



REGULAMENTO TÉCNICO TORNEIO NACIONAL - 2019 GINÁSTICA RÍTMICA

1. GENERALIDADES

1.1. DAS INSCRIÇÕES:

1.1.1. É aberta a participação no Torneio Nacional de Ginástica Rítmica (TNGR), a qualquer entidade filiada ou vinculada às Federações, que tenha participado e se classificado nos Torneios Regionais realizados na sua região geográfica.

1.1.2. As inscrições deverão ser enviadas à Federação do seu estado, com cópia para a Secretaria Técnica da CBG, devidamente confirmadas em seus níveis e categorias.

1.1.3. Nos estados em que não houver Federação, as entidades classificadas, deverão fazer as inscrições diretamente para a Secretaria Técnica da CBG.

1.1.4. É proibido uma Federação competir como Seleção Estadual no Torneio Nacional.

1.1.5 A ginasta deverá se inscrever no Torneio Nacional pelo mesmo clube/entidade pela qual participou no Torneio Regional o qual foi classificada.

1.1.6. Se for comprovado, que a inscrição da ginasta está irregular no TNGR, sendo na categoria, nível e/ou entidade, **a ginasta será desclassificada**.

1.2. PODERÃO PARTICIPAR NO TORNEIO NACIONAL:

1.2.1. **Só poderão participar do TNGR**, as ginastas do individual de cada região, pelo somatório das **duas** provas nos Torneios Regionais, colocadas de 1º ao 4º lugar em cada Nível (I e II). Exceção: ver 3.2 deste regulamento.

1.2.2. Os conjuntos classificados nas primeiras colocações na proporção de 50% dos participantes em cada categoria e de cada região. No caso de número ímpar de conjuntos participantes, será considerado a proporção de 50% + 1 (um).

1.3 NÃO PODERÃO PARTICIPAR NO TORNEIO NACIONAL:

1.3.1. As ginastas individuais que participam ou participaram nos Campeonatos Brasileiros, nas categorias pré-infantil, infantil, juvenil e adulto.

1.3.2. As ginastas que participaram de qualquer Torneio Internacional e/ou Campeonato Internacional reconhecido (identificado) pela FIG.

1.3.3. A ginasta que participou de qualquer Seletiva Nacional, independente da categoria.

2. CATEGORIAS e PROVAS:

CATEGORIA	INDIVIDUAL		CONJUNTO
Pré - Infantil 09 a 10 anos (2009 a 2010)	Mãos Livres 	Arco 	Mãos Livres (05 ginastas) 
Infantil 11 a 12 anos (2007 a 2008)	Mãos Livres 	Corda 	05 Arcos 
Juvenil 13 a 15 anos (2004 a 2006)	Maças 	Fita 	05 Arcos 
Adulto A partir de 16 anos (até 2003)	Arco 	Bola 	05 Bolas 

3. COMPOSIÇÃO

3.1. As 04 (quatro) primeiras ginastas individuais classificadas nos Torneios Regionais, pelo somatório das duas provas, em cada nível, nos Torneios Regionais, pelo somatório das duas provas, nas categorias pré-infantil a adulto, respeitando a distribuição das Regiões, incluindo estados em que a situação geográfica seja mais conveniente (geograficamente próximas). Exemplo: Tocantins (Centro-Oeste); etc.

3.2. Somente em caso de desistência por uma das ginastas classificadas, poderá haver substituição pelas ginastas subsequentes classificadas no TRGR, mediante solicitação à Secretaria Técnica e com o aval do Comitê Técnico de GR.

3.3. Os conjuntos são classificados de acordo com o item 1.2.2 deste Regulamento.

4. PROGRAMAÇÃO:

4.1. O Torneio Nacional será dividido em dois níveis, somente nas provas individuais.

❖ Nível I – As quatro melhores classificadas em cada Torneio Regional em cada categoria.

Nível II – As quatro melhores classificadas em cada Torneio Regional em cada categoria.

