTA CATEGORIA NON C'È L'ESIGENZA DI TERMINARE L'ESERCIZIO CON UNA SERIE ACROBATICA</li> </ul>

#### MINI 4

<b>VOLTEGGIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ALTEZZA 60 CM PER TUTTE LE CATEGORIE - ESECUZIONE DI DUE SALTI UGUALI O DIFFERENTI ANCHE DALLO STESSO GRUPPO STRUTTURALE - MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CON DUE SALTI ESEGUITI DA GRUPPI STRUTTURALI DIFFERENTI DI QUALESiasi VALORE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1 PT. DI PEN. E RIPETIZIONE DEL SALTO - <u>DIRLO SPECIFICATAMENTE AI TECNICI DI RIPETERLO</u></li> <li>○ QUARTA RINCORSa NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>RUOTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ BATTUTA PIEDI PARI CONTEMPORANEAMENTE = OK</li> <li>○ BATTUTA PIEDI APERTI CONTEMPORANEMANETE= OK</li> <li>○ BATTUTA CON APPoggIO SUCCESSIVO DEI PIEDI = NULLo</li> <li>○ ARRIVO LIBERO</li> </ul> </li> <li>• <b>VERTICALE CON REPULSIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ MANCANZA DI REPULSIONE = ASSEGNAZIONE SALTO DA PT. 2.00</li> <li>○ NON ALLINEARSI ALLA VERTICALE = ASSEGNAZIONE SALTO DA PT. 2.00</li> </ul> </li> <li>• <b>VERTICALE CON REPULSIONE E SENZA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ARRIVO SEDUTO = SALTO NULLo</li> </ul> </li> <li>• <b>RONDATA ARRIVO SUI TAPPETI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSA SUCCESSIVA DEI PIEDI ALL'ARRIVO = RUOTA</li> <li>○ APPoggIO DELLE MANI MENO DI 90° = 0.30 PEN.</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLo</li> <li>○ NON UTILIZZO DEL TAPPETINO PER LE MANI = SALTO NULLo</li> <li>○ APPoggIO DI UNA MANO SULLA PEDANA = 0.30 PEN.</li> <li>○ APPoggIO DI ENTRAMBE LE MANI SULLA PEDANA = NULLo</li> <li>○ ARRIVO CON UNA PARTE DEL PIEDE SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO CON UNO O DUE PIEDI PIEDE SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ URTARE I TAPPETI CON IL CORPO ALL'ARRIVO DALLA RUOTA/RONDATA = 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO SEDUTA DALLA RONDATA + CADUTA SCHIENA = NULLo</li> <li>○ ARRIVO SU UN PIEDE DA RONDATA + PENNELLO = NULLo</li> <li>○ ARRIVO DA RONDATA + PENNELLO SENZA ARRIVARE MAI IN PIEDI = RICONOSCIMENTO SALTO RONDATA + CADUTA SCHIENA + PEN. URTARE I TAPPETI</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 4 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI</li> <li>• EC SLANCIO = NON C'È ALTEZZA SPECIFICA PER LO SLANCIO QUINDI NO PENALITÀ PER L'ampiezza</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>DONDOLINO SUPPLEMENTARE PER COMPLETARE L'ELEMENTO:</b> OK VD - 0.50 PEN.</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [2 ACRO + 2 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTO ACROBATICO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO – NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI PER ASSOLVERE PIÙ DI UNA EC</li> <li>○ NON È RICHIESTA LA DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [2 ACRO + 2 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ LE SERIE NON POSSONO ESSERE COMPOSTE CON I ROTOLAMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSONO ESSERE UTILIZZATI PER LE DIREZIONI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> IN QUESTA CATEGORIA NON C'È L'ESIGENZA DI TERMINARE L'ESERCIZIO CON UNA SERIE ACROBATICA</li> </ul>

## PRIMA

<b>VOLTEGGIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ALTEZZA 60/80 CM PER TUTTE LE CATEGORIE - ENTRAMBI I SALTI DEVONO ESEGUIRE ALLA STESSA ALTEZZA DEI MATERASSI</li> <li>• ESECUZIONE DI DUE SALTI DA DUE GRUPPI STRUTTURALI DIFFERENTI - MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CON UN SALTO ESEGUITO DA PUNTI 3.50 DA GRUPPI STRUTTURALI DIFFERENTI</li> <li>○ ESECUSIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUSIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I PT. DI PEN. E RIPETIZIONE DEL SALTO - <u>DIRLO SPECIFICATAMENTE AI TECNICI DI RIPETERLO</u></li> <li>○ QUARTA RINCORSO NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>RONDATA ARRIVO SUI TAPPETI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSA SUCCESSIVA DEI PIEDI ALL'ARRIVO = RUOTA</li> <li>○ APPOGGIO DELLE MANI MENO DI 90° = 0.30 PEN.