

 **Piemonte**

U.I.S.P.



ACROGYM

ACROGYM

**Programma Sperimentale
Trofeo Piemonte**

2016

A cura di Filomena Imbruno - Resp. AcrogyM Piemonte

TROFEO PIEMONTE 2015-2016

PREMESSA

Questo programma è stato pensato per promuovere e permettendo al maggior numero di società di avvicinarsi semplicemente e gradualmente alla disciplina. Inoltre si voleva dare la possibilità alle società che praticano esclusivamente questa disciplina di partecipare a qualche competizione in più nell'arco dell'anno.

L'Acrogytm è un mix di ginnastica artistica e acrobatica al corpo libero con accompagnamento musicale.

NOTIZIE GENERALI

1. Il programma è aperto a tutti gli atleti che hanno compiuto 8 anni al momento della competizione ed in possesso della Certificazione Medica per attività Agonistica, tesserati UISP 22B per l'anno in corso.

Il Programma è suddiviso in 5 Categorie:

Serie D Massimo 15 anni compiuti o da compiere

Serie C Massimo 18 anni compiuti o da compiere

Serie B Massimo 25 anni compiuti o da compiere

Serie A Junior Minimo 11 anni compiuti o da compiere

Serie A Senior Minimo 12 anni compiuti o da compiere

Se anche solo un ginnasta non rientra nella scendere di una categoria ma verrà applicata una penalità di 0,5 oppure di 2 categorie ma verrà applicata una penalità di 1 punto.

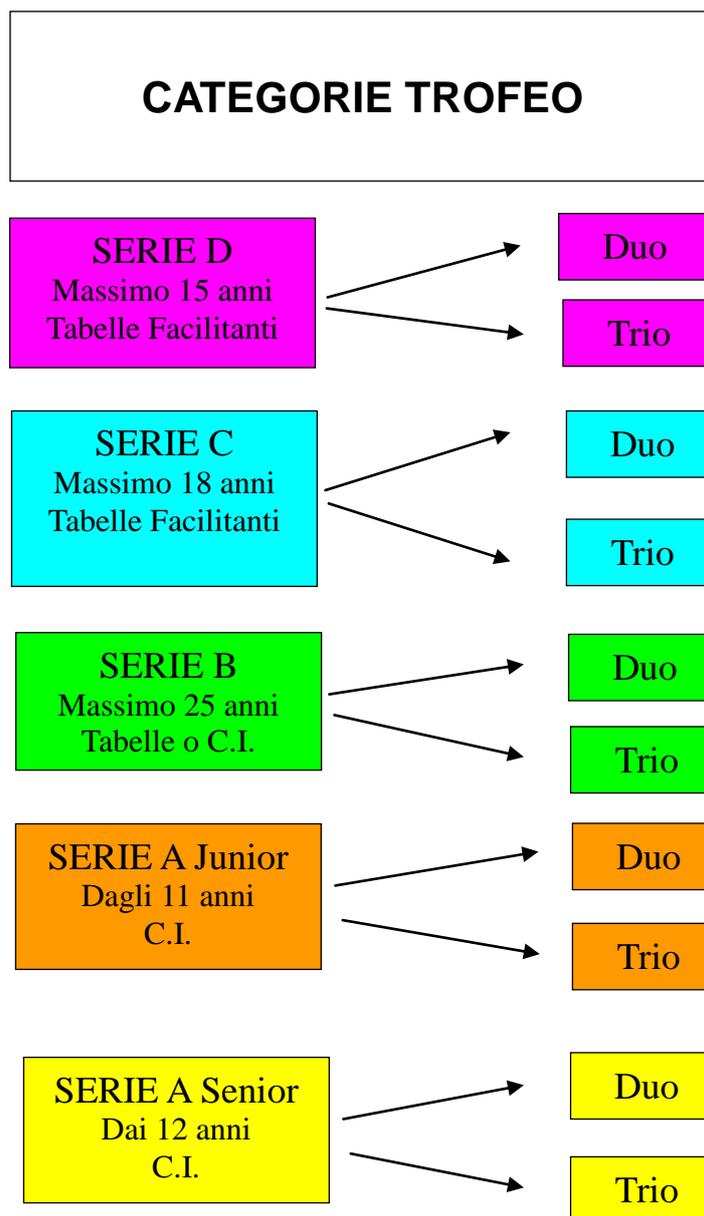
2. Il programma comprende le combinazioni Duo e Trio.