4.2 A ginasta qualificada para o Nível I, não poderá ser inscrita no Nível II e vice-versa.

5. ARBITRAGEM:

5.1. A Banca de Arbitragem poderá ter árbitros estaduais, nacionais e internacionais.

5.2. Será necessário ter duas Bancas de Arbitragem para a realização do Torneio Nacional (16 árbitros no total + 01 Diretora de Competição + 01 Diretora de Arbitragem).

5.3. **A Convocação da Arbitragem no TNGR é de responsabilidade da CBG.**

6. PREMIAÇÃO:

6.1 Individual Geral:

❖ Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 3º lugar (somatório das 02 (duas) provas), por categoria e nível.



6.2 Individual por Aparelho:

❖ Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 3º lugar em cada aparelho, por categoria e nível.

6.3. Competição de Conjuntos:

❖ Serão premiados com medalhas os conjuntos classificados do 1º ao 3º lugar, por categoria.

7. Regras de desempate para Individual Geral, Individual por Aparelho e na prova de Conjunto:

❖ Não há regra de desempate.

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE: Não há obrigatoriedade de participação no desfile de abertura, tendo em vista as particularidades da programação desta competição.

Este Regulamento é regido pelo Código de Pontuação (CoP) de Ginástica Rítmica da FIG.
Os casos omissos serão resolvidos pelo CT GR CBG.

CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

INDIVIDUAL

Faixa etária - 09 e 10 anos, completos no ano da competição (anos 2009/2010)

NÍVEL I e NÍVEL II

Provas:

- ❖ Mãos livres
- ❖ Arco

- a) Tempo do exercício - 1'15" a 1'30".
- b) É permitido música com palavras apenas para 01 (uma) prova.

		REQUERIMENTOS	
	BD 3 + 3		Grand écart. Preparação em <i>chassé</i> e saltar abrindo as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. O braço contrário à perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical. * OU  * (um à escolha)
			 * OU  * (um à escolha)
			
		BD's livres	
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e as 03 (três) dificuldades de livre escolha com o maior valor.		
	Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (Máximo 01)		
S	Combinação de Passos de Dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)		
	03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um		
	01 (uma) combinação de 02 (dois elementos) pré-acrobáticos. Valor: 0,20 pts.		

REQUERIMENTOS				
	BD 3 + 2		1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,40 pts.
			1	
			1 (em ½ ponta)	
	BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.	
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais exigidas e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor.			
S	Combinação de passos de dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)			
R	Elementos Dinâmicos de Rotação (mínimo 01, máximo 02). R1, R2, R3, ... ***			
AD	Dificuldade do Aparelho (não há mínimo ou máximo)			

*** Poderá ser realizado o EDR (risco) com apenas uma rotação (R1). A rotação do R1 deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. O valor de base do R1 (0,10) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho. Ao valor de base do R1 (0,10) pode ser acrescentado até 0,40 pontos de critérios no máximo.

1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

1.1. Os elementos de BDs são dificuldades obrigatórias e dificuldades à livre escolha das tabelas do CoP.

1.2. O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do CoP. A ginasta deverá escolher pelo menos UMA dificuldade em *grand écart* entre as obrigatórias de salto e equilíbrio. A dificuldade de rotação é obrigatória. Caso a ginasta apresente as DUAS dificuldades em *grand écart* (salto e equilíbrio obrigatórios) será bonificada em 0,10 pts na nota final de D1.

1.3. O valor máximo das BDs é de 0,40 pontos. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pts.

Exceção: Para as dificuldades de rotação obrigatórias em mãos livres, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.

1.4. Cada BD conta uma só vez; se a BD se repete, a dificuldade não é válida (não se penaliza).

1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 03 (três) dificuldades à livre escolha em mãos livres, as 03 (três) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 03 (três) dificuldades obrigatórias.

1.6. Se uma ginasta apresenta mais de 02 (duas) dificuldades à livre escolha no exercício com aparelho, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 03 (três) dificuldades exigidas.

2. ONDAS CORPORAIS

2.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos N° 20 (**primeiro símbolo**).

