**UISP APS**
Settore di Attività Ginnastiche

UISP aps
sportpertutti

# ANNOTAZIONI DI GIURIA
# 2025 – 2028

BOZZA 02/11/2026

## PENALITÀ NEUTRE

| PENALITÀ NOTIFICATE DALLA GIURIA D E APPLICATE DALLA PRESIDENTE DELLA GIURIA SUPERIORE | |
|---|---|
| IMBOTTITURE NON CORRETTE O ANTIESTETICHE | 0.30<br>UNA VOLTA SOLA AL PRIMO ATTREZZO |
| ABBIGLIAMENTO SCORRETTO:<br>BODY, MONILI, COLORE DEI BENDAGGI, ECC | 0.30<br>UNA VOLTA SOLA AL PRIMO ATTREZZO |
| ALTRI COMPORTAMENTI INDISCIPLINATI O OFFENSIVI | 0.30<br>DAL PUNTEGGIO FINALE |
| NON PARTECIPARE ALLA CERIMONIA DI PREMIAZIONE | PREVIA COMUNICAZIONE, LA GINNASTA PUÒ LASCIARE LA SEDE DI GARA MA NON VERRÀ CHIAMATA ALLA CERIMONIA DI PREMIAZIONE |
| USO SCORRETTO DEL MAGNESIO E/O DANNEGGIAMENTO DELL'ATTREZZO | 0.50<br>DAL PUNTEGGIO FINALE |
| AGGIUNGERE, MODIFICARE O TOGLIERE LE MOLLE DELLE PEDANE | 0.50<br>DAL PUNTEGGIO FINALE |
| CAMBIARE L'ALTEZZA DELL'ATTREZZO SENZA AUTORIZZAZIONE | 0.50<br>DAL PUNTEGGIO FINALE |
| **PENALITÀ PER IL COMPORTAMENTO DEGLI ALLENATORI** | |
| COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO (VALIDO PER TUTTE LE FASI DELLA GARA) | • 1° VOLTA – CARTELLINO GIALLO PER L'ALLENATORE (AMMONIZIONE)<br>• 2° VOLTA – CARTELLINO ROSSO ED ESPULSIONE DELL'ALLENATORE DAL CAMPO GARA E/O DALLA PALESTRA DI ALLENAMENTO* |
| ALTRI COMPORTAMENTI FLAGRANTI, INDISCIPLINATI E OFFENSIVI (VALIDO PER TUTTE LE FASI DELLA GARA) | • CARTELLINO ROSSO IMMEDIATO ED IMMEDIATA ESPULSIONE DELL'ALLENATORE DAL CAMPO GARA E/O DALLA PALESTRA DI ALLENAMENTO * |
| COMPORTAMENTO ANTISPORTIVO (VALIDO PER TUTTE LE FASI DELLA GARA) ES.: RITARDARE O INTERROMPERE INGIUSTIFICATAMENTE LA GARA, PARLARE A GIUDICI ATTIVI DURANTE LA COMPETIZIONE, PARLARE DIRETTAMENTE ALLA GINNASTA, FARE SEGNALI, URLARE (INCITARE) O FARE COSE SIMILI DURANTE L'ESERCIZIO, ECC. | • 1° VOLTA (PER GINNASTA/SQUADRA ALL'ATTREZZO) E CARTELLINO GIALLO PER L'ALLENATORE (AMMONIZIONE) -0.50<br>• 1° VOLTA (PER GINNASTA/SQUADRA ALL'ATTREZZO) E CARTELLINO GIALLO PER L'ALLENATORE (AMMONIZIONE) SE L'ALLENATORE PARLA AI GIUDICI ATTIVI IN MODO AGGRESSIVO -1.00<br>• 2° VOLTA (PER GINNASTA/SQUADRA ALL'ATTREZZO), CARTELLINO ROSSO ED ESPULSIONE DELL'ALLENATORE DAL CAMPO GARA* - 1.00 |
| ALTRI COMPORTAMENTI FLAGRANTI, INDISCIPLINATI E OFFENSIVI (VALIDO PER TUTTE LE FASI DELLA COMPETIZIONE).<br>ES.: PRESENZA IRREGOLARE DEL NUMERO DI PERSONE PREVISTO IN CAMPO GARA DURANTE LA COMPETIZIONE E/O NELLA PREPARAZIONE DELL'ATTREZZO, ECC… | • PER GINNASTA/SQUADRA ALL'ATTREZZO), CARTELLINO ROSSO IMMEDIATO ED ESPULSIONE DELL'ALLENATORE DAL CAMPO GARA* - 1.00 |
| PRESENZA DELL'ALLENATORE SULL'AREA DI GARA<br>(TAPPETI – ATTREZZI - PODIO) | 0.50<br>DAL PUNTEGGIO FINALE DELL'ATTREZZO |

## VALORE DI PARTENZA DALLA TERZA CATEGORIA IN POI

- IL PUNTEGGIO D AL VOLTEGGIO È IL VALORE DI DIFFICOLTÀ INDICATO NELLA TAVOLA DEI SALTI
- IL PUNTEGGIO D ALLE PARALLELE ASIMMETRICHE, ALLA TRAVE E AL CORPO LIBERO COMPRENDE GLI ELEMENTI DI DIFFICOLTÀ DI MAGGIOR VALORE, ESIGENZE DI COMPOSIZIONE, ABBUONI DI COLLEGAMENTO E BONUS.

## PER APPROFONDIMENTO VEDI SEZIONE 7.2 DEL CDP FIG GAF 25-28

## ASSEGNAZIONE ABBUONO PER TUTTE LE CATEGORIE:

## PER ESSERE ASSEGNATO L'ABBUONO DEVE ESSERE ESEGUITO SENZA CADUTA E/O SALTI NULLI A VOLTEGGIO.

**UISP APS**
Settore di Attività Ginnastiche

# TABELLI PENALITÀ GENERALI – TUTTI GLI ATTREZZI TUTTE LE CATEGORIE

UISP sportpertutti

**PER LE DEFINIZIONI DELLE POSIZIONI DEL CORPO E PER LE ESIGENZE RELATIVE AI SINGOLI MOVIMENTI/ELEMENTI CONSULTARE LA SEZIONE 8 DEL CDP FIG GAF 25-28**