Il **Duo** è costituito da un Porteur o Base (B) che è colui che sostiene (solitamente il più robusto), ed un Voltigeus o Top (T) che è colui che compie le evoluzioni più acrobatiche (solitamente il più piccolo ed esile). Il Duo può essere: Femminile, Maschile

Il **Trio** è esclusivamente Femminile, costituito dal Porteur più forte o Base (B), il secondo Porteur o Medio (M) ed il Voltigeus (T). Verranno stilate due classifiche, una per il Duo e una per il Trio. La classifica per i Dui sarà unica, i dui misti e maschili però avranno alcuni punti in più da presentare. In caso di pari-merito verrà premiata la combinazione con il punteggio di esecuzione più alto, se c'è ancora pari-merito verrà premiata la combinazione con la/il ginnasta più anziana/o (come da regolamento nazionale agonistico).

Ogni singolo ginnasta può partecipare al massimo a 2 esercizi cambiando il compagno per il duo ed almeno un compagno per il trio ma deve comunque rimanere nella stessa categoria. **In caso di partecipazione di più di 10 combinazioni verrà penalizzato il Senior.**

3. Gli esercizi si eseguono minimo su 3 strisce di 2m x 12, per le Serie A e B è preferibile il quadrato 12m x 12m. La società organizzatrice dovrà informare tempestivamente i partecipanti riguardanti il campo gara.
4. Gli esercizi si eseguono con accompagnamento musicale strumentale; sono ammessi suoni onomatopeici sono invece vietate le parole o frasi complete e esiste un tempo minimo.
5. Ogni combinazione deve avere i body uguali (i maschi possono indossare pantaloncini e t-shirt). Sono vietati monili di qualsiasi genere e biancheria intima a vista. Non è obbligatorio lo scudetto della Società.



PASSAGGI DI CATEGORIE ATLETI F.G.I.

Le atlete (indipendentemente dalla combinazione) che in FGI gareggiano o abbiano gareggiato precedente nella Cat.C2 potranno partecipare dalla Serie C in poi.

Le atlete (indipendentemente dalla combinazione) precedente nella Cat.C1 potranno partecipare dalla Serie B in poi.

Le atlete (indipendentemente dalla combinazione) precedente nella Cat.B potranno partecipare dalla Serie A Junior in poi.

Le atlete (indipendentemente dalla combinazione) che in FGI gareggiano o abbiano gareggiato l'anno precedente nella Cat.A2 e A1 potranno partecipare nella Serie A Senior.

SERIE D

Massimo 15 anni - Tabelle Facilitanti

Esercizio Combinato

Durata max 2'30"

EGE: 3 Statici + 3 Dinamici+ 4 Individuali

Esigenze Specifiche (EGE)

- n° 3 Collettivi Statici scelti dalle Tabelle Facilitanti.

Sono vietate le transizioni. Il tempo di tenuta è di 3".

- n° 3 Collettivi Dinamici 3 scelti dalle Tabelle Facilitanti.

Sono vietati i link o unire tra loro gli elementi collettivi.

- n° 4 Individuali scelti dalle Tabelle Facilitanti.

Gli Elementi Individuali dovranno appartenere ad almeno 3 tipologie diverse (equilibrio, flessibilità, agilità, coreografico ed acrobatico)

Gli Individuali si eseguono simultaneamente o in rapida successione da tutti i ginnasti, fatta eccezione per l'equilibrio di 2 elementi. Gli elementi individuali possono essere anche diversi tra i ginnasti ma dovranno appartenere alla stessa tipologia Es Top esegue una squadra e la Base l'angelo.

Il Coefficiente o Valore di Partenza è dato in base ai punti presentati nell'esercizio. In serie D non è consentito presentare più di 30 punti.

| SERIE D | | | |
|----------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| Duo Femminile e Trio | | Duo Maschile e Duo Misto | |
| Punti Presentati | Valore Partenza | Punti Presentati | Valore Partenza |
| 5 | 4 | 7 | 4 |
| 6 | 5 | 8 | 5 |
| 7 | 5.5 | 9 | 5.5 |
| 8 | 6 | 10 | 6 |
| 9 | 6.5 | 11-14 | 6.5 |
| 10-11 | 7 | 15-16 | 7 |
| 12 | 7.5 | 17 | 7.5 |
| 13 | 8 | 18 | 8 |
| 14 | 8.5 | 19 | 8.5 |
| 15 | 9 | 20 | 9 |
| 16 | 9.2 | 21 | 9.2 |
| 17 | 9.4 | 22 | 9.4 |
| 18 | 9.6 | 23 | 9.6 |
| 19 | 9.8 | 24 | 9.8 |
| 20 | 10 | 25 | 10 |