</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> <li>○ NON UTILIZZO DEL TAPPETINO PER LE MANI = SALTO NULLO</li> <li>○ APPOGGIO DI UNA MANO SULLA PEDANA = 0.30 PEN.</li> <li>○ APPOGGIO DI ENTRAMBE LE MANI SULLA PEDANA = NULLO</li> <li>○ ARRIVO CON UNA PARTE DEL PIEDE SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO CON UNO O DUE PIEDI SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ URTARE I TAPPETI CON IL CORPO ALL'ARRIVO DALLA RUOTA/RONDATA = 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO SEDUTA DALLA RONDATA + CADUTA SCHIENA = NULLO</li> <li>○ ARRIVO SU UN PIEDE DA RONDATA + PENNELLO = NULLO</li> <li>○ ARRIVO DA RONDATA + PENNELLO SENZA ARRIVARE MAI IN PIEDI = RICONOSCIMENTO SALTO RONDATA + CADUTA SCHIENA + PEN. URTARE I TAPPETI</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• ELEMENTO CIRCOLARE PRESO DAL GS N° 3</li> <li>• EC SLANCIO = NON C'È ALTEZZA SPECIFICA PER LO SLANCIO QUINDI NO PENALITÀ PER L'AMPIEZZA</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>DONDOLINO SUPPLEMENTARE PER COMPLETARE L'ELEMENTO: OK VD - 0.50 PEN.</b></li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>SERIE GINNICHES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOBPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTO ACROBATICO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ COMPOSIZIONE CORRETTA: SALTO GINNICO + ELEMENTO ACROBATICO [NON STATICO] O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ LE SERIE NON POSSONO ESSERE COMPOSTE CON I ROTOLAMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSANO ESSERE UTILIZZATI PER LE DIREZIONI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SE ESEGUITE CON I ROTOLAMENTI</li> <li>○ CON EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ PAUSA ECCESSIVA SUPERIORE AI 2"</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE DEGLI ARTI INFERIORI E/O SUPERIORI - MIN. 0.30</li> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI CON FASE DI VOLO:</b> NON RICHIESTI ELEMENTI SENZA APPOGGIO DELLE MANI</li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA PER INTERRUZIONE DI SERIE - 0.50 EC N°1</li> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## SECONDA

<b>VOLTEGGIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ALTEZZA 80 CM PER TUTTE LE CATEGORIE</li> <li>• ESECUZIONE DI DUE SALTI DA DUE GRUPPI STRUTTURALI DIFFERENTI - MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CON UN SALTO ESEGUITO DA PUNTI 3.50 DA GRUPPI STRUTTURALI DIFFERENTI</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I PT. DI PEN. È RIPETIZIONE DEL SALTO - DIRLO SPECIFICATAMENTE AI TECNICI DI RIPETERLO</li> <li>○ QUARTA RINCORSO NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>RONDATA ARRIVO SUI TAPPETI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSA SUCCESSIVA DEI PIEDI ALL'ARRIVO = RUOTA</li> <li>○ APPOGGIO DELLE MANI MENO DI 90° = 0.30 PEN.</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> <li>○ NON UTILIZZO DEL TAPPETINO PER LE MANI = SALTO NULLO</li> <li>○ APPOGGIO DI UNA MANO SULLA PEDANA = 0.30 PEN.</li> <li>○ APPOGGIO DI ENTRAMBE LE MANI SULLA PEDANA = NULLO</li> <li>○ ARRIVO CON UNA PARTE DEL PIEDE SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO CON UNO O DUE PIEDI PIEDE SUL COLLARE = 0.10 - 0.30 PEN.</li> <li>○ URTARE I TAPPETI CON IL CORPO ALL'ARRIVO DALLA RUOTA/RONDATA = 0.30 PEN.</li> <li>○ ARRIVO SEDUTA DALLA RONDATA + CADUTA SCHIENA = NULLO</li> <li>○ ARRIVO SU UN PIEDE DA RONDATA + PENNELLO = NULLO</li> <li>○ ARRIVO DA RONDATA + PENNELLO SENZA ARRIVARE MAI IN PIEDI = RICONOSCIMENTO SALTO RONDATA + CADUTA SCHIENA + PEN. URTARE I TAPPETI</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D ELEMENTO CIRCOLARE PRESO DAL GS N° 3</li> <li>• EC SLANCIО = NON C'È ALTEZZA SPECIFICA PER LO SLANCIО QUINDI NO PENALITÀ PER L'AMPIEZZA</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>DONDOLINO SUPPLEMENTARE PER COMPLETARE L'ELEMENTO:</b> OK VD - 0.50 PEN.