| GIURIA E | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **FALLI D'ESECUZIONE** | | **0.10** | **0.3** | **0.5** | **1.00** |
| – BRACCIA PIEGATE O GAMBE FLESSE | **O.V.** | X | X | X | |
| – GAMBE O GINOCCHIA APERTE | O.V. | X | X LARGHEZZA SPALLE O PIÙ | | |
| – GAMBE INCROCIATE DURANTE GLI ELEM. CON AVVITAMENTO | O.V. | X | | | |
| – INSUFFICIENTE ALTEZZA DEGLI ELEMENTI *(AMPIEZZA ESTERNA)* | O.V. | X | X | | |
| – INSUFFICIENTE PRECISIONE DELLA POSIZIONE RACCOLTA O CARPIATA NEI SALTI SINGOLI SENZA AVVITAMENTO | O.V. | X ANGOLO ANCHE/GIN 90° | X ANGOLO ANCHE/GIN >90° | | |
| – INSUFFICIENTE PRECISIONE DELLA POSIZIONE RACCOLTA O CARPIATA NEI SALTI DOPPI SENZA AVVITAMENTO | O.V. | X ANGOLO ANCHE >90° | | | |
| – NON MANTENERE IL CORPO IN POSIZIONE TESA *(SQUADRANDO IN ANTICIPO)* | O.V. | X | X | | |
| – ESITAZIONE DURANTE L'ESECUZIONE DI ELEMENTI | O.V. | X | | | |
| – TENTARE UN ELEMENTO SENZA ESEGUIRLO (*RINCORSA A VUOTO*) | O.V. | | X | | |
| – DEVIAZIONE DALLA DIREZIONE CORRETTA | O.V. | X | | | |
| POSIZIONE DEL CORPO E/O DELLE GAMBE NEGLI ELEMENTI *(NON ELEMENTI GINNICI)*:<br>• ALLINEAMENTO DEL CORPO<br>• PIEDI NON IN ESTENSIONE/RILASSATI<br>• INSUFFICIENTE DIVARICATA IN ELEMENTI ACRO *(SENZA VOLO)* | O.V. | X<br>X<br>X | X | | |
| – NON SODDISFARE I REQUISITI TECNICI NEGLI ELEMENTI GINNICI *(BODY SHAPE)* *(VEDERE SEZ. 8 PER L'ELENCO DEI FALLI NEGLI ELEM. GINNICI)* | O.V. | X | X | X | |
| – PRECISIONE | O.V. | X | | | |
| – ESECUZIONE DELL'USCITA TROPPO VICINO ALL'ATTREZZO *(PA E TRAVE)* | | | X | | |
| **FALLI D'ARRIVO *(TUTTI GLI ELEMENTI, INCLUSE LE USCITE)*** | | IN ASSENZA DI CADUTA LA PENALITÀ MAX PER L'ARRIVO NON PUÒ SUPERARE P. 0.80 | | | |
| – GAMBE APERTE ALL'ARRIVO | O.V. | X | | | |
| – OSCILLAZIONI SUPPLEMENTARI DELLE BRACCIA | | X | | | |
| – PERDITA DI EQUILIBRIO | O.V. | X | X | | |
| – PASSI SUPPLEMENTARI, LEGGERO SALTELLO | O.V. | X | | | |
| – PASSO O BALZO MOLTO LUNGO *(LINEA GUIDA – PIÙ DELLA LARGHEZZA DELLE SPALLE)* | O.V. | | X | | |
| – FALLI DI POSTURA DEL CORPO | O.V. | X | X | | |
| – MASSIMA ACCOSCIATA | O.V. | | | X | |
| – SFIORARE/TOCCARE L'ATTREZZO/I TAPPETI CON LE MANI, MA SENZA CADERE | O.V. | | X | | |
| – APPOGGIO DI 1 O 2 MANI SUL TAPPETO/SULL'ATTREZZO | O.V. | | | | X |
| – CADUTA SUL TAPPETO SULLE GINOCCHIA O SUL BACINO | O.V. | | | | X |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| – CADUTA SULL'ATTREZZO O CONTRO DI ESSO | O.V. | | | | X |
| – NON ARRIVARE DA UN ELEMENTO PRIMA CON I PIEDI | O.V. | | | | X |
| **FALLI D'ESECUZIONE** | | **0.10** | **0.3** | **0.5** | **1.00** |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **GIURIA D – PENALITÀ NEUTRE** | | | | | |
| – COLLEGAMENTI ESEGUITI CON CADUTA<br>– USCITA ESEGUITA CON CADUTA | PA<br>TR<br>CL | NO AC<br>NO ABBUONO | | | |
| – NON ARRIVARE DA UN ELEMENTO CON LA PRECEDENZA DEI PIEDI O NELLA POSIZ. RICHIESTA | O.V. | NO VD | | | |
| – INIZIARE L'ELEMENTO AL DI FUORI DELLA LINEA DI DEMARCAZIONE (COMPLETAMENTE FUORI) | CL | NO VD, AC, EC | | | |
| – NON PRESENTARSI ALLA GIURIA D PRIMA E/O DOPO L'ESERCIZIO | | | X<br>DAL PUNTEGGIO FINALE | | |
| – ASSISTENZA DELL'ALLENATORE *(AIUTO)*<br>• SE L'ALLENATORE AIUTA LA GINNASTA DOPO CHE L'ELEMENTO È STATO COMPLETATO, NO AC & NO BONUS PER L'USCITA<br>• SE L'ALLENATORE AIUTA LA GINNASTA AD ESEGUIRE L'ELEMENTO, NO VD, AC, EC & NO BONUS PER L'USCITA | | | | | X |
| – PRESENZA NON AUTORIZZATA DELL'ALLENATORE | | | | X<br>DAL PUNTEGGIO FINALE | |
| – CORRERE/CAMMINARE SOTTO LO STAGGIO INFERIORE PER ESEGUIRE L'ENTRATA | | | X<br>DAL PUNTEGGIO FINALE | | |
| **DALLA GIURIA O DALLA GIURIA SUPERIORE** | | | | | |
| **IRREGOLARITÀ DELL'ATTREZZO:** | | | | | |
| – PEDANA POSTA SU UNA SUPERFICIE NON AUTORIZZATA | | | | X | |
| – TAPPETI SUPPLEMENTARI NON AUTORIZZATI | | | | X | |
| – SPOSTARE IL TAPPETO SUPPLEMENTARE DURANTE L'ESERCIZIO O METTERLO DAL LATO NON CONSENTITO PER L'USCITA DALLA TRAVE SENZA AUTORIZZAZIONE DEL PRESIDENTE DI GIURIA | | | | X | |
| – PARLARE CON I GIUDICI ATTIVI DURANTE LA GARA | O.V. | | X<br>DAL PUNTEGGIO FINALE | | |

