

REGULAMENTO ESPECÍFICO

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA – MIRIM

Artigo 1º - A competição de ginástica artística feminina será realizada de acordo com as regras oficiais da *Fédération Internationale de Gymnastique* (FIG), adotadas pela Confederação Brasileira de Ginástica, salvo o estabelecido neste regulamento.

Artigo 2º - A competição será realizada para alunas- atletas, exclusivamente de **11 e 12 anos** (nascidas em **2011 e 2012**).

INSCRIÇÃO E PARTICIPAÇÃO:

Artigo 3º - Para ter condição de participação:

- A aluna/atleta deverá estar inscrito nos Jogos Escolares do Estado de São Paulo, de acordo com o Regulamento Geral – JEESP/ 2023, dentro do período estipulado no Calendário Oficial da Secretaria de Esportes do Estado de São Paulo.
- A aluna/atleta deverá estar **regularmente matriculado até 28 de abril de 2023**, em uma Unidade Escolar da Rede de Ensino do Estado de São Paulo, e que tenha frequência comprovada.

Parágrafo Único - Deverá ser entregue na Seletiva a Declaração de escolaridade (declaração de matrícula), da aluna/atleta, em papel timbrado da escola, com assinatura e carimbo da direção da escola.

Artigo 4º - A aluna/atleta deverá comparecer ao local da competição com antecedência, devidamente uniformizada e apresentar obrigatoriamente, em todas as participações um dos seguintes documentos originais, de acordo com o **artigo 10º** do Regulamento Geral – JEESP / 2023:

- Carteira de Identidade Original (**com data máxima de 10 anos de expedição**), incluindo o RG. Digital acessado via aplicativo (**fotos não serão aceitas**);
- Passaporte ou Registro Nacional de Estrangeiro – RNE Original, válido com data vigente, e sem a apresentação dos mesmos, a aluna ficará impossibilitada de participar da competição;

Parágrafo Único – O professor deverá apresentar documento original com foto expedido pelo Conselho Regional de Educação Física (CREF/CONFEF), ou Carteira de Habilitação, ou Passaporte válido, ou RG Original (**com data máxima de 10 anos de expedição**), incluindo o RG digital acessado via aplicativo (**fotos não serão aceitas**).

CLASSIFICAÇÃO:

Artigo 5º - Serão premiadas na competição com medalhas, as 3 melhores notas do individual geral e individual por aparelho.



Parágrafo Único - Para efeito da classificação das 3 (três) alunas-atletas que farão parte da Delegação e representarão o Estado de São Paulo nos JOGOS ESCOLARES BRASILEIROS/JEBs – CBDE, será obtido do resultado do Individual geral.

PROGRAMA COMPETITIVO


- Séries obrigatórias do Programa Nacional Obrigatório nas Paralelas Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo. Salto sobre a mesa - livre conforme regra específica descrita no aparelho
- A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
- O treinador(a) deverá informar aos árbitros o nível que a ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado.
- Quando a ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.
- Quando a ginasta acrescentar qualquer movimento existente no código de pontuação será penalizada em 0,50 p.
- Todas as informações estão descritas no programa específico.
- Penalizações de acordo com caderno de deduções da CBG e CP da FIG.


CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Salto	FIG	FIG (opcional colchão extra de 5cm)
Paralelas Assimétricas		FIG (opcional colchão extra de 5cm)
Trave de Equilíbrio		FIG (opcional colchão extra de 5cm)
Solo		FIG


SALTO SOBRE A MESA


	Altura da Mesa: 1,25 m	2 saltos Diferentes	NF = Média dos dois saltos
		Nota D = Código de Pontuação	NE = 10.00p
	BONIFICAÇÕES	Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 180 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.10p na média final</u>	
		Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 360 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.20p na média final</u>	
		Saltos de grupos diferentes ambos com mortal. E mortais de diferentes direções (frente e trás) <u>+0.20p na média final</u>	
		Salto com mortal Cravado <u>+0.10p no salto executado.</u>	


PARALELAS ASSIMÉTRICAS

Nível 1			
Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos	
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.00p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	3.	Giro de quadril para trás (2.105)	0.30p
	4.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.30p
	5.	A partir do impulso à suspensão para BS, ½ giro gigante para trás ao apoio facial (oitavão)	0.30p
	6.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	7.	Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	0.30p


Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	3.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas+ Giro Facial Livre para trás	0.50p
	4.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	5.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.40p
	6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.40p
	7.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.30p
	8.	½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão)	0.40p
	9.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + saída de Mortal para trás (6.104)	(0,30+0,50) 0,80p

Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas.	0.60p
	3.	Giro Facial Livre para trás a 90°+ kipe ao apoio facial (1.101)	0.70p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás grupado impulso à suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	7.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	8.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p


Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	3.	Giro de sola para trás carpado (5.108) /sem tirar o pé da barra	0.80p
	4.	Giro de sola para trás grupado ou carpado impulso a suspensão para BS	0.40p
	6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	7.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	9.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	10.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p

Nível 5			
	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas (2.201)	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) no mínimo a 45° (de 45° à vertical) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	(0.90+0.30) 1,20p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão para BS	0.70p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas (2.201)	0.80p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 45° (de 45° à vertical)	0,90p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
	9.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p


OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.

Nível 6			
		Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.20p
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra no mínimo a 30° (de 30° à vertical) (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	(0.70+0.20) 0.90p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 45° (de 45° à vertical) + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.20p
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 30° (de 30° à vertical)	0.70p
	8.	Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° (de 30° à vertical) a tomada dorsal	1.00p
	9.	Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° (de 30° à vertical) a tomada dorsal	1.00p
	10.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
	11.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	0.90p

OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe


Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.20p
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2,101)	0.60p
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.20p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 30° (de 30° à vertical) + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.50p
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.60p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3 no mínimo a 30° (de 30° à vertical)	0,70p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	0,70p
	9.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	1.50p
	10.	Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas e ½ giro no EL (3.206)	1.50p
	11.	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p


OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe


Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201)	1.00p
	2.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201)	1.00p
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Giro de sola para trás carpado (5.108) * e impulso a suspensão na BS	1,50p
	4.	Kipe ao apoio facial BS (1.104) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201)	1.00p
	5.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, a parada de mãos	1.00p
	6.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	1.50p
	7.	Giro gigante para frente com pernas unidas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas e ½ giro no EL (3.206)	2.00p
	8.	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1,00p


- Caso seja inserido um kipe no item 3 – dedução neutra de 0,50 – inclusão de elemento.


TRAVE DE EQUILÍBRIO


Nível 1				
	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos	
	1.	Entrada livre (menos passagem de perna sobre a trave)		S e m v a l o r
	2.	Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2" sobre um dos pés na ½ ponta-perna livre na posição de Passé - unir os pés em 3ª posição de ballet e giro de 180° sobre os dois pés com joelhos estendidos		0.60p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião: (4.102) 2"		0.60p
	4.	Parada de mãos 1" (4.103) (É necessário unir as pernas na linha vertical ângulo mínimo aceitável 45° até vertical)		0.60p
	5.	Jump: Salto Grupado		0.60p
	6.	Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendido na ponta da trave (Preparação para o mortal de frente)		0.60p


Nível 2				
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos	
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição longitudinal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés		0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de Passé-finalizar com os dois pés em ½ ponta sustentando 2"		0.50p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102) + Parada de mãos 1" (4.103) (em afastamento anteroposterior de pernas 180°)		0.60p
	4.	Estrela/Roda (4.107)		0.60p
	5.	Leap:- Salto galope (2.110)		0.40p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas(2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)		0.70p
	7.	Saída: Mortal para frente grupado (6.102)		0.70p


Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição transversal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés	0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés + giro de 180° sobre os dois pés	0.80p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109)	0.80p
	4.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102) + Parada de mãos (4.103) (em afastamento anteroposterior de pernas 180°) 2"	0.80p
	5.	Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)	0.80p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	0.50p
	7.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + salto estendido.	0.80p

Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) Obs.: não é necessário manter 2"	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109)	0.60p
	4.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos iguais em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)	0.80p
	5.	Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.00p
	6.	Reversão Lenta para frente/Ponte para frente (4.108)	0.70p
	7.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	0.50p
8.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + mortal de costas grupado (6.104)	0.90p	


Nível 5			
	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Ponte para trás (na parada de mãos mostrar grande afastamento anteroposterior das pernas 2") (4.109) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + Ponte para frente (4.108)	0.50p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101) + Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305)	1.00p
7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas grupado (6.104)	1.50p	


Nível 6			
	Nº	Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	2.00p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) - Não é necessário finalizar com sustentação da perna.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101) + Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) / sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°-Salto longo com troca de pernas (2.305)	1.00p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p

Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição longitudinal ao aparelho)	1.50p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Parada de mãos 2" (4.103) posição de pernas livre + Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) finalizar com perna na horizontal 1' no mínimo.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° - Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101).OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	1.50p
	6.	Um salto Jump com início e fim na posição transversal ao aparelho.	1.00p
	7.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com envolvimento de todas as partes do corpo	0.50p
	8.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p


Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos	Nota E:
		8.00 pontos	
	1.	Entrada: Do esquadro afastado, elevação à parada de mãos na força 2" + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente finalizar com a perna no mínimo nahorizontal 1' no mínimo. (4.108), posição longitudinal ao aparelho.	
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	
	3.	Sequência Acrobática: (Iniciar com a perna no mínimo na horizontal) Ponte para trás (4.109) +Flic Flac (5.204) + Flic Flac (5.202 ou 5.204)	
	4.	Ligação de dança: Leap: Dois saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101). OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	
	5.	Um salto Jump com grande afastamento anteroposterior ou lateral de pernas com início e fim na posição transversal ao aparelho.	
	6.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com movimentos variados	
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	


SOLO


Nível 1			
	Nº	Nota D: 3.00 pontos	Nota E:
		8.00 pontos	
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	
	2.	Mortal para frente grupado (4.101)	
	3.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105)	
	4.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas (1.101)	
	5.	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	
	6.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	


Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos	Nota E:
		8.00 pontos	
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	
	2.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105) + reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + salto estendido	
	3.	Estrela sem mãos (4.104)	
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (1.101 + 1.101)	
	5.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	
	6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	
	7.	Mortal para frente grupado (4.101)	


OBS: Poderão ser ligados os itens 2 e 7.


Nível 3		
Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1. Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1,00p
	2. Giro mínimo 360° sobre um pé	0.40p
	3. Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	0,90p
	4. Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.40p
	5. Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	0.80p
	6. Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1,50p

Nível 4		
Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1. Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1.50p
	2. Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente (3.105) + salto estendido	1.20p
	3. Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac(3.107) + Salto estendido	0.80p
	4. Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	0.50p
	5. Giro mínimo 360° sobre um pé	0.60p
	6. Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.60p
	7. Hop: Salto Fouetté com recepção em arabesque, perna livre na horizontal, não é necessário parar no arabesque (1.112)	0.80p

Nível 5		
Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1. Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado abrindo(5.101)	1,50p
	2. Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	1,20p
	3. Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic Flac (3.107) + Salto estendido	1.50p
	4. Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, sendo um com grande afastamento Anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto livre com valor mínimo B	0.60p
	5. Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
	6. Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.60p
	7. Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.00p

Nível 6			
	Nº	Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido (5.101)	1.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101) + mortal grupado para frente (4.101)	1.50p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101)	2.00p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.60p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.80p

Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com ½ giro (5.201)	2.00p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal grupado para frente (4.101)	2.50p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + salto estendido	2.00p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.50p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p

Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com 360° giro (5.201)	2.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal estendido para frente (4.202)	2.00p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101)	2.50p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, ambos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180°. Um deles com valor mínimo C.	2.00p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Gump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p

CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS
SÉRIES OBRIGATÓRIAS

- Toda e qualquer outra dedução não especificada aqui, será de acordo com o CP.
- Casos omissos serão decididos pela direção da competição junto ao painel D do aparelho.

Tabela de falhas gerais

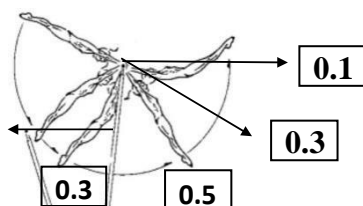
Falha	Dedução		Responsável pela dedução
Não finalizar um elemento com os pés primeiro	Sem VD, sem omissão	Valor da parte ou elemento	Painel D na ND
Falta de apresentação ao painel de arbitragem	No início e ou fim da série	0,30p umavez	Painel D da NF
Auxílio do treinador durante o elemento	Sem VD, sem omissão.	1,00p cadavez.	Painel D da NF
Uniforme diferente para equipe	<u>Para CB conforme CP</u>	<u>CP</u>	Painel D no 1º aparelho que seja identificado. Notificação a direção da competição
	TN igual para todas as ginastas ou igual para cada nível.	1,00p umavez	
Uniforme incorreto	Decote na frente e nas costas ou cava no quadril acentuado, falta de emblema, transparências, joias, bandagens incorretas.	Ginastas 0,30p Equipe 1,00p	
Permanência não autorizada do treinador	Manter-se próximo ao aparelho: Nos colchões ou podium, fora o permitido	1x advertência verbal 2x dedução de 0,50p cada vez	Painel D da NF (ginasta)
Falhas disciplinares para ginastas ou treinadores	Conforme o CP		

