

14º COPA DE GINASTICA RÍTMICA DO ESTADO DE SÃO PAULO - ONLINE

REGULAMENTO



OBJETIVOS

- Neste ano, tão particular, nosso objetivo é divulgar, aprimorar e principalmente manter os treinadores e suas ginastas interessadas na prática da modalidade de Ginástica Rítmica, de forma virtual, bem como realizando competições online.

Período

De 19 a 21 de novembro de 2021

PARTICIPAÇÃO

- Ginastas de qualquer **ENTIDADE** legalmente constituída (Clubes, escolas, prefeituras, academias, centros esportivos e culturais, autarquias, condomínios e etc.) que desenvolvam atividades relacionadas à Ginástica Rítmica, de acordo com a Categoria da faixa etária correlata e o Nível (técnico), para meninas e meninos.
- Até 03 (três) ginastas por nível e categoria.
- A competição será realizada, pela Plataforma, Zoom.



Sub

Divisões

Local de Apresentação na competição:

- Espaço reduzido
- Em ginásio

Nível:

- Iniciante
- Intermediário
- Avançado

Feminino
Masculino

Categoria:

❖ A – Mirim – de 07 e 08 anos. (2014, 2013)



❖ B – Pré infantil – de 09 e 10 anos. (2012, 2011)



❖ C – Infantil - de 11 e 12 anos. (2010, 2009)



❖ D – Juvenil – de 13 e 14 anos (2008, 2007)



❖ E - Adulto – de 15 a 18 anos (2006 à 2003)




❖ F – Sênior – acima de 19 anos (2002, 2001...)



INSCRIÇÕES

14º COPA DE GINASTICA RÍTMICA DO ESTADO DE SÃO PAULO - ONLINE

- Período: de 13/10 até dia 30/10/2021
- Faça a sua inscrição pelo link, no site:
www.esportes.sp.gov.br
- Qualquer duvida entre em contato:
email: gcassione@sp.gov.br
ou  (11) 98126-7817

14º COPA DE GINASTICA RÍTMICA DO ESTADO DE SÃO PAULO - ONLINE

PARA TODAS AS
CATEGORIAS
F/M:

ESPAÇO NO GINÁSIO

- Deverá estar demarcado quadrado de 6m, no mínimo e 8m no máximo.
- Tempo: para todas as categorias - 1'15" a 1'30", exceto Categorias "A" e "B" de 1'10" a 1'15".
- Risco opcional: 01 (chenê + outra rotação)
- ADs de lançamentos e recuperações, de acordo com CoP.

UNIFORME E MUSICA:


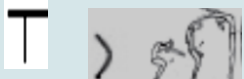



- De acordo com CoP vigente.

CATEGORIA “A” –
Mirim – de 07 e 08 anos. (2014, 2013)



Requisitos:

- **Dificuldades corporais obrigatórias**



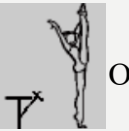



	Corsa. Saltar com forma bem definida e fixada. Tronco na vertical.
	Equilíbrio dinâmico: Onda Corporal anteroposterior, total do corpo. Valor: 0,10
S	Combinações de passos de dança, de acordo como ritmo e tempo do caráter da musica. Mínimo de 8 segundos. Valor: 0,30 pt, mínimo de 1 (um)
	01 (um) Elemento pré-acrobatico isolado de livre escolha. Valor: 0,10 pt cada.
	01 (um) chenê (360° ou mais) com pernas estendidas e unidas, na meia ponta. Valor: 0,10pt.
	Pivô em passe (360° ou mais)

CATEGORIA “B” –
Pré-Infantil – de 09 e 10 anos. (2011, 2012)

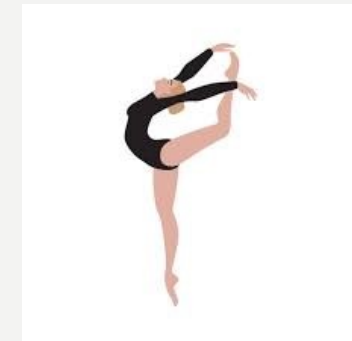


Pré Requisitos: 7 Dificuldades, no máximo e serão contabilizadas as de maior valor

- 3 BDs a escolher:

^	 OU	Grand ecart. Preparação em chassé e saltar com afastamento das pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixa. O braço contrário da perna da frente se posiciona a frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical.
		Corsa. Saltar com forma bem definida e fixada. Tronco na vertical.
T	 OU	Perna livre em posição lateral com ajuda. Manter no mínimo 2 segundos. (pode ser releve ou pé plano).
		Perna livre à horizontal 90° – Arabesque. Tronco alinhado (pode ser releve ou pé plano).
o	 OU	Pivô em atitude (360° ou mais). Perna livre na horizontal, o joelho no mínimo 90°, tronco na vertical ligeiramente à frente
		Pivô em passe (360° ou mais) Perna livre flexionada na horizontal.