**UISP APS**
Settore di Attività Ginnastiche

UISP sportpertutti

# VOLTEGGIO

## DALLA MINI 3A ALLA SECONDA CATEGORIA

| PENALITÀ NEUTRE VOLTEGGIO | 0.1 | 0.3 | 0.5 | 1.00 |
|---|---|---|---|---|
| RINCORSA A VUOTO SENZA TOCCARE PEDANA E TAPPETONI | | X | | |
| RIPETIZIONE SALTO NULLO [MAX 3 RINCORSE TOTALI] | | | | X |
| MANCATO UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE PER I SALTI PROVENIENTI DALLA RONDATA | NULLO | | | |
| UTILIZZO DEL TAPPETINO SUPPLEMENTARE PER LE MANI PER I SALTI PROVENIENTI NON DALLA RONDATA | | | x | |
| MANCATO UTILIZZO DEL TAPPETINO PER LE MANI PER I SALTI PROVENIENTI DALLA RONDATA | | | x | |
| **PENALITÀ SPECIFICHE VOLTEGGIO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| **IL SALTO VIENE VALUTATO DOPO LA BATTUTA IN PEDANA:**<br>✓ PASSI IN PEDANA PRIMA DELLA BATTUTA: SALTO VALIDO<br>✓ BATTUTA NON A PIEDI PARI: SALTO VALIDO<br>✓ BATTUTA NON IN SIMULTANEA: SALTO VALIDO<br>✓ ASSENZA DI BATTUTA: SALTO VALIDO<br>✓ TOCCO DELLA TAVOLA O DEL CUBONE CON UNA PARTE DEL CORPO DOPO IL SECONDO VOLO: SALTO VALIDO | | | | |
| TOCCARE LA PEDANA E/O TAPPETI SENZA ESEGUIRE IL SALTO | NULLO | | | |
| **1° VOLO – FASE D'APPOGGIO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| INSUFFICIENTE FASE DI VOLO | X | X | | |
| CORPO SQUADRATO | X | X | | |
| CORPO ECCESSIVAMENTE ARCATO | X | X | | |
| ANGOLO BUSTO SPALLE | X | X | | |
| POSIZIONE SCORRETTA DEL CORPO DURANTE LA ROTAZIONE | X | X | | |
| ROTAZIONE INIZIATA TROPPO PRESTO | X | | | |
| APPOGGIO MANI MENO DI 90° [RONDATA] | | X | | |
| ANGOLO ANCHE | X | X | | |
| NON PASSARE DALLA VERTICALE | X | X | | |
| **2° VOLO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| SPALLE AVANTI RISPETTO ALLA LINEA DEI PIEDI | X | X | | |
| ALTEZZA INSUFFICIENTE | X | X | X | |
| LUNGHEZZA INSUFFICIENTE | X | X | | |
| ARRIVO FUORI DIREZIONE | X | | | |
| INSUFFICIENTE ESPLOSIVITÀ [DINAMISMO] | X | X | | |
| **FALLI D'ARRIVO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| ARRIVO FUORI DIREZIONE | X | | | |
| GAMBE APERTE ALL'ARRIVO | X | X | | |
| OSCILLAZIONI SUPPLEMENTARI DELLE BRACCIA | X | | | |
| PERDITA DI EQUILIBRIO | X | X | | |
| PICCOLO PASSO | X | | | |
| GRANDE PASSO O BALZO (OLTRE LARGHEZZA SPALLE) | | X | | |
| ARRIVO IN MASSIMA ACCOSCIATA | | | X | |
| SFIORARE L'ATTREZZO O I TAPPETI | | | | X |
| CADUTA: TOCCARE I TAPPETI CON QUALSIASI PARTE DEL CORPO DOPO | | | | X |
| ARRIVO SENZA APPOGGIO DEI PIEDI | NULLO | | | |
| AIUTO DELL'ISTRUTTORE | NULLO | | | |
| PENALITÀ MASSIMA DEI FALLI DI ARRIVO SENZA CADUTA | 0.80 | | | |
| **CAPOVOLTA** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| MANCATO ALLINEAMENTO PRIMA DI ENTRARE NELLA CAPOVOLTA | X | X | | |
| SPALLE AVANTI NELLO STACCO | X | X | | |
| MANCATA CONTINUITÀ NEL ROTOLAMENTO PER RIALZARSI IN PIEDI | X | X | | |
| **SALTO AVANTI RAGGRUPPATO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| ELEVAZIONE INSUFFICIENTE | X | X | X | |
| CORPO SQUADRATO SULLA BATTUTA | X | X | | |
| SPALLE AVANTI NELLO STACCO | X | X | | |
| INSUFFICIENTE RIAPERTURA | X | X | | |
| ECCESSIVA LUNGHEZZA ALL'ARRIVO | X | X | | |

**UN SALTO PER ESSERE RITENUTO VALIDO DEVE AVERE UN APPOGGIO "STABILE" IN PIEDI.**

BOZZA 02/11/2026

| PENALITÀ SPECIFICHE PER I SALTI CON LA RUOTA/RONDATA ARRIVO IN PEDANA | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **FASE D'APPOGGIO** | | | | |
| APPOGGIO DI UNA SOLA O ENTRAMBE LE MANI SULLA PEDANA PER ESEGUIRE LA RONDATA | **SALTO VALIDO** | | | |
| **2° VOLO – ARRIVO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| URTARE I TAPPETI CON IL CORPO ALL'ARRIVO DELLA RONDATA IN PEDANA | | **X** | | |
| **RUOTA** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| ARRIVO CON I PIEDI UNITI E/O IN CONTEMPORANEA | PENALITÀ RONDATA ARRIVO IN PEDANA | | | |
| **SALTO PENNELLO** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| ARRIVO SU UN PIEDE (EVIDENTE) | | | **X** | |
| ARRIVO SU UN PIEDE DALLA RONDATA IN PEDANA (EVIDENTE) | | | **X** | |
| **ARRIVO SCHIENA** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| ARRIVO SEDUTA | **NULLO** | | | |
| ARRIVO OLTRE LA CANDELA E TOCCARE I TAPPETONI CON I PIEDI OLTRE LA TESTA | | | | **X** |
| ARRIVO IN CANDELA E TOCCARE LA PEDANA O IL COLLARE DI PROTEZIONE | | | | **X** |
| **FLIC** | **0.10** | **0.30** | **0.50** | **1.00** |
| INSUFFICIENTE DISTENSIONE DEL CORPO | **X** | **X** | | |
| CHIUSURA ANTICIPATA RISPETTO ALLA REPULSIONE | **X** | **X** | | |
| NON TOCCARE IL TAPPETO CON LE MANI | **NULLO** | | | |
| ARRIVO FUORI DIREZIONE | **X** | | | |

## DALLA TERZA CATEGORIA ALLA SESTA A/B

| PENALITÀ NEUTRE VOLTEGGIO | |
|---|---|
| RINCORSA A VUOTO SENZA TOCCARE PEDANA E TAPPETONI | **1.00 PT** |
| RIPETIZIONE SALTO NULLO [MAX 3 RINCORSE TOTALI] | **1.00 PT** |
| MANCATO UTILIZZO DEL COLLARE DI PROTEZIONE PER I SALTI PROVENIENTI DALLA RONDATA | **NULLO** |
| UTILIZZO DEL TAPPETINO SUPPLEMENTARE PER LE MANI PER I SALTI PROVENIENTI NON DALLA RONDATA | **0.50 PT** |

IL SALTO VIENE VALUTATO DOPO LA BATTUTA IN PEDANA:
- ✓ PASSI IN PEDANA PRIMA DELLA BATTUTA: SALTO VALIDO
- ✓ BATTUTA NON A PIEDI PARI: SALTO VALIDO
- ✓ BATTUTA NON IN SIMULTANEA: SALTO VALIDO
- ✓ ASSENZA DI BATTUTA: SALTO VALIDO
- ✓ TOCCO DELLA TAVOLA O DEL CUBONE CON UNA PARTE DEL CORPO DOPO IL SECONDO VOLO: SALTO VALIDO

| FALLI | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| MANCATO UTILIZZO DEL TAPPETINO PER LE MANI PER I SALTI PROVENIENTI DALLA RONDATA | **CONSENTITO – NON OBBLIGATORIO** | | |
| – PER ROTAZIONE INCOMPLETA SULL'AL DURANTE LA FASE DI VOLO: | | | |
| • GR. 1 CON ½ (180°) AVVITAMENTO | X 45° | X 90° | |
| • GR. 3 CON ¼ (90°) AVVITAMENTO | | X 45° | |
| • GR. 4 CON ¾ (270°) AVVITAMENTO | X 45° | | |
| • GR. 5 CON ½ (180°) AVVITAMENTO | | X 45° | |
| • GR. 1 O 2 CON 1/1 (360°) AVVITAMENTO | X 45° | X 90° | > 90° |
| – TECNICA SCORRETTA: | | | |
| • ALLINEAMENTO DEL CORPO (ANGOLO DELLE ANCHE/ARCO) | X | X | |
| • GAMBE FLESSE | X | X | X |
| • GAMBE O GINOCCHIA APERTE | X | X | |
| **FASE DI APPOGGIO** | | | |
| – TECNICA SCORRETTA | | | |
| • APPOGGIO ALTERNATO DELLE MANI GR. 1, 2 & 5 | **X** | | |
| • BRACCIA PIEGATE / ANGOLO DELLE SPALLE | X | X | X |
| • NON PASSARE DALLA VERTICALE | X | | |
| • ROTAZIONE SULL'AL INIZIATA TROPPO PRESTO *(SULLA TAVOLA)* | X | X | |
| **SECONDA FASE DI VOLO** | | | |
| – ECCESSIVO SNAP (COURBETTE) | X | X | |
| – ALTEZZA | X | X | X |
| – POSIZIONE DEL CORPO | | | |
| • PRECISIONE DELLA POSIZIONE RACCOLTA/CARPIATA NEL SALTO | X | X | |
| • PRECISIONE DELLA POSIZIONE RACCOLTA/CARPIATA NEI SALTI CON AVVITAMENTO | X | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| • ALLINEAMENTO DEL CORPO NEL SALTO TESO | X | | |
| • ALLINEAMENTO DEL CORPO NEL SALTO TESO CON AVVITAMENTO | X | X | |
| • NON MANTENERE LA POSIZIONE TESA *(SQUADRANDO TROPPO PRESTO)* | X | X | |
| • INSUFFICIENTE O MANCATA ESTENSIONE *(SALTI RACCOLTI/CARPIATI)* | X | X | |
| – GAMBE FLESSE | X | X | X |
| – GAMBE O GINOCCHIA APERTE | X | X | |
| – INSUFFICIENTE ROTAZIONE DEL SALTO SENZA CADUTA | X | | |
| • CON CADUTA | | X | |
| – DISTANZA *(LUNGHEZZA INSUFFICIENTE)* | X | X | |
| – DEVIAZIONE DALLA DIREZIONE CORRETTA | X | | |
| – INSUFFICIENTE ESPLOSIVITÀ [DINAMISMO] | X | X | |
| **FALLI D'ARRIVO** | **VEDERE SEZ.9** | | |
| **ABBUONO** | **VALIDO SE ESEGUITO SENZA CADUTA** | | |