</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHÉ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHÉ NON ASSEGNAZIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTO ACROBATICO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ COMPOSIZIONE CORRETTA: SALTO GINNICO + ELEMENTO ACROBATICO [NON STATICO] O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ LE SERIE NON POSSONO ESSERE COMPOSTE CON I ROTOLAMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHÉ INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSANO ESSERE UTILIZZATI PER LE DIREZIONI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAZIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SE ESEGUITE CON I ROTOLAMENTI</li> <li>○ CON EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ PAUSA ECCESSIVA SUPERIORE AI 2"</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE DEGLI ARTI INFERIORI E/O SUPERIORI - MIN. 0.30</li> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI CON FASE DI VOLO:</b> RICHIESTI ELEMENTI SENZA APPOGGIO DELLE MANI</li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA PER INTERRUZIONE DI SERIE - 0.50 EC N°1</li> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

### TERZA

<b>VOLTEGGIO</b>  CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DALLA TERZA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ENTRAMBI I SALTI DEVONO ESSERE ESEGUITI SULLA STESSA ATTREZZATURA: TAVOLA O CUBONE - ENTRAMBI I SALTI DEVONO ESSERE ESEGUITI ALLA STESSA ALTEZZA DEI MATERASSI</li> <li>• CALCOLO VD: VALORE DEL SALTO DA CODICE + 2 PT.</li> <li>• MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DUE SALTI DIFFERENTI</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>TERZA RINCORSA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CONCESSA CON I PT. DI PENALITÀ SOLO SE NON VIENE TOCCATA L'ATTREZZATURA</li> <li>○ QUARTA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>  <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• EC SLANCIO = SOPRA L'ORIZZONTALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• CONTARE I 4 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONologICO</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.0</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIEZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE [ESEMPIO: VERTICALE]</li> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSONO DARE LA DIREZIONE [CAPODVOLTA SENZA MANI = LAVORO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ MOVIMENTO FLUIDO E CONTINUO = OK</li> <li>○ ENTRAMBI GLI ELEMENTI ACRO DEVONO ESSERE ESEGUITI SOPRA LA TRAVE - NO ENTRATA E NO USCITA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIEZZA SONO ASSEGNAZIONI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] - NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SI SONNO E' UN SALTO JUMP]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI DIFFERENTI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI - RONDATA FLIC - RONDATA FLIC SMEZZATO = OK]</li> <li>○ NON È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CON EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ PAUSA ECESSIVA SUPERIORE AI 2'</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE DEGLI ARTI INFERIORI E/O SUPERIORI - MIN. 0.30</li> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA DUE SALTI UGUALI, COME DA COD FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI TUTTI GLI ELEMENTI ACROBATICI E I SALTI GINNICI INSERITI NEL CODICE</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE GLI STESSI ELEMENTI UTILIZZATI PER ALTRE SERIE ACRO O GINNICHES</li> <li>○ POSSONO ESSERE UNITE ALLE SERIE ACRO O GINNICHES, NON DEVE PER FORZA ESSERE ESEGUITA DA SOLA.</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI CON FASE DI VOLO:</b> RICHIESTI ELEMENTI SENZA APPoggIO DELLE MANI - OK RUOTA SENZA MANI - OK RIBALTATA SENZA MANI</li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## QUARTA