2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:

- Ausência de extensão corporal.
- Ausência de coordenação dos braços.
- Onda corporal pouco profunda.

3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

- 3.1. Somente se contabilizarão, como máximo, 03 (três) elementos acrobáticos isolados.
- 3.2. A combinação de elementos pré-acrobáticos somente é válida se é realizada sem interrupção na conexão dos elementos e se apresenta dinamismo em sua execução. Os elementos podem ser iguais ou diferentes.
- 3.3 Caso a série de 02 (dois) elementos pré-acrobáticos seja executada com troca do eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível durante as rotações, e em conformidade com o item 3.2, será aplicada bonificação +0,10 pontos (apenas uma vez).
- 3.4 A execução de uma série de 03 (três) elementos pré-acrobáticos não é suficiente para validar a exigência obrigatória da categoria, que é de uma série de 2(dois) elementos pré-acrobáticos.

4. TABELAS DE PENALIDADES

D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades Corporais	Dificuldade Obrigatória em <i>grand écart</i>	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória em <i>grand écart</i>
	Dificuldade Obrigatória de rotação	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória de rotação
	Dificuldades à livre escolha	Menos de uma dificuldade de cada grupo corporal (\wedge, \top, \downarrow); penalidade para cada grupo corporal ausente
		BD com um valor de base superior à 0,40
	Menos do que 03 (três) Dificuldades Corporais Executadas	
Se a BD é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a BD, a Dificuldade repetida não é válida (não há penalidade)		
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos do que 01 onda corporal obrigatória
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 01	Mais do que 01
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elementos Dinâmicos com Rotação	Mínimo de 01	Ausência de no mínimo 01
Elementos Acrobáticos (ML)	03 elementos isolados	Menos do que 03
	01 combinação de 02 elementos	Menos do que 01

❖ EXECUÇÃO

- a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

CONJUNTO

Faixa etária - 09 e 10 anos, completos no ano da competição (anos 2009/2010).

Prova:

❖ Mãos livres (05 ginastas)

- a) Tempo do exercício - 2'15" a 2'30".
- b) É permitido música com palavras.

REQUERIMENTOS				
	BD 3+2			Grand écart. Preparação em <i>chassé</i> e saltar abrindo as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. O braço contrário à perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical.
				Perna livre no nível horizontal 90° - Arabesque com pé plano. Tronco alinhado. Manter no mínimo 02 segundos.
			 (um à escolha)	Pivot 360° ou mais. Perna livre estendida na horizontal 90°, os braços em terceira posição. OU Pivot en passé (360° ou mais). Perna livre flexionada, joelho na altura horizontal posicionado em andedã OU em andeor, tronco na vertical.
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha.			
		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (Máximo 01)		
	S	Combinação de Passos de Dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).		
		03 (três) elementos pré-acrobáticos à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um.		
	C	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 03).		
CR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 01).			
CRR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 01).			

1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

- 1.1. Os elementos de BDs são dificuldades obrigatórias para mãos livres. Todos os elementos de BDs para exercícios individuais também são válidos para exercícios de conjunto. Os valores dos elementos obrigatórios respeitam os valores do CoP.
- 1.2. O valor máximo das BDs é de 0,40 pontos. Se um conjunto apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pts. **Exceção:** Para as dificuldades de rotação obrigatórias, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.
- 1.3. Mínimo de 01 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todas as 05 (cinco) ginastas.



1.4. Para que uma colaboração seja válida, as 05 (cinco) ginastas devem participar de forma ativa da mesma. A colaboração deve transmitir a ideia de trabalho coletivo onde o êxito da ação esteja estritamente ligado ao trabalho de cada integrante do conjunto.

2. ONDAS CORPORAIS

2.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 20 (primeiro símbolo)

2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:

- a) Ausência de extensão corporal
- b) Ausência de coordenação dos braços
- c) Onda corporal pouco profunda

2.3. A onda deve ser executada pelas 05 (cinco) ginastas para que seja válida. Pode ser executada:

- a) simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão.

