

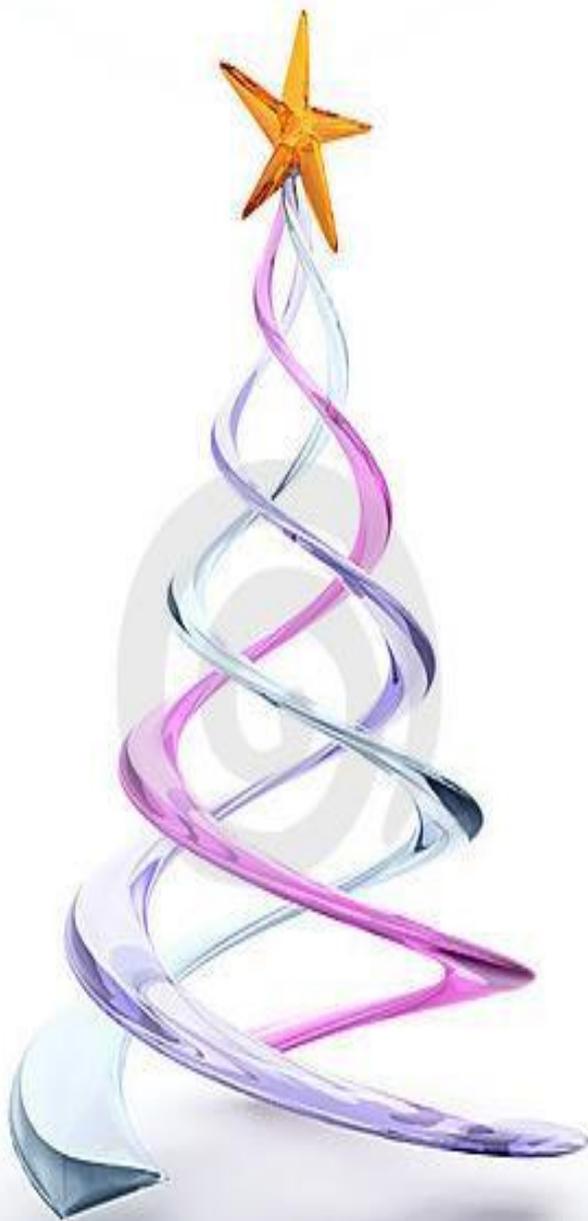


UISP
aps

sportpertutti

Comitato di Roma
Ginnastiche

CHRISTMAS CUP DI GINNASTICA RITMICA ANNO SPORTIVO 2024



GENERALITA'

A conclusione dell'anno sportivo 2024 il comitato della provincia di Roma dell'ente di promozione Uisp è lieto di invitare le ASD alla 5^a edizione **Christmas Cup** di ginnastica ritmica dedicata alle ginnaste del settore promozionale e agonistico.

Le classifiche verranno distinte per rappresentative, specialità individuali e per tipologia di campionato per il quale si è scelto di gareggiare.

Il punteggio utile alla classifica finale per rappresentative è dato dal risultato della somma delle tre specialità individuali.

La rappresentativa societaria avrà la possibilità di indicare un **Jolly** per uno dei tre esercizi del programma di gara.

Il Jolly abbinato alla ginnasta darà l'opportunità di raddoppiare il punteggio dell'esercizio presentato che sarà determinante per la classifica finale.

Le rappresentative sono suddivise nelle seguenti categorie:

- ✚ Esordienti/Allieve anni 2018/2012
Junior/Senior anni 2011 e seguenti

Un/una ginnasta più "anziano/a" **NON PUO'** accedere alla/e categoria/e inferiore/i alla sua di appartenenza.

Un/una ginnasta più "giovane" **PUO'** accedere alla categoria/e superiore/i alla sua di appartenenza.