<b>VOLTEGGIO</b> <b>CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DALLA TERZA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CALCOLO VD: VALORE DEL SALTO DA CODICE + 2 PT.</li> <li>• MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DUE SALTI DIFFERENTI</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>TERZA RINCORSA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CONCESSA CON I PT. DI PENALITÀ SOLO SE NON VIENE TOCCATA L'ATTREZZATURA</li> <li>○ QUARTA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b> <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• EC SLANCI = SOPRA L'ORIZZONTALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONOLOGICO IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b> <b>ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28</b> <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIEZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE [ESEMPIO: VERTICALE]</li> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSONO DARE LA DIREZIONE [CAPOVOLTA SENZA MANI = LAVORO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ MOVIMENTO FLUIDO E CONTINUO = OK</li> <li>○ ENTRAMBI GLI ELEMENTI ACRO DEVONO ESEGUITI SOPRA LA TRAVE - NO ENTRATA E NO USCITA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b> <b>ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28</b> <b>ABBUONI DA COD FIG GAF 25-28</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ SONO CONCESSI SOLO I SALTI GINNICI</li> </ul> </li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIEZZA SONO ASSEGNAZIONI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTIS LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] - NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SI POSSONO ESSERE ESEGUITI DUE SALTIS LEAP CON APERTURA 180°]]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE: È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI uguali</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI - RONDATA SALTO TESO - RONDATA SALTO RACCOLTO = OK]</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA SUE SALTIS uguali, COME DA COD FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO TESO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TOLLERANZA DI 10° DALLA POSIZIONE TESA CORRETTA</li> <li>○ CORPO SQUADRATO OLTRE I 10° IN QUALSIASI MOMENTO DEL SALTO = RICONOSCUTO CARPIO CON EVENTUALE PENALITÀ DI CARPIATURA INSUFFICIENTE</li> <li>○ CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO = PEN. 0.10 - 0.30</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ SERIE SENZA SALTO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI TUTTI GLI ELEMENTI ACROBATICI E I SALTIS GINNICI INSERITI NEL CODICE</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE GLI STESSI ELEMENTI UTILIZZATI PER ALTRE SERIE ACRO O GINNICHES</li> <li>○ POSSONO ESSERE UNITE ALLE SERIE ACRO O GINNICHES. NON DEVE PER FORZA ESSERE ESEGUITA DA SOLA.</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## QUINTA

<b>VOLTEGGIO</b>  CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DALLA TERZA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CALCOLO VD: VALORE DEL SALTO DA CODICE + 2 PT.</li> <li>• MEDIA DEI DUE SALTI</li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DUE SALTI DIFFERENTI</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA CADUTE</li> <li>○ ESECUZIONI SENZA SALTI NULLI</li> </ul> </li> <li>• <b>TERZA RINCORSA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CONCESSA CON I PT. DI PENALITÀ SOLO SE NON VIENE TOCCATA L'ATTREZZATURA</li> <li>○ QUARTA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>  ABBONI DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 6 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONOLOGICO</li> <li>• <b>EC SLANCIO</b> = ALLA VERTICALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.10</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b></li> <li>• SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA - IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> </ul>
