

PROGRAMMA UISP INDIVIDUALE TROFEO PROVINCIALE GAM - ANNO SPORTIVO 2014

REGOLAMENTO GENERALE

Partecipazione

Possono partecipare al programma provinciale GAM i bambini nati nell'anno 2008 (6 anni compiuti al momento dell'iscrizione alla gara) e anni precedenti. I bambini nati nel 2008 (6 anni non compiuti al momento dell'iscrizione alla gara) - 2009 – 2010 possono partecipare al programma mini-allievi/e (per gli esercizi vedi programma GAF).

Classifica

Verranno sommati i migliori tre punteggi su 4 attrezzi eseguiti.

Sarà possibile eseguire un solo salto, a scelta tra quelli presenti nella griglia, per il volteggio e un solo salto, a scelta tra quelli presenti nella griglia, per il mini trampolino.

Premiazione

Tutti i bambini verranno premiati. Le premiazioni verranno effettuate per fasce di punteggio. In base al punteggio totalizzato da ogni bambino verrà stilata la classifica rispettivamente in:

1. Fascia oro
2. Fascia argento
3. Fascia bronzo

CORPO LIBERO

| Elementi | Valore |
|--|--------|
| Capovolta avanti | 0,60 |
| Capovolta dietro arrivo libero | 0,60 |
| Ruota/Verticale | 0,60 |
| Passo, passo + pennello | 0,60 |
| Tenuta in atteggiamento arti superiori | 0,60 |
| Tenuta in posizione di barchetta prona | 0,60 |
| Da candela in piedi su due appoggi | 0,60 |
| Pennello 180° | 0,60 |

Valore di partenza 5.00, valore di esecuzione 10.00

Ogni elemento vale 0.60 (0.20 esecuzione generale)

VOLTEGGIO su tappeto da 60 cm

| Salto | Valore |
|-------------------------------|-------------------------|
| Pennello | Valore di partenza 4.00 |
| Capovolta avanti con tuffo | Valore di partenza 4.50 |
| Verticale arrivo supino/Ruota | Valore di partenza 5.00 |

E' possibile eseguire un solo salto

MINI TRAMPOLINI su tappeto da 60 cm

| Salto | Valore |
|--|-------------------------|
| Pennello | Valore di partenza 4.00 |
| Raccolto/Divaricato | Valore di partenza 4.50 |
| Pennello tornare su tappeto elastico + verticale | Valore di partenza 5.00 |

E' possibile eseguire un solo salto

PROVA DI FORZA

| A TERRA | Valore | SU PARALLELE | Valore |
|---|--------|--|--------|
| 5 Pennelli | 0.50 | STAGGIO INFERIORE | |
| Da seduti braccia alte, chiusura max del busto avanti | 0.50 | Entrata libera (non conteggiata) | - |
| 5 crunch | 0.50 | Tenuta in atteggiamento per 3'' | 0.50 |
| Candela 2'' | 0.50 | 3 spostamenti a DX + 3 spostamenti a SX | 0.50 |
| Candela + pennello | 0.50 | Uscita libera (non conteggiata) | - |
| Squadra divaricata tenuta 2'' | 0.50 | STAGGIO SUPERIORE | |
| | | Entrata libera (non conteggiata) | - |
| | | 5 crunch | 0.50 |
| | | 3 spostamenti a Dx + 3 spostamenti a SX | 0.50 |
| | | Uscita libera (non conteggiata) | - |

Valore di partenza 5.00 – Valore di esecuzione 10.00