Paralelas Assimétricas

1. Balanços na suspensão sem rotação sobre eixo longitudinal

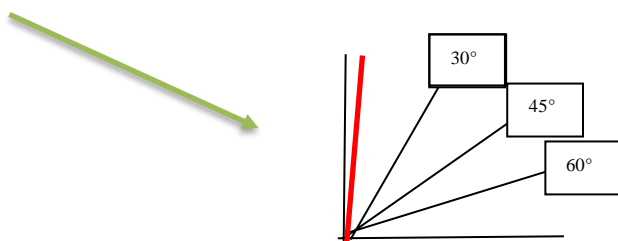
OBS: usar como referência a linha tronco com a BS-horizontal

Elemento solicitado	Falha	Dedução
Balanço a frente	Na linha da BS	0.10p
Balanço a frente	Abaixo da linha da BS 30°	0.30p
Balanço a frente	Abaixo da linha da BS 45°	0.50p
Balanço atrás	Pés na linha da BI	0.10p
Balanço atrás	Pés abaixo da Linha da BI	0.30p



Elemento solicitado	Falha	Dedução
Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a 30° (3.201)	Abaixo de 30° até 45° Abaixo de 45°	0,30P 0.50p sem VD sem omissão
Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a parada de mãos(3.201)	à 10° 11 à 30° 31 à 45° Abaixo de 45°	Sem dedução 0.10p 0.30p 0.50p
Saidas em mortal estendido	Leve flexão de joelhos e ou quadril Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0.10p 0.30p

OBS: ângulo de finalização giro gigante com ½ giro no EL



Elemento solicitado	Falha	Dedução
Impulso atrás à 90° (horizontal)	Abaixo de 90° (horizontal)	0,10p Sem VD, sem omissão
Impulso atrás acima de 90° (horizontal)	À 90° (horizontal) Abaixo de 90° (horizontal)	0.30p 0,30p sem VD, sem omissão
Impulso atrás a 45°	Abaixo de 45° até 60° Abaixo de 60°	0,30p 0.30p sem VD, sem omissão
Impulso atrás a 30°	Abaixo de 30° até 45° Abaixo de 45°	0,30p 0.30p sem VD, sem omissão
Impulso atrás a parada de mãos	Da parada até 10° 11° à 30° Abaixo de 30°	0,10p 0.30p 0.30p sem VD sem Omissão

Elementos circulares próximo a barra

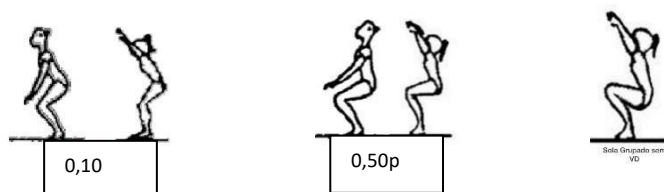
OBS: ângulo de finalização

Elemento solicitado	Falha	Dedução
Giro facial livre	Bater com a coxa ou quadril na barra e dar sequência no kipe.	0,30p sem VD sem Omissão
	Bater com a coxa ou quadril na barra e parar.	0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realiza o kipe.
Giro circular próximo a barra a 90° (horizontal)	Abaixo de 90° (horizontal)	0,10p sem VD sem Omissão
	Bater com a coxa ou quadril e dar sequênciano kipe Bater com a coxa ou quadril na barra e parar	0,30p sem VD sem Omissão 0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realiza o kipe.
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 45°	Abaixo de 45° até 60° Abaixo de 60°	0,30p 0,30p sem VD sem Omissão
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 30°	Abaixo de 30° até 45° Abaixo de 45°	0,30p 0,30p sem VD sem Omissão
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) à parada de mãos	Da parada à 10°11° à 30° Abaixo de 30°	0,10p 0,30p 0,30p sem VD sem Omissão
Giro de sola para trás carpado	Leve flexão de joelhos	0,10
	Flexão moderada dos joelhos	0,30 sem VD sem Omissão
	Flexão acentuada dos joelhos	0,50 sem VD sem Omissão
Subida grupada ao apoio dos pés, ou giro de sola impulso à suspensão na BS	Queda e Não executar o impulso a suspensão na BS	1,00 sem VD sem Omissão

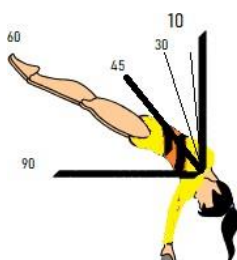
OBS: Demais deduções conforme CP.