<b>TRAVE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  ABBONI DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D - CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIEZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE NON ASSEGNAZIONATE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SIBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE [ESEMPIO: VERTICALE]</li> <li>○ I ROTOLAMENTI POSSONO DARE LA DIREZIONE [CAPOVOLTA SENZA MANI = LAVORO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA</li> <li>○ MOVIMENTO FLUIDO E CONTINUO = OK</li> <li>○ ENTRAMBI GLI ELEMENTI ACRO DEVONO ESSERE ESEGUITI SOPRA LA TRAVE - NO ENTRATA E NO USCITA</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  ABBONI DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ABBUONO 0.50:</b> ASSEGNAZIONE SE ESEGUITO SENZA CADUTA <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I PIVOT DEVONO ESSERE DIFFERENTI MA POSSONO ESSERE DELLA STESSA MATRICE [GIRO PASSÉ + DOPPIO GIRO PASSÉ = OK]</li> <li>○ È CONCESSA LA DISCESA DAL RELEVÉ PURCHÉ NON CI SIA IL DEMI PLié E NON CI SIA UNA PAUSA ECCESIVA SUPERIORE AI 2"</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIEZZA SONO ASSEGNAZIONATI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALT LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] - NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SI SONNO È UN SALTO JUMP]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE: È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI UGUALI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI - RONDATA SALTO TESO - RONDATA SALTO RACCOLTO = OK]</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA SUE SALTI UGUALI, COME DA CDP FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO TESO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TOLLERANZA DI 10° DALLA POSIZIONE TESA CORRETTA</li> <li>○ CORPO SQUADRATO OLTRE I 10° IN QUALSIASI MOMENTO DEL SALTO = RICONOSCIUTO CARPIO CON EVENTUALE PENALITÀ DI CARPIATURA INSUFFICIENTE</li> <li>○ CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO = PEN. 0.10 - 0.30</li> </ul> </li> <li>• <b>AVVITAMENTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IL GRADO DI COMPLETAMENTO DELL'AVVITAMENTO È STABILITO DALLA POSIZIONE DELLE ANACHE E DEL PRIMO PIEDE ALL'ARRIVO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAZIONATE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ SERIE SENZA SALTO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE MISTA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ POSSONO ESSERE UTILIZZATI TUTTI GLI ELEMENTI ACROBATICI E I SALTI GINNICI INSERITI NEL CODICE</li> <li>○ DEVE ESSERE COMPOSTA DA SALTO GINNICO + ACROBATICO O VICEVERSA</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE GLI STESSI ELEMENTI UTILIZZATI PER ALTRE SERIE ACRO O GINNICHIE</li> <li>○ POSSONO ESSERE UNITE ALLE SERIE ACRO O GINNICHIE, NON DEVE PER FORZA ESSERE ESEGUITA DA SOLA.</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## SESTA D

<b>VOLTEGGIO</b>  CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CALCOLO VO: VALORE DEL SALTO DA CODICE</li> <li>• ESECUZIONE DEI DUE SALTI - VALE IL MIGLIORE</li> <li>• ESECUZIONE SALTI CON VALORE MASSIMO 3.20</li> <li>• <b>TERZA RINCORSA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CONCESSA CON I PT. DI PENALITÀ SOLO SE NON VIENE TOCCATA L'ATREZZATURA</li> <li>○ QUARTA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>  ESERCIZIO CORTO: ESECUZIONE DI 4 ELEMENTI O MENO COMPRESA L'USCITA: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 ELEMENTI: - 2 PT [NOTA E DI PARTENZA: 8 PT]</li> <li>• 3 ELEMENTI: - 3 PT [NOTA E DI PARTENZA: 7 PT]</li> <li>• 1-2 ELEMENTI: - 4 PT [NOTA E DI PARTENZA: 6 PT]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• ABBUONI DA CDP FIG GAF 25-28</li> <li>• SLANCI = ALLA VERTICALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• CONTARE