3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

3.1. Os elementos pré-acrobáticos têm que ser executados pelas 05 (cinco) ginastas para que sejam válidos. Deve ser o mesmo elemento para as 05 (cinco) ginastas e podem ser executados:

- a) simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão.

3.2. Os elementos pré-acrobáticos podem ser usados uma vez pelas 05 (cinco) ginastas isolados e mais uma vez nas colaborações CR ou CRR.

4. COLABORAÇÕES

4.1. Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.

4.2. Todas as 05 (cinco) ginastas devem participar da (s) ação (s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Todas as 05 (cinco) ginastas devem estar relacionadas diretamente.

4.3. É possível executar as CR e CRR em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou os pré-acrobáticos são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si.

Valor			Tipos de Colaboração
0,10	0,20	0,30	
C			<ul style="list-style-type: none"> Ginastas passam por cima, debaixo, ou através do movimento das companheiras
	CR		<ul style="list-style-type: none"> Colaboração com elemento dinâmico com rotação É possível executar o elemento dinâmico com ajuda das companheiras (elevação)
		CRR	<ul style="list-style-type: none"> Colaboração com elemento dinâmico com rotação Ginastas passam por cima, debaixo, ou através do movimento das companheiras

4. TABELAS DE PENALIDADES

D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória (cada vez)
		Ausência de uma Dificuldade de cada Grupo Corporal não executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todos as 05 (cinco) ginastas
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos do que 01 onda corporal obrigatória
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elementos Acrobáticos (ML)	03 elementos isolados	Menos do que 03
Colaborações	Mínimo 03 C	Menos do que 03
	Mínimo 01 CR	Menos do que 01
	Mínimo 01 CRR	Menos do que 01

❖ EXECUÇÃO

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

Observação: Nos conjuntos de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

CATEGORIA INFANTIL

INDIVIDUAL

Faixa etária - 11 e 12 anos, completos no ano da competição (anos 2007/2008)

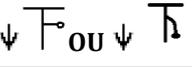
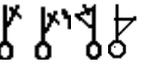
NÍVEL I e NÍVEL II

Provas:

- ❖ Mãos livres
- ❖ Corda

- a) Tempo do exercício - 1'15" a 1'30".
- b) É permitido música com palavras em até 01 (uma) prova.

REQUERIMENTOS

	BD 3 + 3		 OU 	Grand écart. Preparação em <i>chassé</i> e saltar abrindo as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. O braço contrário à perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical. OU Grand écart em círculo. Preparação em <i>chassé</i> e saltar abrindo as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. Tronco na vertical.
			 OU  OU 	Perna livre em posição lateral com ajuda. Manter no mínimo 02 segundos (pode ser releve ou pé plano).. OU Equilíbrio em círculo com ajuda en relevé. Perna livre elevada atrás, em posição <i>grand écart</i> com joelho flexionado. Perna livre próxima à cabeça. Manter no mínimo 2 segundos. OU Perna livre acima em posição de grand écart, tronco na horizontal ou mais abaixo sem ajuda, em pé plano. Manter no mínimo 2 segundos.
			 (um à escolha)	Perna livre com ajuda em posição de grand écart (360° ou mais). OU Perna livre estendida a 180° à frente OU ao lado. Tronco alinhado. OU Perna livre com ajuda posição em círculo (360° ou mais). Tronco e ombros alinhados. OU Pivot en passé (360° ou mais). Perna livre flexionada, joelho na altura horizontal, tronco na vertical.
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,50 pts.
		Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e as 03 (três) dificuldades de livre escolha com o maior valor.		
	Onda Corporal Posteroanterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (Máximo 01)			
S	Combinação de Passos de Dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)			
	03 (três) elementos pré-acrobáticos à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um (máximo 03).			
	01 (uma) combinação de 03 (três) elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,30 pts. (máximo 01).			