SERIE C

Massimo 18 anni Tabelle Facilitanti

Esercizio Combinato

Durata max 2'30"

EGE: 3 Statici + 3 Dinamici + 4 Individuali

Esigenze Specifiche (EGE)

- n° 3 Collettivi Statici scelti dalle Tabelle Facilitanti.

E' possibile che verranno giudicate ma non avranno valore aggiuntivo. Il tempo di tenuta è di 3".

- n° 3 Collettivi Dinamici scelti dalle Tabelle Facilitanti.

E' possibile utilizzare i link che verranno tirati tra i loro elementi collettivi.

- n° 4 Individuali, scelti dalle Tabelle Facilitanti.

Gli Elementi Individuali dovranno appartenere a 3 tipologie diverse (equilibrio, flessibilità, agilità, coreografico ed acrobatico) e almeno uno acrobatico (del tipo 2) i gattorio a l r
Gli Individuali si eseguono simultaneamente o in rapida successione da tutti i ginnasti, fatta eccezione per l'equilibrio di 2" che va eseguito simultaneamente da tutti i ginnasti ma dovranno appartenere alla stessa tipologia Es Top esegue una squadra e la Base l'angelo.

Il Coefficiente o Valore di Partenza è dato in base ai punti presentati nell'esercizio. In serie C non è consentito presentare più di 35 punti.

| SERIE C | | | |
|----------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| Duo Femminile e Trio | | Duo Maschile e Duo Misto | |
| Punti Presentati | Valore Partenza | Punti Presentati | Valore Partenza |
| 10 | 4 | 10 | 4 |
| 11 | 5 | 11-13 | 5 |
| 12 | 5.5 | 14-17 | 5.5 |
| 13 | 6 | 18 | 6 |
| 14 | 6.5 | 19 | 6.5 |
| 15-16 | 7 | 20-21 | 7 |
| 17 | 7.5 | 22 | 7.5 |
| 18 | 8 | 23 | 8 |
| 19 | 8.5 | 24 | 8.5 |
| 20 | 9 | 25 | 9 |
| 21 | 9.2 | 26 | 9.2 |
| 22 | 9.4 | 27 | 9.4 |
| 23 | 9.6 | 28 | 9.6 |
| 24 | 9.8 | 29 | 9.8 |
| 25 | 10 | 30 | 10 |

SERIE B

Massimo 25 anni Tabelle Facilitanti o Cod.Int.

Esercizio Combinato

Durata max 2'30"

EGE: 3 Statici + 3 Dinamici + 4 Individuali

Esigenze Specifiche (EGE)

- Minimo n° 3 Collettivi Statici scelti dalle Tabelle Facilitanti o dal Codice Internazionale.

Si possono usare le transizioni.

Per il Duo Minimo 2 Posizioni tenute 3" ; per il Trio Minimo

Massimo 2 posizioni statiche tenute con la top nella stessa posizione verranno calcolate.

Massimo 2 transizioni con la top nella stessa posizione verranno calcolate.

- Minimo n° 3 Collettivi Dinamici scelti dalle Tabelle Facilitanti o dal Codice Internazionale.

Massimo 2 Dismounts

Massimo 2 Link

Massimo 2 arrivi e 2 partenze uguali

- Minimo n° 4 Individuali e massimo 5 scelti dalle Tabelle Facilitanti o dal Codice Internazionale (di cui 1 equilibrio, 1 flessibilità, 1 agilità, 1 acrobatico)

Il Coefficiente o Valore di Partenza è dato in base ai punti presentati nell'esercizio. In serie B non è consentito presentare più di 55 punti .