CATEGORIA “B” –
Pré-Infantil – de 09 e 10 anos. (2011, 2012)



- 04 Obrigatórios

A small icon of a hand with fingers spread, inside a light blue square.	Equilíbrio dinâmico: Onda Corporal anteroposterior, total do corpo. Valor: 0,10
S	Combinações de passos de dança, de acordo como ritmo e tempo do caráter da musica. Mínimo de 8 segundos. Valor: 0,30 pt, mínimo de 2 (dois)
A small icon of a swirl or flourish, inside a light blue square.	01 (um) Elemento pré-acrobatico isolado de livre escolha. Valor: 0,10 pt cada.
A small icon of a double exclamation mark, inside a light blue square.	01 (um) chenê (360° ou mais) com pernas estendidas e unidas, na meia ponta. Valor: 0,10pt.

CATEGORIA “C” – INFANTIL - DE 11 A 12 ANOS. (2010, 200)




Requisitos

^		03 (três) dificuldades corporais, com valor máximo de 0,40 pts.
T		
o	(em ½ ponta)	
BDs livres	dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,50 pts.	

SERÃO CONTABILIZADAS AS 03 (três) DIFICULDADES CORPORAIS EXIGIDAS E AS 03 (três) DIFICULDADES DE LIVRE ESCOLHA COM MAIOR VALOR – Max. 6 BDs.

OBS.: Dentre as BDs escolhidas 01 (uma) deverá estar prevista na tabela de BDs obrigatórias de Mãos Livres. Caso a escolha seja pela BD de perna livre acima em posição de grand ecart, tronco na horizontal ou mais baixo sem ajuda, poderá ser em releve.

1	Onda Corporal Lateral – Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 ptos (máximo 1).
S	Combinação de Passos de Dança. Valor 0,10 ptos para cada um.
	Dois elementos pré-acrobáticos à livre escolha. Valor 0,10 ptos para cada um.

CATEGORIA “D” – Juvenil – de 13 e 14 anos (2008, 2007) 

CATEGORIA “E” - Adulto – de 15 a 18 anos (2006 à 2003) 

CATEGORIA “F” – Sênior – acima de 19 anos (2002, 2001...) 

GR Masculina – Categorias “D”/”E”/”F” - 

Requisitos

Dificuldade corporal

Mín. 3/ Máx. 7



Mín. 1 pivô (360°) em ½ ponta

Combinações de passos de dança

Mín. 01

S

Elementos Dinâmicos de Rotação

Max. 02

R

Dificuldade de aparelho

Mín. 01

AD

- Dificuldade corporal: mínimo de 03 (três) e máximo de 07 (sete).
 - Serão contabilizadas as 07 dificuldades corporais com maior valor.
 - Na distribuição das dificuldades deve haver a representação dos 03 (três) grupos corporais (salto, equilíbrio, rotação), mínimo 01 elemento de cada.
 - Obrigatório no mínimo 01 (um) pivô 360° em ½ ponta como elemento de rotação.
 - Combinações de Passos de dança = Mín. 1 = valor 0,30 cada.
 - Elementos Dinâmicos com Rotação: Min. 1 – Max. 2
 - Dificuldade de aparelho (AD): livre
- Penalidade: 0,30 por ausência do pivô obrigatório.

EXECUÇÃO

**FALTAS
ARTÍSTICAS +
FALTAS
TÉCNICAS,
SUBTRAI DE
20,00**

EXECUÇÃO TÉCNICA

- De acordo com CoP.

EXECUÇÃO ARTÍSTICA

- Máximo de 1,50 ponto de despontuação

Idéia Guia	0,10 até 0,50
Conexão	0,10 até 0,50
Rítmo	0,10 até 0,50
Expressão	0,10
Dinamismo	0,10
Variedade: Direção	0,10
Deslocamentos	0,10
Aparelhos	0,10
Ausência de onda corporal	0,10

PREMIAÇÃO

CERTIFICADOS

- Todos os inscritos receberão certificados de participação, que serão enviados por e-mail.

MEDALHAS – alusivas ao evento

- Classificação Individual **FINAL** de cada NIVEL/ CATEGORIA - MASCULINO E FEMININO: Nota obtida pela ginasta do 1º ao 5º lugar (medalhas).

TROFÉUS

- As 03 ENTIDADES com maior pontuação entre todos os níveis e categorias – masculino e feminino receberão troféus.
- A Premiação deverá ser retirada na DREL da sua Região.