REQUERIMENTOS				
	BD 4 + 2		1	04 (quatro) dificuldades corporais, com o valor máximo de 0,50 pts.
			1	
			1	
			1 (em ½ ponta)	
	BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,50 pts.	
	Serão contabilizadas as 04 (quatro) dificuldades corporais exigidas e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor			
S	Combinação de Passos de Dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)			
R	Elementos Dinâmicos de Rotação (mínimo 01, máximo 03). R1, R2, R3, ... ***			
AD	Dificuldade do Aparelho (não há mínimo ou máximo)			

*** Poderá ser realizado o EDR (risco) com apenas uma rotação (R1). A rotação do R1 deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. O valor de base do R1 (0,10) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho. Ao valor de base do R1 (0,10) pode ser acrescentado até 0,50 pontos de critérios no máximo.

1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

1.1. Os elementos de BDs são dificuldades obrigatórias e dificuldades à livre escolha das tabelas do CoP.

1.2. O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do CoP.

1.3. O valor máximo das BDs é de 0,50 pontos. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pts.

Exceção: Para as dificuldades de rotação obrigatórias em mãos livres, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.

1.4. Cada BD conta uma só vez; se a BD se repete, a dificuldade não é válida (não se penaliza).

1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 03 (três) dificuldades à livre escolha em mãos livres, as 03 (três) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 03 (três) dificuldades obrigatórias.

1.6. Se uma ginasta apresenta mais de 02 (duas) dificuldades à livre escolha no exercício com aparelho, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 04 (quatro) dificuldades exigidas.

2. ONDAS CORPORAIS

2.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 20 (segundo símbolo)

2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:

- Ausência de extensão corporal
- Ausência de coordenação dos braços
- Onda corporal pouco profunda

3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

- 3.1. Somente se contabilizarão como máximo 03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados.
 3.2. A combinação de elementos pré-acrobáticos somente é válida se se realiza sem interrupção na conexão dos elementos e se apresenta dinamismo em sua execução. Os elementos podem ser iguais ou diferentes.
 3.3 Caso a série de 03 (três) elementos pré-acrobáticos seja executada com troca do eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível durante as rotações, e em conformidade com o item 3.2, será aplicada bonificação +0,10 pontos (apenas uma vez).

4. TABELAS DE PENALIDADES

D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória (cada vez)
	Dificuldades à livre escolha	Menos de uma dificuldade de cada grupo corporal (\wedge , T, \downarrow); penalidade para cada grupo corporal ausente
		BD com um valor de base superior à 0,50
		Menos do que 03 (três) Dificuldades Corporais Executadas
Se a BD é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a BD, a Dificuldade repetida não é válida (não há penalidade)		
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos do que 01 onda corporal obrigatória
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 01	Mais do que 01
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elementos Dinâmicos com Rotação	Mínimo de 01	Ausência de no mínimo 01
Elementos Acrobáticos (ML)	03 elementos isolados	Menos do que 03
	01 combinação de 03 elementos	Menos do que 01

❖ EXECUÇÃO

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

CONJUNTO

Faixa etária - 11 e 12 anos, completos no ano da competição (anos 2007/2008)

É permitida uma ginasta de 10 anos (ano 2009).

Prova:

❖ 05 (cinco) Arcos

a) Tempo do exercício - 2'15" a 2'30".

b) É permitido música com palavras.

REQUERIMENTOS					
5 	BD		1	03 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,50 pts.	
			1		
			1		
	ED	03 (três) trocas. Valor máx.: 0,50 pts			
		Onda Corporal Posteroanterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (Máximo 01)			
	S	Combinação de Passos de Dança de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).			
	R₂	Elemento Dinâmico de Rotação com duas rotações (máximo 1)			
	CC, , 	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 03, a livre escolha).			
	CR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 02).			
CRR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 01).				

1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

- 1.1. Os elementos BD são elementos das tabelas do CoP. Todos os elementos BD para os exercícios individuais também são válidos para os exercícios de conjuntos.
- 1.2. O valor máximo das BDs é de 0,50 pontos. Se um conjunto apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pts.
- 1.3. Mínimo de 01 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todas as 05 (cinco) ginastas.