| VOLTEGGIO SPECIFICHE TECNICHE | | |
|---|---|---|
| RUOTA ARRIVO SUI TAPPETONI | ARRIVO COSTALE/LATERALE | CONSENTITO |
| | ARRIVO FRONTALE | CONSENTITO |
| | ARRIVO A PIEDI UNITI IN CONTEMPORANEA | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA RONDATA |
| | DIVARICATA RITARDATA DELLE GAMBE | CONSENTITO |
| | | |
| VERTICALE CON REPULSIONE | POSIZIONE DI ARRIVO SEDUTA | NON CONSENTITO – NULLO |
| | POSIZIONE DI ARRIVO A CUCCHIAIO | CONSENTITO |
| | POSIZIONE DI ARRIVO SDRAIATA | CONSENTITO |
| | APPOGGIO DELLA TESTA | ARRIVO SDRAIATA – NULLO<br>ESEGUO UN ROTOLAMENTO E ARRIVO IN PIEDI - CAPOVOLTA |
| | NON ALLINEARSI MAI ALLA VERTICALE | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA SENZA REPULSIONE |
| | ASSENZA FASE DI VOLO | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA SENZA REPULSIONE |
| | | |
| VERTICALE SENZA REPULSIONE | POSIZIONE DI ARRIVO SEDUTA | NON CONSENTITO – NULLO |
| | APPOGGIO DELLA TESTA | ARRIVO SDRAIATA – NULLO<br>ESEGUO UN ROTOLAMENTO E ARRIVO IN PIEDI – CAPOVOLTA |
| | POSIZIONE DI ARRIVO A CUCCHIAIO | CONSENTITO |
| | POSIZIONE DI ARRIVO SDRAIATA | CONSENTITO |
| | ASSENZA FASE DI VOLO | CONSENTITO |
| | | |
| CAPOVOLTA | ASSENZA FASE DI VOLO | CONSENTITO |
| | POSIZIONE DI ARRIVO SEDUTA E/O SDRAIATA | NON CONSENTITO – NULLO |
| | ARRIVO IN PIEDE CON L'AIUTO DI UNA O DUE MANI | SALTO RICONOSCIUTO CON CADUTA |
| | | |
| PENNELLO RACCOLTO | POSIZIONE RACCOLTA CON ANGOLO DELLE ANCHE APERTO OLTRE I 135° | NON CONSENTITO – NULLO |
| | ARRIVO CON UN PIEDE | NON CONSENTITO – NULLO |
| | | |
| RONDATA ARRIVO SUI TAPPETI | ARRIVO SUI TAPPETI PIEDI IN SUCCESSIONE | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA RUOTA |
| | APPOGGIO DELLA TESTA | ARRIVO CON APPOGGIO STABILE DEI PIEDI: SALTO VALID<br>ARRIVO CON APPOGGIO INSTABILE O SENZA APPOGGIO DEI PIEDI: SALTO NULLO |
| | | |
| RIBALTATA ARRIVO SUI TAPPETI | ARRIVO SUI TAPPETI CON IN PIEDI IN SUCCESSIONE | SALTO RICONOSCIUTO CON PENALITÀ DI ARRIVO |
| | APPOGGIO DELLA TESTA | ARRIVO CON APPOGGIO STABILE DEI PIEDI: SALTO VALIDO<br>ARRIVO CON APPOGGIO INSTABILE O SENZA APPOGGIO DEI PIEDI: SALTO NULLO |
| | | |
| PRESALTO RUOTA ARRIVO IN PEDANA | PRESALTO PARTENZA DA FERMO | CONSENTITO |
| | PRESALTO CON RINCORSA LUNGA | CONSENTITO |
| | PRESALTO CON DUE/TRE PASSI DI RICONRSA | CONSENTITO |
| | ASSENZA DEL PRESALTO (PASSO X SLANCIO) | NON CONSENTITO – NULLO |
| | ARRIVO IN PEDANA CON I PIEDI IN CONTEMPORANEA | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA RONDATA X PEN. |
| | ARRIVO IN PEDANA CON I PIEDI UNITI | NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA RONDATA CON PENALITÀ ANNESSE |
| | ARRIVO LATERALE SULLA PEDANA | NON CONSENTITO – SALTO NULLO |
| | NON UTILIZZARE IL COLLARE DI PROTEZIONE | NON CONSENTITO – SALTO NULLO |
| | | |
| RONDATA ARRIVO IN PEDANA + PENNELLO IN PEDANA | RONDATA: ARRIVO CON UN PIEDE SULLA PEDANA E L'ALTRO SUL COLLARE | CONSENTITO – PEN. 0.50 |
| | RONDATA: ARRIVO CON I PIEDI IN SUCCESSIONE SULLA PEDANA | IN SUCCESSIONE PIEDI UNITI – CONSENTITO CON PENALITÀ<br>IN SUCCESSIONE PIEDI APERTI - NON CONSENTITO – RICONOSCIUTA RUOTA |
| | PENNELLO: ARRIVO SU UN PIEDE SULLA PEDANA E L'ALTRO FUORI DAL COLLARE DI PROTEZIONE | CONSENTITO – PEN. 0.50 |

| | | |
|---|---|---|
| **RONDATA ARRIVO IN PEDANA + ARRIVO SCHIENA** | **ARRIVO SDRAIATA BACINO ALZATO** | **CONSENTITO** |
| | **ARRIVO IN CANDELA** | **CONSENTITO** |
| | **ARRIVO SEDUTO** | **NON CONSENTITO – NULLO** |
| | **ARRIVO SDRAIATA** | **CONSENTITO** |
| | **ARRIVO A CUCCHIAINO** | **CONSENTITO** |
| | | |
| **RONDATA + FLIC** | **ARRIVO SUI TAPPETI CON I PIEDI IN SUCCESSIONE** | **SALTO RICONOSCIUTO CON PENALITÀ DI ARRIVO** |
| | **APPOGGIO DELLA TESTA** | **ARRIVO CON APPOGGIO STABILE DEI PIEDI: SALTO VALIDO**<br>**ARRIVO CON APPOGGIO INSTABILE O SENZA APPOGGIO DEI PIEDI: SALTO NULLO** |
| | | |
| **SALTO AVANTI** | **ARRIVO SUI TAPPETI CON PIEDI IN SUCCESSIONE** | **SALTO RICONOSCIUTO CON PENALITÀ DI ARRIVO** |