I 5 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONOLOGICO</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDietRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDietRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIEZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI SERIE ACROBATICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATREZZO - NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE (ESEMPIO: VERTICALE)</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LE SERIE ACROBATICHE</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LA DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• ABBUONI DA CDP FIG GAF 25-28</li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE - SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIEZZA SONO ASSEGNAZI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHES INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] - NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SI SONO UN SALTO JUMP]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE: È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI UGUALI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI - RONDATA FLIC - RONDATA FLIC SMEZZATO = OK]</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA SUE SALTI UGUALI, COME DA CDP FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO TESO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TOLLERANZA DI 10° DALLA POSIZIONE TESA CORRETTA</li> <li>○ CORPO SQUADRATO OLTRE I 10° IN QUALSIASI MOMENTO DEL SALTO = RICONOSCIUTO CARPIO CON EVENTUALE PENALITÀ DI CARPIATURA INSUFFICIENTE</li> <li>○ CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO = PEN. 0.10 - 0.30</li> </ul> </li> <li>• <b>AVVITAMENTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IL GRADO DI COMPLETAMENTO DELL'AVVITAMENTO È STABILITO DALLA POSIZIONE DELLEANCHE E DEL PRIMO PIEDE ALL'ARRIVO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ SERIE SENZA SALTO</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°I + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## SESTA C

<b>VOLTEGGIO</b>  CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CALCOLO VD: VALORE DEL SALTO DA CODICE</li> <li>• ESECUZIONE DEI DUE SALTI</li> <li>• VALE IL MIGLIORE</li> <li>• <b>TERZA RINCORSA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CONCESSA CON I PT. DI PENALITÀ SOLO SE NON VIENE TOCCATA L'ATTRAZZATURA</li> <li>○ QUARTA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSA NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• <b>ABBUONI DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>SLANCI</b> = ALLA VERTICALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• CONTARE I 6 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONOLOGICO</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONI E BONUS DI SERIE DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIEZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE NON ASSEGNAZIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VD</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIEZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI SERIE ACROBATICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATTREZZO – NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE [ESEMPIO: VERTICALE]</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LE SERIE ACROBATICHE</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LA DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBUONI DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIEZZA SONO ASSEGNAZI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIEZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] – NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SISSONE È UN SALTO JUMP]]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE: È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI UGUALI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI – RONDATA FLIC – RONDATA FLIC SMEZZATO = OK]</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA SUE SALTI UGUALI, COME DA CDP FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO TESO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TOLLERANZA DI 10° DALLA POSIZIONE TESA CORRETTA</li> <li>○ CORPO SQUADRATO OLTRE I 10° IN QUALSIASI MOMENTO DEL SALTO = RICONOSCIUTO CARPIO CON EVENTUALE PENALITÀ DI CARPIATURA INSUFFICIENTE</li> <li>○ CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO = PEN. 0.10 – 0.30</li> </ul> </li> <li>• <b>AVVITAMENTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IL GRADO DI COMPLETAMENTO DELL'AVVITAMENTO È STABILITO DALLA POSIZIONE DELLE ANCHE E DEL PRIMO PIEDE ALL'ARRIVO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAZIONE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ SERIE SENZA SALTO</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°I + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>

## SESTA A/B

<b>VOLTEGGIO</b>  CONTROLLARE LA TABELLA DELLE PENALITÀ SPECIFICHE DEL VOLTEGGIO DA CDP FIG GAF 25-28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESECUZIONE DI UN SALTO</li> <li>• <b>SALTO NULLO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TERZA RINCORSO NON CONCESSA</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTI CON ARRIVO IN PEDANA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE = SALTO NULLO</li> </ul> </li> </ul>
<b>PARALLELE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  <b>ESERCIZIO CORTO:</b> ESECUZIONE DI 6 ELEMENTI O MENO COMPRESA L'USCITA: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5-6 ELEMENTI: - 4 PT [NOTA E DI PARTENZA: 6 PT]</li> <li>• 3-4 ELEMENTI: - 6 PT [NOTA E DI PARTENZA: 4 PT]</li> <li>• 1-2 ELEMENTI: - 8 PT [NOTA E DI PARTENZA: 2 PT]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• <b>ABBONI DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>SLANCI</b> = ALLA VERTICALE CON TOLLERANZA DI 10°</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI IN ORDINE CRONOLOGICO</li> <li>• IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</li> <li>• <b>OSCILLAZIONE INTERMEDIA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI O INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>OSCILLAZIONE A VUOTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ OSCILLAZIONE AVANTI E INDIETRO SENZA L'ESECUZIONE DI UN ELEMENTO - 0.50</li> </ul> </li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>TRAVE</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  <b>ESERCIZIO CORTO:</b> ESECUZIONE DI 6 ELEMENTI O MENO COMPRESA L'USCITA: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5-6 ELEMENTI: - 4 PT [NOTA E DI PARTENZA: 6 PT]</li> <li>• 3-4 ELEMENTI: - 6 PT [NOTA E DI PARTENZA: 4 PT]</li> <li>• 1-2 ELEMENTI: - 8 PT [NOTA E DI PARTENZA: 2 PT]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBONI E BONUS DI SERIE DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>SERIE GINNICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DIFFERENTI DI CUI UNO DI GRANDE AMPIZZA</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ EVIDENTE SPOSTAMENTO DEI PIEDI</li> <li>○ DOPPIO CARICAMENTO ARTI INFERIORI</li> <li>○ SBILANCIAMENTO EVIDENTE TRA I SALTI (MIN. 0.30)</li> <li>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO LATERALE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NON PUÒ ESSERE UGUALE AD UNO GIÀ ESEGUITO IN POSIZIONE TRASVERSALE</li> <li>○ AUMENTA DI UN VO</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO GINNICO DI GRANDE AMPIZZA CON ROTAZIONE 180°:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ LA DIVARICATA DEVE AVVENIRE ALL'INIZIO O ALLA FINE DEL SALTO PER ESSERE CONSIDERATO VALIDO</li> <li>○ LA DIVARICATA ESEGUITA A METÀ SALTO COMPORTA LA NON ASSEGNAZIONE DELL'ELEMENTO</li> </ul> </li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI SERIE ACROBATICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVE ESSERE ESEGUITO SOPRA L'ATREZZO – NO ENTRATA E NO USCITA</li> <li>○ GLI ELEMENTI ACRO STATICI POSSONO ESSERE UTILIZZATI MA NON DANNO DIREZIONE [ESEMPIO: VERTICALE]</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LE SERIE ACROBATICHE</li> <li>○ NON POSSONO ESSERE UTILIZZATI I ROTOLAMENTI PER LA DIREZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>IN CASO DI NON ASSEGNAZIONE DELL'USCITA CHIEDERE AL TECNICO DI RIPETERE L'USCITA - 0.50 EC USCITA</b></li> <li>• <b>PENALITÀ MANCANZA DI USCITA DALLA NOTA D:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ SI ASSEGNA SOLO QUANDO LA GINNASTA NON ESEGUE O TENTA ALCUNA USCITA = 0.50 EC USCITA + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>