2. DIFICULDADE DE TROCA (ED)

- 2.1. Uma troca de aparelhos na qual todas as ginastas devem participar das ações:
 - a) Lançar o seu próprio aparelho a uma companheira;
 - b) Receber o aparelho de uma companheira.
- 2.2. Apenas as trocas com médio ou grande lançamento serão válidas como ED.
- 2.3. O valor base das EDs é de 0,20 pts.



- 2.4. O valor da ED pode ser aumentado por todos os critérios previstos no CoP até um valor máximo de 0,50 pts.
- 2.5. Os critérios adicionais podem ser iguais ou diferentes e só serão válidos quando executados pelas 5 ginastas.

3. ONDAS CORPORAIS

- 3.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 20 (**segundo símbolo**).
- 3.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:
- a) Ausência de extensão corporal
 - b) Ausência de coordenação dos braços
 - c) Onda corporal pouco profunda
- 3.3. A onda deve ser executada pelas 05 (cinco) ginastas para que seja válida. Pode ser executada:
- a) simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão.

4. ELEMENTOS DINÂMICOS DE ROTAÇÃO (R)

- 4.1. Os requisitos básicos para o R seguem as regras do CoP.
- 4.2. O valor base do R₂ pode ser aumentado utilizando os critérios adicionais descritos no CoP, com exceção do número de rotações. Os critérios podem ser realizados durante o lançamento do aparelho, durante as rotações corporais sob o voo do aparelho e/ou durante a recuperação do aparelho.

5. COLABORAÇÕES

- 5.1. Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.
- 5.2. Todas as 05 (cinco) ginastas devem participar da (s) ação (s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Todas as 05 (cinco) ginastas devem estar relacionadas diretamente.
- 5.3. Para que uma colaboração seja válida, as 05 (cinco) ginastas devem participar de forma ativa da mesma. A colaboração deve transmitir a ideia de trabalho coletivo onde o êxito da ação esteja estritamente ligado ao trabalho de cada integrante do conjunto.
- 5.4. É possível executar as CR e CRR em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou as rotações são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados ente si (diretamente ou por meio dos aparelhos).
- 5.5. A definição dos tipos de colaboração segue a descrição das tabelas do CoP.

6. TABELAS DE PENALIDADES

D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades corporais	03 dificuldades corporais	Ausência de uma Dificuldade de cada Grupo Corporal não executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todos as 05 (cinco) ginastas
		Menos do que 03 BD
Dificuldade de trocas	03 dificuldades de troca	Menos do que 3 ED
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos do que 01 onda corporal obrigatória
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elemento Dinâmico com Rotação	Máximo 01 R2	Mais do que 01
Colaborações	Mínimo 03 colaborações sem rotação corporal	Menos do que 03
	Mínimo 02 CR	Menos do que 02
	Mínimo 01 CRR	Menos do que 01

❖ EXECUÇÃO

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

CATEGORIA JUVENIL

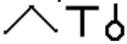
INDIVIDUAL

Faixa etária - 13 a 15 anos, completos no ano da competição (anos 2004/2005/2006).

NÍVEL I e NÍVEL II**Provas:**

- ❖ Maças
- ❖ Fita

- a) Tempo do exercício - 1'15" a 1'30".
- b) É permitido música com palavras apenas para 01 (uma) prova.

			
DIFICULDADE			
Dificuldade Corporal Min. 3/Máx. 7  Mín. 1 Pivô (360°) na ½ ponta obrigatório	Combinações de Passos de Dança Mín. 2 S	Elementos Dinâmicos com Rotação Mín. 1 R	Dificuldade de Aparelho Mín. 1 AD

- a) Dificuldade corporal: mínimo de 03 (três) e máximo de 07 (sete).
- b) **Serão contabilizadas as 07 dificuldades corporais com o maior valor.**
- c) Na distribuição das dificuldades deve haver a representação dos 03 (três) grupos corporais (salto, equilíbrio, rotação), mínimo de 01 (um) elemento de cada.
- d) Obrigatório no mínimo 01 (um) pivô 360° na ½ ponta como elemento de rotação.
- e) Mínimo de 02 (duas) combinações de passos de dança: valor 0,30 cada.
- f) Mínimo de 01 (um) Elemento Dinâmico com Rotação (R).
- g) Mínimo de 01 (uma) Dificuldade de Aparelho (AD).