# PARALLELE

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*FINO ALLA SECONDA CATEGORIA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 | 1.00 |
|---|---|---|---|---|
| SISTEMARE LA PRESA | X | | | |
| URTARE L'ATTREZZO CON I PIEDI | | | X | |
| URTARE IL TAPPETO CON I PIEDI [CADUTA] | | | | X |
| SFIORARE IL TAPPETO CON I PIEDI | | X | | |
| MANCANZA DI RITMO NELL'ESERCIZIO | X | | | |
| INSUFFICIENTE ESTENSIONE NELLE KIPPE | X | | | |
| OSCILLAZIONE A VUOTO FINO ALLA 2^ CATEGORIA | X | | | |
| SLANCIO INTERMEDIO | | | X | |
| CONTROROTAZIONE | X | | | |
| DONDOLINO SUPPLEMENTARE | | | X | |
| OSCILLAZIONI AVANTI E DIETRO PER L'USCITA CODIFICATA SOTTO L'ORIZZONTALE | X | X | | |
| SLANCIO PIEDI SOTTO LO STAGGIO<br>SLANCI CON I PIEDI SOPRA LO STAGGIO | **OK EC FINO ALL 1^ CAT – NO VD**<br>**OK EC – VD DA MINICODICE UISP** | | | |
| NON TENTARE L'USCITA | | | X<br>**DALLA NOTA D** | |

**SLANCI: TUTTI GLI SLANCI HANNO UNA TOLLERANZA DI 10° RISPETTO ALLA RICHIESTA DEL MINICODICE**

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*DALLA TERZA CATEGORIA ALLA QUINTA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 | 1.00 |
|---|---|---|---|---|
| MOVIMENTI NON CARATTERISTICI (ELEMENTI CON SPINTA DEI PIEDI O DELLE COSCE) | X | | | |
| CONTROROTAZIONE | X | | | |
| SISTEMARE LA PRESA | X | | | |
| SFIORARE IL TAPPETO | | X | | |
| URTARE L'ATTREZZO CON I PIEDI | | | X | |
| URTARE IL TAPPETO CON I PIEDI *(CADUTA)* | | | | X |
| MANCANZA DI RITMO NEGLI ELEMENTI | X | | | |
| ALTEZZA INSUFFICIENTE NEGLI ELEMENTI CON VOLO | X | X | | |
| ROTAZIONE INSUFFICIENTE DEGLI ELEMENTI CON VOLO | X | X | | |
| INSUFFICIENTE ESTENSIONE NELLE KIPPE | X | | | |
| OSCILLAZIONE INTERMEDIA [PRESA DI SLANCIO] | | | X | |
| OSCILLAZIONE A VUOTO | | | X | |
| ANGOLO DI COMPLETAMENTO DEGLI ELEMENTI | X | X | X | |
| **AMPIEZZA DI:**<br>1. SLANCI IN VERTICALE<br>2. ELEMENTI CON PASSAGGIO ALLA VERTICALE | <br><br>X<br>X | <br><br>X<br>X | <br><br><br>X | |
| ECCESSIVA FLESSIONE DELLE ANCHE NELLA FRUSTATA (USCITA) | X | X | | |
| PIÙ DI 2 ELEMENTI UGUALI COLLEGATI DIRETTAMENTE ALL'USCITA | X | | | |

**SLANCI: TUTTI GLI SLANCI HANNO UNA TOLLERANZA DI 10° COME DA CODICE FIG GAF 25-28**

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*SESTA A/B – SESTA C – SESTA D* | CONSULTARE SEZIONE 11 DA CDP FIG GAF 25-28 |
|---|---|

| | |
|---|---|
| **ESECUZIONE DI PIÙ DI UN ELEMENTO DELLA CATEGORIA SUPERIORE<br>ESECUZIONE DI UN ELEMENTO DI DUE O PIÙ CASELLE SUPERIORI<br>[FINO ALLA 2^ CAT.]** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO - NO VD + PENALITÀ DI ESECUZIONE<br>NON SI CONTEGGIA NEL TOTALE DEGLI ELEMENTI - IN ORDINE CRONOLOGICO DI ESECUZIONE.<br>SE L'ELEMENTO È L'USCITA – NO EC USCITA** |
| **INFILATA A 1 CON DONDOLINO SUPPLEMENTARE** | **VD ASSEGNATO CON 0.50 DI PENALITÀ** |
| **ABBUONO PER TUTTE LE CATEGORIE** | **VALIDO SE ESEGUITO SENZA CADUTA** |

# TRAVE

## FINO ALLA SECONDA CATEGORIA

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*FINO ALLA SECONDA CATEGORIA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| APPOGGIO SUPPLEMENTARE DELLA GAMBA LATERALE ALLA TRAVE | | X | |
| AGGRAPPARSI ALLA TRAVE PER EVITARE UNA CADUTA | | | X |
| MOVIMENTI SUPPLEMENTARI PER MANTENERE L'EQUILIBRIO (SBILANCIAMENTO) | X | X | X |
| AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI STATICI CON GAMBE ALL'ORIZZONTALE E SALTI GINNICI SENZA DIVARICATA | X<br>ENTRO I 10° | X<br>ENTRO I 30° | |
| AMPIEZZA DEI SALTI CON DIVARICATA DAI 135°<br>[RIENTRA NELLE PENALITÀ DEL BODY SHAPE] | X<br>TRA I 160° E I 180° | X<br>TRA I 135° E I 160° | |
| AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI ALLA VERTICALE O VERSO LA VERTICALE | X<br>ENTRO I 10° | X<br>ENTRO I 30° | |
| INSUFFICIENTE ROTOLAMENTO NELLE CAPOVOLTE | X<br>(RALLENTAMENTO) | X<br>(PAUSA IN POSIZIONE SUPINA) | |
| RALLENTAMENTO - SUPERIORE AI 2":<br>• PAUSA ECCESSIVA<br>• ECCESSIVA PREPARAZIONE PRIMA DI UN ELEMENTO GINNICO | O.V.<br>X<br>X | | |

## DALLA TERZA IN POI - PENALITÀ DA CDP FIG GAF 25-28 – ARTICOLO 12.6

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*DALLA TERZA CATEGORIA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| MANCANZA DI RITMO NEI COLLEGAMENTI – TRA ELEMENTI IN SERIE | O.V.<br>X | | |
| PREPARAZIONE ECCESSIVA:<br>• AGGIUSTAMENTO (PASSI SENZA COREOGRAFIA & MOVIMENTI NON NECESSARI)<br>• ECCESSIVA OSCILLAZIONE DELLE BRACCIA PRIMA DEGLI ELEMENTI GINNICI<br>• PAUSA (DA APPLICARE A 2 SEC.) | O.V.<br>X<br>X<br>X | | |
| APPOGGIO SUPPLEMENTARE DI UNA GAMBA CONTRO LA SUPERFICIE LATERALE DELLA TRAVE | | X | |
| AGGRAPPARSI ALLA TRAVE PER EVITARE UNA CADUTA | | | X |
| MOVIMENTI SUPPLEMENTARI PER MANTENERE L'EQUILIBRIO | X | X | X |

# ARTISTICITÀ TRAVE

## DALLA NOTA E

Per artisticità si intende la qualità coreografica con cui viene presentato l'esercizio. Queste penalità NON si riferiscono ad eventuali falli tecnici specifici che invece si applicano agli elementi codificati. Il valore artistico di un esercizio si valuta nella totalità della performance ed eventuali penalità verranno applicate solamente al termine dell'esercizio. Le penalità verranno sommate a quelle di esecuzione e detratte direttamene dalla NOTA E.