<b>CORPO LIBERO</b>  ESECUZIONE DI SOLO ELEMENTI DA CODICE INTERNAZIONALE DEI PUNTEGGI GAF 25-28  <b>ESERCIZIO CORTO:</b> ESECUZIONE DI 6 ELEMENTI O MENO COMPRESA L'USCITA: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5-6 ELEMENTI: - 4 PT [NOTA E DI PARTENZA: 6 PT]</li> <li>• 3-4 ELEMENTI: - 6 PT [NOTA E DI PARTENZA: 4 PT]</li> <li>• 1-2 ELEMENTI: - 8 PT [NOTA E DI PARTENZA: 2 PT]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGNI EC MANCANTE = -0.50 DALLA NOTA D</li> <li>• CONTARE I 7 ELEMENTI DI MAGGIOR VALORE + L'USCITA [ULTIMO ELEMENTO ACRO ESEGUITO IN SERIE] PER IL CONTEGGIO DEGLI ELEMENTI [3 ACRO + 3 GINNICI + 2 A SCELTA]</li> <li>• <b>ABBONI DA CDP FIG GAF 25-28</b></li> <li>• <b>PIVOT:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ NO TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – SPALLE E ANCHE DANNO IL COMPLETAMENTO DELLA ROTAZIONE</li> <li>○ SE IL PIEDE SCENDE PRIMA DEL COMPLETAMENTO DEL GIRO SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO DOVE È POSSIBILE</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI GINNICI:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I SALTI DI GRANDE AMPIZZA SONO ASSEGNAZIONI CON PENALITÀ DI BODY SHAPE CON APERTURA MINIMO 135°</li> <li>○ I SALTI CON ROTAZIONE MINIMO DI 360° HANNO UNA TOLLERANZA DI 30° SULL'ESECUZIONE</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE GINNICHE INDIRETTE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI GINNICI DI CUI UNO CON AMPIZZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE CON DEI PASSI DI DANZA</li> <li>○ DEVONO ESSERE COMPOSTE SOLO CON SALTI LEAP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE CON APERTURA 180° O HOP [PARTENZA SPINTA AD UN PIEDE SENZA APERTURA] – NO JUMP [PARTENZA SPINTA A DUE PIEDI - SI SONNO E UN SALTO JUMP]</li> </ul> </li> <li>• <b>ELEMENTI ACROBATICI E SERIE ACROBATICHE:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GLI ELEMENTI CON ARRIVO A UNO O DUE PIEDI SONO CONSIDERATI UGUALI</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE NON POSSONO ESSERE UNITE IN UN'UNICA SERIE [SALTO AV. SMEZZATO + RONDATA + FLIC + SALTO = UNICA SERIE]</li> <li>○ ANCHE UN SINGOLO ELEMENTO PUÒ SODDISFARE L'ESIGENZA DELLA DIREZIONE [SALTO AVANTI – RONDATA FLIC – RONDATA FLIC SMEZZATO = OK]</li> <li>○ È RICHIESTO IL SALTO NELLE SERIE</li> <li>○ LE SERIE ACROBATICHE POSSONO ESSERE COMPOSTE DA SUE SALTI UGUALI, COME DA CDP FIG GAF [ES. SALTO AVANTI + SALTO AVANTI]</li> </ul> </li> <li>• <b>SALTO TESO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ TOLLERANZA DI 10° DALLA POSIZIONE TESA CORRETTA</li> <li>○ CORPO SQUADRATO OLTRE I 10° IN QUALSIASI MOMENTO DEL SALTO = RICONOSCIUTO CARPIO CON EVENTUALE PENALITÀ DI CARPIATURA INSUFFICIENTE</li> <li>○ CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO = PEN. 0.10 – 0.30</li> </ul> </li> <li>• <b>AVVITAMENTO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ IL GRADO DI COMPLETAMENTO DELL'AVVITAMENTO È STABILITO DALLA POSIZIONE DELLE ANCHE E DEL PRIMO PIEDE ALL'ARRIVO</li> </ul> </li> <li>• <b>SERIE ACROBATICHE NON ASSEGNAME:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ CADUTA TRA GLI ELEMENTI</li> <li>○ SERIE SENZA SALTO</li> </ul> </li> <li>• <b>USCITA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ESECUZIONE DI UNA SOLA SERIE ACROBATICA IN TUTTO L'ESERCIZIO = - 0.50 EC N°1 + 0.50 NOTA D MANCANZA DI USCITA</li> </ul> </li> </ul>