Penalidade: 0,30 por ausência do pivô obrigatório

Nota:

- As bonificações do CoP de GR da FIG (troca de nível e eixo; recuperação fora do campo visual e outros) serão aplicadas ao Elemento Dinâmico com Rotação (R).
- As exigências de Dificuldade do Aparelho são as mesmas descritas no CoP de GR da FIG.
- A Dificuldade do Aparelho (AD) também pode ser executada durante:
 - Dificuldade Corporal
 - Combinação de Passos de Dança
- **A mão não-dominante deve ser usada para realizar o Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho durante 2 BD (fita).**

❖ **EXECUÇÃO**

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

CONJUNTO

Faixa etária - 13 a 15 anos, completos no ano da competição (anos 2004/2005/2006).

É permitida uma ginasta de 12 anos (ano 2007).

Prova:

❖ 05 (cinco) Arcos

a) Tempo do exercício - 2'15" a 2'30".

b) É permitido música com palavras.

				
DIFICULDADE				
Dificuldade Corporal = Máx. 3 	Dificuldade de Troca = Máx. 3 	Passos de Dança Min. 2	Elementos Dinâmicos de Rotação Max. 1	Elementos de Colaboração entre as Ginastas com ou sem rotação corporal Mín. 4
Máx. 7 (01 à escolha)		S	R	

Exigências:

a) Dificuldade: 03 (três) trocas e 03 (três) dificuldades corporais, mais 01 (uma) dificuldade à escolha: Total 07 (sete) dificuldades.

b) Na distribuição das dificuldades deve haver a representação dos 03 (três) grupos corporais (salto, equilíbrio, rotação), mínimo de 01 (um) elemento de cada.

c) Combinações de passos de dança: mínimo de 02 (duas), valor 0,30 cada.

d) Elementos dinâmicos com rotação: máximo de 01 (um).

e) Elementos de colaboração: mínimo de 04 (quatro).

❖ **EXECUÇÃO**

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

CATEGORIA ADULTA

INDIVIDUAL

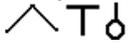
Faixa etária – A partir de 16 anos, completos no ano da competição (ano 2002 e anteriores)

NÍVEL I e NÍVEL II

Provas:

- ❖ Arco
- ❖ Bola

- a) Tempo do exercício – 1’15” a 1’30”.
- b) É permitido música com palavras apenas para 01 (uma) prova.

			
DIFICULDADE			
Dificuldade Corporal Mín. 3/Máx. 9  Mín. 1 Pivô (360°) na ½ ponta obrigatório	Combinações de Passos de Dança Mín. 1 S	Elementos Dinâmicos com Rotação Mín. 1 R	Dificuldade de Aparelho Mín. 1 AD

- a) Dificuldade corporal: mínimo de 03 (três) e máximo de 09 (nove).
- b) **Serão contabilizadas as 09 dificuldades corporais com o maior valor.**
- c) Na distribuição das dificuldades deve haver a representação dos 03 (três) grupos corporais (salto, equilíbrio, rotação), mínimo de 01 (um) elemento de cada.
- d) Obrigatório no mínimo 01 (um) pivô 360° na ½ ponta como elemento de rotação.
- e) Mínimo de 01 (uma) combinação de passos de dança: valor 0,30 cada.
- f) Mínimo de 01 (um) Elemento Dinâmico com Rotação (R).
- g) Mínimo de 01 (uma) Dificuldade de Aparelho (AD).