- ✚ Min 2 max 3 ginnaste
- ✚ Le ginnaste si alternano sull'esecuzione di 3 esercizi individuali con specialità e attrezzi differenti a scelta tra corpo libero, fune, cerchio, palla, clavette e nastro
- ✚ E' possibile utilizzare più musiche con voce e parole (30"/1'30")

CLASSIFICA PER RAPPRESENTATIVA

- ✚ Trofeo Kostina 1^o livello classifica high
- ✚ Trofeo Kostina 1^o livello classifica top
- ✚ Trofeo Kostina 2^o livello classifica high
- ✚ Trofeo Kostina 2^o livello classifica top
- ✚ Christmas Star riservato alle ginnaste che partecipano al Trofeo Petrova (i livelli start ed up sono unificati per le categorie giovani ed esordienti)

Per le adesioni ai campionati "Christmas Cup" si fa riferimento alle competizioni 2024, ovvero:

- se una ginnasta ha svolto la sua attività nel corso dell'anno sportivo 2024 nel settore agonistico (campionati gold FGI e UISP dalla 3^a cat elite in poi) è vincolata alla partecipazione del campionato Kostina 2^o livello top

- se una ginnasta ha svolto la sua attività nel corso dell'anno sportivo 2024 nel settore silver Fgi e come da programmi nazionali uisp (fino alla 3^a cat base) la scelta della partecipazione al 1^o e 2^o livello Kostina non sarà vincolante

Le esigenze di composizione (elementi attrezzo) fanno riferimento ai programmi regionali Trofeo Kostina e Trofeo Petrova 2024

ISCRIZIONE ALLE GARE

Le iscrizioni e il caricamento delle musiche devono essere effettuate on line al seguente link: <https://www.campionatiuisproma.it/ginnastica/societa/> con i propri dati di accesso.

E' consentita la partecipazione alle gare solo alle ginnaste in regola con il tesseramento UISP per l'anno in corso.

La quota di partecipazione è fissata in euro 30.00 per rappresentativa societaria che potrà essere saldata con le seguenti modalità:

- in contanti presso il Comitato
- c/c postale intestato all'UISP Comitato di Roma - Viale Giotto n.16 - conto n° 16988016
- bonifico bancario intestato a UISP Comitato di Roma c/o INTESA SAN PAOLO IBAN IT14J0306909606100000015578

PROGRAMMI TECNICI

CHRISTMAS STAR (TROFEO PETROVA)

	DIF. CORPOREE	GRUPPI CORPOREI	PASSI DI DANZA	RISCHI	DIF. D'ATTREZZO
ESIGENZE	0,05- 0,10	MIN 1 SALTO MIN 1 ROTAZIONE MIN 1 EQUILIBRIO	MIN 1 (MIN 4 SECONDI)	NO MIN-MAX 1 MAX 1 ROTAZIONE	VALORE: 0,20-0,30-0,40 NO MIN-NO MAX
NOTE	PENALITA' - 0,30 PER OGNI ESIGENZA NON RISPETTATA BONUS + 0,10 RISCHIO BONUS + 0,10 PER OGNI DIF. D'ATTREZZO ESEGUITA				

TROFEO KOSTINA HIGH/TOP 1^ LIVELLO

	DIF. CORPOREE	GRUPPI CORPOREI	PASSI DI DANZA	RISCHI	DIF. D'ATTREZZO
ESIGENZE	0,05 -0,10-0,20-0,30	MIN 1 SALTO MIN 1 ROTAZIONE MIN 1 EQUILIBRIO	MIN 1 (MIN 6-8 SECONDI)	NO MIN-MAX 2	VALORE: 0,20-0,30-0,40-0,50 NO MIN-NO MAX
NOTE	PENALITA' - 0,30 PER OGNI ESIGENZA NON RISPETTATA BONUS + 0,10 PER OGNI RISCHIO ESEGUITO BONUS + 0,10 PER OGNI DIF. D'ATTREZZO ESEGUITA				

TROFEO KOSTINA HIGH/TOP 2^ LIVELLO

	DIF. CORPOREE	GRUPPI CORPOREI	PASSI DI DANZA	RISCHI	DIF. D'ATTREZZO
ESIGENZE	DA 0,05 IN POI	MIN 1 SALTO MIN 1 ROTAZIONE MIN 1 EQUILIBRIO	MIN 1 (MIN 6-8 SECONDI)	NO MIN-MAX 5	VALORE: 0,20-0,30-0,40-0,50 NO MIN-NO MAX
NOTE	PENALITA' - 0,30 PER OGNI ESIGENZA NON RISPETTATA BONUS + 0,10 PER OGNI RISCHIO ESEGUITO BONUS + 0,10 PER OGNI DIF. D'ATTREZZO ESEGUITA				

Per tutto quanto non contemplato nei programmi tecnici vige il CODICE INTERNAZIONALE DI PUNTEGGIO 2022-2024