## DALLA MINI 3 ALLA SECONDA CATEGORIA

| SCORRETTA POSTURA DEL CORPO (TESTA, SPALLE, TRONCO) | MANCANZA DI RITMO E SICUREZZA: SERIE DI ELEMENTI ESEGUITI IN SUCCESSIONE | PIEDI RILASSATI/NON IN TENUTA | MANCANZA DI UTILIZZO DELL'ATTREZZO CON ALTRE PARTI DEL CORPO | INSUFFICIENTE LAVORO IN RELEVÈ |
|---|---|---|---|---|
| 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 |

## DALLA TERZA CATEGORIA

| SCORRETTA POSTURA DEL CORPO (TESTA, SPALLE, TRONCO) | MANCANZA DI RITMO E SICUREZZA: SERIE DI ELEMENTI ESEGUITI IN SUCCESSIONE | PIEDI RILASSATI/NON IN TENUTA | MANCANZA DI COINVOLGIMENTO DELLE PARTI DEL CORPO | INSUFFICIENTE LAVORO IN RELEVÈ | MANCANZA DI UNA SEQUENZA DI MOVIMENTI/ ELEMENTI VICINO ALLA TRAVE | MANCANZA DI MOVIMENTI LATERALI |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 0.10/0.2 | 0.10/0.2 | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 |

| RICONOSCIMENTO SERIE ED ELEMENTI | |
|---|---|
| **CRITERI VALIDI PER TUTTE LE CATEGORIE** | |
| **SERIE GINNICA, MISTA E ACROBATICA:**<br>• SPOSTAMENTO PIEDI TRA GLI ELEMENTI<br>• EVIDENTE SBILANCIAMENTO TRA GLI ELEMENTI (MINIMO 0.30)<br>• PASSI TRA GLI ELEMENTI<br>• DOPPIO CARICAMENTO CON GLI ARTI INFERIORI<br>• CADUTA TRA GLI ELEMENTI<br>• PAUSA ECCESSIVA (SUPERIORE AI 2") | **SERIE GINNICA/ACRO/MISTA NON RICONOSCIUTA**<br>**NO EC**<br>**SI PUÒ RIPETERE CON ELEMENTI DIFFERENTI** |
| **SERIE ACROBATICHE CON DUE ROTOLAMENTI:**<br>• ROTOLAMENTI NELLA STESSA DIREZIONE<br>• ROTOLAMENTI IN DIFFERENTE DIREZIONE | **SERIE ACROBATICA RICONOSCIUTA**<br>**SERIE ACROBATICA NON RICONOSCIUTA** |
| **PIVOT – PIROETTE – GIRI:**<br>• ALLINEAMENTO SPALLE – ANCHE – PIEDE D'APPOGGIO | • **NESSUNA TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – NO VD**<br>• **POSIZIONE INDIFFERENTE DI ARRIVO PER LA GAMBA LIBERA**<br>• **DOVE È POSSIBILE SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO CODIFICATO** |
| **ARTISTICITÀ - LAVORO LATERALE** | **SI INTENDE UNO SPOSTAMENTO LATERALE CON MINIMO 3 PASSI DI COREOGRAFIA [ APRO – CHIUDO – APRO]** |
| **ABBUONO** | **VALIDO SE ESEGUITO SENZA CADUTA** |
| **CRITERI VALIDI FINO ALLA SECONDA CATEGORIA** | |
| **ELEMENTI IN VERTICALE CHE NON RAGGIUNGONO I 30°** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTI GINNICI CON DIVARICATA TRA I 135° E I 90°** | **ELEMENTO VALUTATO CON VD A** |
| **ELEMENTI GINNICI CON DIVARICATA SOTTO I 90°** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI – SOTTO I 30° DALL'ORIZZONTALE:**<br>• STATICI ACROBATICI (ES. SQUADRA)<br>• STATICI GINNICI (ES. PASSÈ IN RELEVÈ)<br>• SALTI GINNICI SENZA DIVARICATA (ES. RACCOLTO) | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **UTILIZZARE IN USCITA UN SALTO GINNICO GIÀ ESEGUITO SULLA TRAVE** | **ELEMENTO RICONOSCIUTO – PENALITÀ 0.30** |
| **UTILIZZARE IN USCITA UN SALTO GINNICO NON PRESENTE NEL MINICODICE UISP GAF** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD E NO EC USCITA** |
| **ENTRATA** | **NON È POSSIBILE RIPETERE L'ENTRATA – NO VD** |
| **GLI ELEMENTI ACROBATICI IN ENTRATA SONO DIFFERENTI DA QUELLI ESEGUITI SOPRA LA TRAVE** | **ESEMPIO: SQUADRA IN ENTRATA E SQUADRA SOPRA = OK VD AD ENTRAMBI** |
| **ELEMENTI ACROBATICI:**<br>• ELEMENTI STATICI CHE NON MANTENGONO LA POSIZIONE MINIMO 2"<br>• NON SVINCOLARE LA TESTA NEI ROTOLAMENTI INDIETRO<br>• TERMINARE IL ROTOLAMENTO AVANTI CON LE SPALLE NON IN LINEA COL BACINO<br>• NON COMPLETARE IL ROTOLAMENTO AVANTI (ARRIVO SUPINO)<br>• NON TOCCARE LA TRAVE ALMENO CON UN PIEDE ALL'ARRIVO DELL'ELEMENTO | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTO CAPOVOLTA INDIETRO:**<br>• POSIZIONE DELLA TESTA LATERALE ALLA TRAVE | **ELEMENTO RICONOSCIUTO – OK VD** |
| **ELEMENTO BACINO ALLA VERTICALE E TUTTI GLI ELEMENTI ALLA VERTICALE:**<br>• ENTRO I 10° DALLA VERTICALE<br>• DAI 10° AI 30° DALLA VERTICALE<br>• OLTRE I 30° DALLA VERTICALE | **OK VD – 0.10 PENALITÀ DI ALLINEAMENTO**<br>**OK VD – 0.30 PENALITÀ DI ALLINEAMENTO**<br>**NO VD – ELEMENTO NON RICONOSCIUTO + PENALITÀ DI ESECUZIONE** |
| **ELEMENTO PONTE + ROVESCIO:**<br>• PAUSA SUPERIORE AI 2" TRA LA POSIZIONE DEL PONTE E LO SLANCIO IN ROVESCIATA<br>• NON APPOGGIARE ALMENO UN PIEDE DAL ROVESCIAMENTO | **ELEMENTO PONTE RICONOSCIUTO – VD A** |
| **ELEMENTO TIC TAC:**<br>• OSCILLAZIONE SUPPLEMENTARE DELLA GAMBA SOLLEVATA<br>• APPOGGIO SUPPLEMENTARE DEL PIEDE<br>• DOPPIO CARICAMENTO CON LA GAMBA DI APPOGGIO PRIMA DEL RITORNO INDIETRO<br>• SOLLEVAMENTO DELLE MANI | **OK VD - PENALITÀ SBILANCIAMENTO 0.10 – 0.30**<br>**NO VD – 1 PT. CADUTA**<br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30**<br><br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30** |
| **ELEMENTI ACROBATICI STATICI DOVE NON È RICHIESTO IL RITORNO IN PIEDI (ES. PONTE – CANDELA – ECC…)** | **ASSEGNATI SE LA GINNASTA TOCCA LA TRAVE CON UNA PARTE DEL CORPO** |
| **USCITE:**<br>• RUOTA ARRIVO FRONTALE<br>• RUOTA ARRIVO LATERALE | **ELEMENTO RICONOSCIUTO** |
| **USCITE:**<br>• **RUOTA + PENNELLO/RONDATA + PENNELLO:**<br>○ CADUTA TRA I DUE ELEMENTI<br>○ ARRIVO SU UN PIEDE DALLA RUOTA/RONDATA | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD**<br>**CADUTA**<br>**LA GINNASTA PUÒ RIPETERE L'USCITA** |
| **ESECUZIONE DI PIÙ DI ELEMENTO DELLA CATEGORIA SUPERIORE**<br>**ESECUZIONE DI UN ELEMENTO DI DUE O PIÙ CASELLE SUPERIORI** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO - NO VD + PENALITÀ DI ESECUZIONE**<br>**NON SI CONTEGGIA NEL TOTALE DEGLI ELEMENTI - IN ORDINE CRONOLOGICO DI ESECUZIONE.**<br>**SE L'ELEMENTO È L'USCITA – NO EC USCITA** |
| **CRITERI VALIDI DALLA TERZA CATEGORIA** | |
| **SALTI DI GRANDE AMPIEZZA CON DIVARICATA** | • **RICONOSCIUTI DAI 135° AI 180° COME DA CDP FIG GAF 25/28**<br>• **SOTTO I 135° ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTI CON ROTOLAMENTO INSERITI NELLE SERIE ACROBATICHE** | **VALIDI FINO ALLA 5^ CATEGORIA** |