Penalidade: 0,30 por ausência do pivô obrigatório

Nota:

- As bonificações do CoP de GR da FIG (troca de nível e eixo; recuperação fora do campo visual e outros) serão aplicadas ao Elemento Dinâmico com Rotação (R).
- As exigências de Dificuldade do Aparelho são as mesmas descritas no CoP de GR da FIG.
- A Dificuldade do Aparelho (AD) também pode ser executada durante:
 - Dificuldade Corporal
 - Combinação de Passos de Dança

❖ **EXECUÇÃO**

- a) Faltas Artísticas e Técnicas
Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

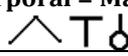
CONJUNTO

Faixa etária – A partir de 16 anos, completos no ano da competição (ano 2003 e anteriores).
É permitida uma ginasta de 15 anos (ano 2004).

Prova:

❖ 05 (cinco) Bolas

- a) Tempo do exercício – 2’15” a 2’30”.
- b) É permitido música com palavras.

				
DIFICULDADE				
Dificuldade Corporal = Máx. 4 	Dificuldade de Troca = Máx. 4 	Combinações de Passos de Dança Mín. 1	Elementos Dinâmicos de Rotação Max. 1	Elementos de Colaboração entre as Ginastas com ou sem rotação corporal Mín. 4
Máx. 9 (1 à escolha)		S	R	

Exigências:

- a) Dificuldade: 04 (quatro) trocas e 04 (quatro) dificuldades corporais, mais 01 (uma) dificuldade à escolha: Total 09 (nove) dificuldades.
- b) Na distribuição das dificuldades deve haver a representação dos 03 (três) grupos corporais (salto, equilíbrio, rotação), mínimo de 01 (um) elemento de cada.
- c) Combinações de passos de dança: mínimo de 01 (uma), valor 0,30 cada.
- d) Elementos dinâmicos com rotação: máximo de 01 (um).
- e) Elementos de colaboração: mínimo de 04 (quatro).

❖ **EXECUÇÃO**

- a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.



**PROGRAMA GERAL
TORNEIO NACIONAL (PREVISÃO) - 2019**

Dia - Terça-feira	
Todo o dia	<i>Chegada das Delegações (não haverá treinamento oficial)</i>
Dia - Quarta-feira	
Manhã	<i>Chegada das Delegações</i>
12h00min às 17h00min	Treinamento Oficial (Pré-Infantil e Infantil)
18h00min	ABERTURA
19h30min	Congresso Técnico (Categoria Pré-Infantil e Infantil)
Dia - Quinta-feira	
08h00min às 12h00min	Treinamento Oficial (Pré-Infantil e Infantil)
14h00min às 16h00min	Competição Categoria Pré-Infantil Grupo A
16h15min às 18h15min	Competição Categoria Pré-Infantil Grupo B
18h45min às 20h15min	Competição Conjunto Infantil
20h15min	Premiação Individual Pré-Infantil Premiação Conjunto Infantil
20h30min	Congresso Técnico (Categoria Adulta e Juvenil)
Dia - Sexta-feira	
08h00min às 12h00min	Treinamento Oficial (Juvenil e Adulto)
14h00min às 16h00min	Competição Categorical Infantil Nível 2
16h15min às 18h15min	Competição Categoria Infantil Nível 1
18h45min às 20h15min	Competição Conjunto Pré-Infantil
20h15min	Premiação Individual Infantil Nível 1 e 2 Premiação Conjunto Pré-Infantil
Dia - Sábado	
08h00min às 12h00min	Treinamento Oficial (Juvenil e Adulto)
14h00min às 16h00min	Competição Categoria Adulta Grupo A
16h15min às 18h15min	Competição Categoria Adulta Grupo B
18h45min às 20h15min	Competição Conjunto Juvenil
20h15min	Premiação Individual Adulto Premiação Conjunto Juvenil
Dia - Domingo	
09h00min às 11h00min	Competição Categoria Juvenil Nível 2
11h15min às 13h15min	Competição Categoria Juvenil Nível 1
13h30min às 15h15min	Competição Conjunto Adulto
15h15min	Premiação Individual Juvenil Nível 1 e 2 Premiação Conjunto Adulto