Ilustrações para compreensão

Giro de sola para trás carpado, ângulo de flexão dos joelhos na finalização do giro.



Esclarecimento sobre ângulos de finalização para Impulso atrás ou elementos circulares



Legenda	
Ângulo de finalização	
1	10°
2	30°
3	45°
4	60°
5	90°

Esclarecimentos

Repetição de elementos

Exemplo: 2X seguidas o giro de quadril ou 2X seguidos o giro de sola (quando não solicitado)

DEDUÇÃO: 0,50 por adição de elemento.

Grupado ou giro de sola – Caso a ginasta repita nas séries obrigatórias, será dedução de inclusão de elemento. (cada vez 0,50p.)

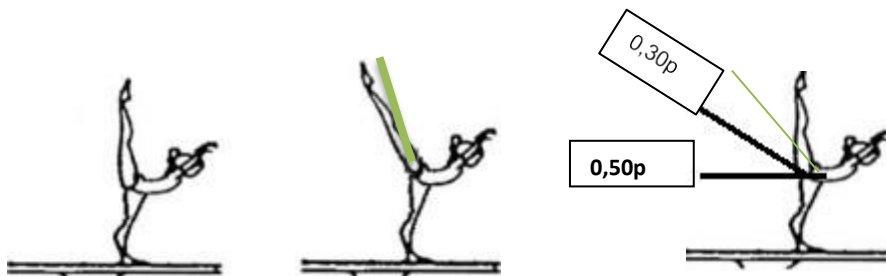
OBS: Para os níveis que tem kipe na entrada. Caso a ginasta substitua por oitava não será considerado acréscimo de elemento. Ficará Sem VD e com omissão



Trave de Equilíbrio

Elemento solicitado	Falha	Dedução
Entrada de esquadro	Entrar uma perna depois outra	0.10p
	Pés com altura abaixo de 90°	0.10p
	Pernas encostadas nos braços	0.10p
Avião	Insuficiente afastamento Até 10° 30° a 45°	Sem dedução
	Abaixo de 45° a 60°	0.10p
	Abaixo de 60° a 90°	0.30p
	Não marcar 2" Tronco abaixo de 90°	0.50p
Giro 360° Giro 180°	¼ faltante	0.10p
	Não sustentar a ½ ponta	0.10p
Parada de mãos com afastamento 180°	Insuficiente afastamento	0.10p
	0° a 20°	0.30p
	21° a 45°	0.50p
	>45°	0.10P
Não chegar a vertical	Entre 10° e 30°	0.30P
	Entre 31° e 45°	0,50p sem VD
	Abaixo de 45°	semomissão
Não chegar a vertical	Não marcar 2"	0.10p
	Não unir as pernas na vertical	0,50p sem VD semomissão

Avião



Parada de mãos



Falhas Gerais e Deduções específicas



Elemento solicitado	Falha	Deduções
Entradas: subida à força ou com ponte para frente	Subir a parada de mãos não marcar e cair Subir a parada de mãos marcar 2" e cair Subir a parada de mãos marcar 2" e cair sem realizar aponte para frente (N8) Realizar a entrada na posição incorreta	0,10p + queda. Sem VD, sem omissão Somente queda Queda + Sem VD, sem omissão 0,30p
Sequências acrobáticas e Sequência de dança	Falta de ritmo sem descaracterizar a sequência Pausa (intencional) sem a realização do segundo elemento Não apoiar um dos pés ao final da sequência de dança Queda entre os elementos sem executar o segundo elemento	0,10p Sem VD, 0,50p por omissão Sem VD, sem omissão Sem VD, 0,50p omissão