# CORPO LIBERO

## FINO ALLA SECONDA CATEGORIA

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*FINO ALLA SECONDA CATEGORIA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| **MOVIMENTI SUPPLEMENTARI PER MANTENERE L'EQUILIBRIO (SBILANCIAMENTO)** | X | X | X |
| **AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI STATICI CON GAMBE ALL'ORIZZONTALE E SALTI GINNICI SENZA DIVARICATA** | X<br>ENTRO I 10° | X<br>ENTRO I 30° | |
| **AMPIEZZA DEI SALTI CON DIVARICATA DAI 135°** | X<br>TRA I 160° E I 180° | X<br>TRA I 135° E I 160° | |
| **AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI ALLA VERTICALE O VERSO LA VERTICALE** | X<br>ENTRO I 10° | X<br>ENTRO I 30° | |
| **INSUFFICIENTE ROTOLAMENTO NELLE CAPOVOLTE** | X | X | |
| **RALLENTAMENTO - SUPERIORE AI 2":**<br>• PAUSA ECCESSIVA<br>• ECCESSIVA PREPARAZIONE PRIMA DI UN ELEMENTO GINNICO<br>• AGGIUSTAMENTO – MOVIMENTO NON NECESSARIO | O.V.<br>X<br>X<br>X | | |

## DALLA TERZA IN POI - PENALITÀ DA CDP FIG GAF 25-28 – ARTICOLO 13.6

| PENALITÀ SPECIFICHE ALL'ATTREZZO *(GIURIA E)*<br>*DALLA TERZA CATEGORIA* | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| **PREPARAZIONE ECCESSIVA:**<br>• AGGIUSTAMENTO (PASSI SENZA COREOGRAFIA & MOVIMENTI NON NECESSARI)<br>• ECCESSIVA OSCILLAZIONE DELLE BRACCIA PRIMA DEGLI ELEMENTI GINNICI<br>• PAUSA (DA APPLICARE A 2 SEC.) | O.V.<br>X<br>X<br>X | | |
| **DISTRIBUZIONE DEGLI ELEMENTI:**<br>• L'ESERCIZIO INIZIA SUBITO CON UNA LINEA ACROBATICA/UN ELEMENTO ACROBATICO<br>• UNA LINEA ACROBATICA VIENE ESEGUITA SUBITO DOPO LA PRECEDENTE SULLA STESSA DIAGONALE SENZA COREOGRAFIA TRA LE DUE LINEE (PERMESSA SOLO UNA LUNGA LINEA ACRO)<br>• PIÙ DI 1 LINEA ACROBATICA SUCCESSIVA OGNI VOLTA– L'ESERCIZIO TERMINA CON UN ELEMENTO ACROBATICO (SENZA COREOGRAFIA DOPO L'ULTIMO ELEMENTO ACRO) | O.V.<br>X<br>X<br><br><br>X | | |

# ARTISTICITÀ CORPO LIBERO

## DALLA NOTA E

Per artisticità si intende la qualità coreografica con cui viene presentato l'esercizio. Queste penalità NON si riferiscono ad eventuali falli tecnici specifici che invece si applicano agli elementi codificati. Il valore artistico di un esercizio si valuta nella totalità della performance ed eventuali penalità verranno applicate solamente al termine dell'esercizio. Le penalità verranno sommate a quelle di esecuzione e detratte direttamene dalla NOTA E.

## DALLA MINI 3 ALLA SECONDA CATEGORIA

| SCORRETTA POSTURA DEL CORPO (TESTA, SPALLE, TRONCO) | PIEDI RILASSATI/NON IN TENUTA | SCARSO ACCORDO TRA LA MUSICA E I MOVIMENTI DELLA GINNASTA | MANCANZA DI RITMO E FLUIDITÀ: SERIE DI ELEMENTI ESEGUITI IN SUCCESSIONE | MANCANZA DI SINCRONIZZAZIONE TRA L'ULTIMA BATTUTA MUSICALE E L'ULTIMO MOVIMENTO DELLA GINNASTA |
|---|---|---|---|---|
| 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 |

## DALLA TERZA CATEGORIA

| SCORRETTA POSTURA DEL CORPO (TESTA, SPALLE, TRONCO) | PIEDI RILASSATI/NON IN TENUTA | SCARSO ACCORDO TRA LA MUSICA E I MOVIMENTI DELLA GINNASTA | MANCANZA DI RITMO E FLUIDITÀ: SERIE DI ELEMENTI ESEGUITI IN SUCCESSIONE | MANCANZA DI SINCRONIZZAZIONE TRA L'ULTIMA BATTUTA MUSICALE E L'ULTIMO MOVIMENTO DELLA GINNASTA | INSUFFICIENTE COINVOLGIMENTO DELLE PARTI DEL CORPO | MANCANZA DI MOVIMENTO A CONTATTO CON IL SUOLO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 0.10/0.20 | 0.10 | 0.10/0.20 | 0.10 | 0.10 | 0.10 | 0.10 |