| SERIE B | | | |
|-----------------------------|------------------------|---------------------------------|------------------------|
| Duo Femminile e Trio | | Duo Maschile e Duo Misto | |
| Punti Presentati | Valore Partenza | Punti Presentati | Valore Partenza |
| 20 | 4 | 25 | 4 |
| 21-22 | 5 | 26-27 | 5 |
| 23-24 | 5.5 | 28-29 | 5.5 |
| 25 | 6 | 30 | 6 |
| 26-28 | 6.5 | 31-32 | 6.5 |
| 29-30 | 7 | 33-34 | 7 |
| 31-32 | 7.5 | 35-36 | 7.5 |
| 33-34 | 8 | 37-39 | 8 |
| 35-39 | 8.5 | 40-44 | 8.5 |
| 40 | 9 | 45 | 9 |
| 41 | 9.2 | 46 | 9.2 |
| 42 | 9.4 | 47 | 9.4 |
| 43 | 9.6 | 48 | 9.6 |
| 44 | 9.8 | 49 | 9.8 |
| 45 | 10 | 50 | 10 |

SERIE A JUNIOR

Dagli 11 anni C.I.

1 Esercizio Statico + 1 Esercizio Dinamico

Durata max 2'30"

ESERCIZIO STATICO

Esigenze Specifiche (EGE)

- Minimo n° 3 Collettivi Statici scelti dal Codice Internazionale.

Si possono usare le transizioni.

Per il Duo Minimo 2 Posizioni tendiverse 3"; per il

Massimo 2 posizioni statiche tenute con la top nella stessa posizione verranno calcolate.

Massimo 2 transizioni con la top nella stessa posizione verranno calcolate.

- Minimo n° 3 Individuali e massimo 6 scelti dal Codice Internazionale (di cui 1 equilibrio, 1 flessibilità, 1 agilità)

| SERIE A JUNIOR STATICO | | | |
|------------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| Duo Femminile e Trio | | Duo Maschile e Duo Misto | |
| Punti Presentati | Valore Partenza | Punti Presentati | Valore Partenza |
| 25 | 4 | 30 | 4 |
| 26-27 | 5 | 31-32 | 5 |
| 28-29 | 5.5 | 33-34 | 5.5 |
| 30 | 6 | 35 | 6 |
| 31-32 | 6.5 | 36-37 | 6.5 |
| 33-34 | 7 | 38-39 | 7 |
| 35-36 | 7.5 | 40 | 7.5 |
| 37-39 | 8 | 41-45 | 8 |
| 40-44 | 8.5 | 46-49 | 8.5 |
| 45 | 9 | 50 | 9 |
| 46 | 9.2 | 51 | 9.2 |
| 47 | 9.4 | 52 | 9.4 |
| 48 | 9.6 | 53 | 9.6 |
| 49 | 9.8 | 54 | 9.8 |
| 50 | 10 | 55 | 10 |

ESERCIZIO DINAMICO

Esigenze Specifiche (EGE)

- Minimo n° 3 Collettivi Dinamici scelti dal Codice Internazionale.

Massimo 3 Partenze Uguali

Massimo 3 Arrivi Uguali

Massimo 3 Dismounts

Massimo 3 Links

- Minimo n° 3 Individuali e massimo 6 scelti dal Codice Internazionale di cui almeno 2 devono essere acrobatici cat 2 (il 3° può essere coreografico)

SERIE A JUNIOR DINAMICO

| Duo Femminile e Trio | | Duo Maschile e Duo Misto | |
|----------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| Punti Presentati | Valore Partenza | Punti Presentati | Valore Partenza |
| 15 | 4 | 20 | 4 |
| 16-17 | 5 | 21-22 | 5 |
| 18-19 | 5.5 | 23-24 | 5.5 |
| 20 | 6 | 25 | 6 |
| 21-23 | 6.5 | 26-28 | 6.5 |
| 24-28 | 7 | 29-30 | 7 |
| 29-30 | 7.5 | 31-32 | 7.5 |
| 31-32 | 8 | 33-34 | 8 |
| 33-34 | 8.5 | 35-39 | 8.5 |
| 35 | 9 | 40 | 9 |
| 36 | 9.2 | 41 | 9.2 |
| 37 | 9.4 | 42 | 9.4 |
| 38 | 9.6 | 43 | 9.6 |
| 39 | 9.8 | 44 | 9.8 |
| 40 | 10 | 45 | 10 |

SERIE A SENIOR

Dai 12 anni C.I.

1 Esercizio Statico + 1 Esercizio Dinamico

Durata max 2'30"

Il coefficiente di difficoltà degli esercizi della serie A Senior verrà calcolato in base alle Junior Difficulty Conversion Table del Codice Internazionale (Table Age Group)

Le regole di entrambi gli esercizi applicate fanno riferimento al Codice Internazionale.