Falta de movimento próximo a trave	Não encostar com pelo menos duas partes diferentes do tronco.	0.30p
	Falta de criatividade	0.10p
Movimentos laterais	Não realizar ao menos dois passos ligados com deslocamento lateral	0.30p
	Falta de criatividade	0.10p
Mortal de costas grupado abrindo	Falta de definição das fases (grupar e depois abrir) Abertura insuficiente ou tardia	0.10p.
		0.10p
	Não abrir o corpo	0.30p

Ponte para trás	Falta de manutenção da perna a 90° no início e no final do movimento (min.1")	0.10p cada
Ponte para frente	Falta de manutenção da perna a 90° no final do movimento (min.1")	0.10p
Equilíbrio facial + impulso a parada	Realizados separados em momentos diferentes da série	Sem VD sem omissão
Saidas em mortal estendido	Leve flexão de joelhos	0.10p
	Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0.30p

OBS: Demais descontos pelo CP

SOLO



Falhas Gerais

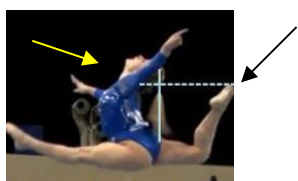
Elemento solicitado	Falha	Deduções
Giros de 720° ou + sobre uma perna Giros com variação de perna livre	¼ faltante Conforme observação abaixo da tabela.	0.10p
Sequências acrobáticas	Com pausa intencional ou incompletas Pequena falta de ritmo se descaracterizar a sequência	Sem VD, 0.50p por omissão 0,10p
Salto de extensão ao final do flic flac	Não realizar o salto	0.30p
	Altura insuficiente	0.10p

Salto hop Foutté	Não caracterizar arabesque	0.10p
Mortais para frente e para trás	Posição incorreta da cabeça	0.10p
Mortal com 360° de pirueta	¼ faltante	0.30p
Mortal de costas grupado abrindo	Falta de definição das fases (grupar e depois abrir) Abertura insuficiente ou tardia	0.10p.
	Não abrir o corpo	0.10p
Mortal para trás estendido	Leve flexão de joelhos e ouquadril	0.30p
	Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0.10p
Mortal para frente estendido OBS: Poderá ser usada a técnica de flic para frente sem mãos	Leve flexão de joelhos e ouquadril	0.30p
	Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0.10p
Passagem de dança	Ordem incorreta dos saltos Executar saltos diferentes dossolicitados	0.30p Sem VD + 0,50p por acréscimo de elemento, semomissão
	Falta do chassê quando solicitado	0,30p
Rolamento para trás carpado ou oitava a parada de mãos OBS: os desvios da vertical seguem	Leve flexão de joelhos Flexão moderada dos joelhos Flexão acentuada dos joelhos	0,10
		0,30 sem VD sem Omissão 0,50 sem VD sem Omissão
Oitava a parada de mãos(desvios da vertical)	Entre 10° e 30°	0.10P
	Entre 31° e 45°	0.30P
	Abaixo de 45°	0,50p sem VD sem omissão
Peixe com grande fase de voo	Altura insuficiente	0,10p, 0,30p ou 0,50p
	Carpa durante a fase de abertura do voo	0,10p ou 0,30p
	Rolo voado	Sem VD sem omissão

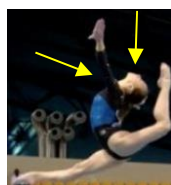
OBS: Os elementos de dança para receberem o VD nas séries obrigatórias, deverão apresentar as características abaixo. Para as séries livres será seguido as regras do CP.
Ex: Saltos com pé na cabeça, giros com perna livre a 90°, etc.

Demais descontos pelo CP.

1.0k



2.0k



3.0k



Obs1:

Os saltos com pé na cabeça para serem validados deverão:

Ter cabeça para trás, o mínimo de arco e flexão de perna atrás.

Deduções por especificidades ou forma do corpo, serão aplicadas conforme o CP. Com VD e Sem omissão.

Obs2: Saltos com giro c/ ou s/ troca de pernas terão uma tolerância <45° faltantes por giro.

Obs3: Giros perna livre a 90° - Deverão manter a perna durante 360° EL na horizontal. Haverá uma tolerância de até 10° abaixo da linha, porém os giros não poderão ser incompletos.

Obs4: Giro com 180° de split sustentando a perna - Deverão segurar a perna durante 360° EL. Haverá uma tolerância <45° caso solte a perna antes de completar a volta, porém os giros não poderão ser incompletos.

MORTAL DE COSTAS ABRINDO

A abertura deve ocorrer a partir da posição invertida até ¼ do mortal