| RICONOSCIMENTO SERIE ED ELEMENTI | |
|---|---|
| **CRITERI VALIDI PER TUTTE LE CATEGORIE** | |
| **SERIE GINNICA DIRETTA, SERIE MISTA E ACROBATICA:**<br>• SPOSTAMENTO PIEDI TRA GLI ELEMENTI<br>• EVIDENTE SBILANCIAMENTO TRA GLI ELEMENTI (MINIMO 0.30)<br>• PASSI TRA GLI ELEMENTI<br>• DOPPIO CARICAMENTO CON GLI ARTI INFERIORI<br>• CADUTA TRA GLI ELEMENTI<br>• PAUSA ECCESSIVA (SUPERIORE AI 2") | **SERIE GINNICA/ACRO/MISTA NON RICONOSCIUTA**<br>**NO EC**<br>**SI PUÒ RIPETERE CON ELEMENTI DIFFERENTI** |
| **SERIE INDIRETTE:**<br>• PAUSA ECCESSIVA – SUPERIORE AI 2" – ALL'INTERNO DEL COLLEGAMENTO<br>• EVIDENTE SBILANCIAMENTO TRA GLI ELEMENTI (MINIMO 0.30)<br>• CADUTA TRA GLI ELEMENTI<br>• ESECUZIONE DELL'ASSEMBLÉ [RIUNITA DEI PIEDI] ALL'INTERNO DELLA SERIE | **SERIE GINNICA NON RICONOSCIUTA - NO EC**<br>**SI PUÒ RIPETERE CON ELEMENTI DIFFERENTI** |
| **PIVOT – PIROETTE – GIRI:**<br>ALLINEAMENTO SPALLE – ANCHE – PIEDE D'APPOGGIO | • **NESSUNA TOLLERANZA SUI GRADI DI ROTAZIONE – NO VD**<br>• **POSIZIONE INDIFFERENTE DI ARRIVO PER LA GAMBA LIBERA**<br>• **DOVE È POSSIBILE SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO CODIFICATO** |
| **ABBUONO** | **VALIDO SE ESEGUITO SENZA CADUTA** |
| **MANCANZA DI USCITA** | **LA PENALITÀ NEUTRA DI 0,50 SI ASSEGNA SOLO QUANDO, DALLA PRIMA CATEGORIA IN POI, NELL'ESERCIZIO È PRESENTE UNA SOLA LINEA ACROBATICA. NEL CASO DI ESECUZIONE DI DUE LINEE ACROBATICHE E SUCCESSIVAMENTE L'ESECUZIONE DI UN ALTRO ELEMENTO ACROBATICO ESEGUITO SINGOLARMENTE O IN SERIE MISTA NON SI APPLICHERÀ LA PENALITÀ NEUTRA DI MANCANZA DI USCITA, MA L'ELEMENTO ACRO IN QUESTIONE NON VERRÀ CONTEGGIATO NEL TOTALE DEGLI ELEMENTI. IN CASO DI SERIE MISTA, QUESTA NON VERRÀ ASSEGNATA, POICHÈ NON È POSSIBILE RICONOSCERE L'ELEMENTO ACRO ESEGUITO SINGOLARMENTE.** |
| **CRITERI VALIDI FINO ALLA SECONDA CATEGORIA** | |
| **ELEMENTI IN VERTICALE CHE NON RAGGIUNGONO I 30°** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD**<br>**DOVE È POSSIBILE SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO CODIFICATO UISP GAF** |
| **ELEMENTI IN VERTICALE CON ROTAZIONE:**<br>• MANCANZA DI PIÙ DI 10° DELLA ROTAZIONE<br>• ROTAZIONE INIZIATA OLTRE I 30° DALLA VERTICALE<br>• ROTAZIONE COMPLETATA OLTRE I 30° DALLA VERTICALE | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD**<br>**DOVE È POSSIBILE SI RICONOSCE UN ALTRO ELEMENTO CODIFICATO UISP GAF** |
| **ELEMENTI GINNICI CON DIVARICATA TRA I 135° E I 90°** | **ELEMENTO VALUTATO CON VD A** |
| **ELEMENTI GINNICI CON DIVARICATA SOTTO I 90°** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTO GINNICO CERVO:**<br>• ANGOLO DELLE GAMBA FLESSA ENTRO I 10°<br>• ANGOLO DELLE GAMBA FLESSA DAI 10° AI 30°<br>• ANGOLO DELLE GAMBA FLESSA OLTRE I 30° | **OK VD – 0.10 PENALITÀ RIENTRA NEL BODY SHAPE**<br>**OK VD – 0.30 RIENTRA NEL BODY SHAPE**<br>**NO VD – ELEMENTO NON RICONOSCIUTO + PENALITÀ DI ESECUZIONE** |
| **AMPIEZZA DEGLI ELEMENTI – SOTTO I 30° DALL'ORIZZONTALE:**<br>• **STATICI ACROBATICI (ES. SQUADRA)**<br>• **STATICI GINNICI (ES. PASSÈ IN RELEVÈ)**<br>• **SALTI GINNICI SENZA DIVARICATA (ES. RACCOLTO)** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTI STATICI ACROBATICI E GINNICI:**<br>• NON MANTENGONO LA POSIZIONE MINIMO 2"<br>**ELEMENTI ACROBATICI CON ROTOLAMENTO**<br>• NON SVINCOLARE LA TESTA NEI ROTOLAMENTI INDIETRO<br>• TERMINARE IL ROTOLAMENTO NON SUI PIEDI<br>• NON COMPLETARE IL ROTOLAMENTO AVANTI (ARRIVO SUPINO)<br>• | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ELEMENTO PONTE ROVESCIO:**<br>• PAUSA SUPERIORE AI 2" TRA LA POSIZIONE DEL PONTE E LO SLANCIO IN ROVESCIATA | **ELEMENTO RICONOSCIUTO**<br>**PENALITÀ 0.50** |
| **ELEMENTO TIC TAC:**<br>• OSCILLAZIONE SUPPLEMENTARE DELLA GAMBA SOLLEVATA<br>• APPOGGIO SUPPLEMENTARE DEL PIEDE<br>• DOPPIO CARICAMENTO CON LA GAMBA DI APPOGGIO PRIMA DEL RITORNO INDIETRO<br>• SOLLEVAMENTO DELLE MANI | **OK VD - PENALITÀ SBILANCIAMENTO 0.10 – 0.30 PT. PENALITÀ**<br>**NO VD – 1 PT. CADUTA PT. PENALITÀ**<br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30 PT. PENALITÀ**<br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30 PT. PENALITÀ** |
| **ELEMENTO ROVESCIATA ARABA [VALDEZ]:**<br>• FERMARSI IN POSIZIONE DI PONTE PER PIÙ DI 2"<br>• DOPPIO CARICAMENTO CON LA GAMBA DI APPOGGIO PRIMA DEL RITORNO INDIETRO<br>• AGGIUSTAMENTO DELLE MANI | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD**<br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30 PT. PENALITÀ**<br>**OK VD – PENALITÀ FACILITAZIONE 0.30 PT. PENALITÀ** |
| **ROTOLAMENTI:**<br>• NON TERMINARE IN PIEDI L'ELEMENTO<br>• ALZARSI CON L'APPOGGIO SUPPLEMENTARE DI UNA O DUE MANI<br>• ALZARSI CON I PIEDI INCROCIATI | **NO VD – CADUTA 1 PT. PENALITÀ**<br>**OK VD – CADUTA 1 PT. PENALITÀ**<br>**OK VD – FACILITAZIONE 0.30 PT. PENALITÀ** |
| **RUOTA SENZA MANI:**<br>• APPOGGIO DELLE MANI NELLA FASE FINALE DELL'ESECUZIONE DELL'ELEMENTO | **OK VD – CADUTA 1 PT. PENALITÀ** |
| **MANCANZA DI REBOUNDING NEGLI ELEMENTI CON FASE DI VOLO** | **OK VD – TECNICA SCORRETTA - 0.30 PT. PENALITÀ** |
| **ESECUZIONE DI PIÙ DI ELEMENTO DELLA CATEGORIA SUPERIORE**<br>**ESECUZIONE DI UN ELEMENTO DI DUE O PIÙ CASELLE SUPERIORI** | **ELEMENTO NON RICONOSCIUTO - NO VD + PENALITÀ DI ESECUZIONE**<br>**NON SI CONTEGGIA NEL TOTALE DEGLI ELEMENTI - IN ORDINE CRONOLOGICO DI ESECUZIONE.**<br>**SE L'ELEMENTO È L'USCITA – NO EC USCITA** |
| **CRITERI VALIDI DALLA TERZA CATEGORIA** | |
| **SALTI DI GRANDE AMPIEZZA CON DIVARICATA** | • **RICONOSCIUTI DAI 135° AI 180° COME DA CDP FIG GAF 25/28**<br>• **SOTTO I 135° ELEMENTO NON RICONOSCIUTO – NO VD** |
| **ARRIVO DAGLI ELEMENTI ACROBATICI CON UNO O DUE PIEDI** | **FINO ALLA TERZA CATEGORIA SONO CONSIDERATI ELEMENTI DIFFERENTI** |