



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA
COMITATO REGIONALE LOMBARDIA
FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

Prot.n. 195/2010 ODF/tm
Milano, 18 Maggio 2010

A TUTTE LE ASSOCIAZIONI DI
GINNASTICA DELLA LOMBARDIA
CON SEZIONE FEMMINILE

e per conoscenza,

ALLA RRGF

LORO INDIRIZZI

OGGETTO: **GARA REGIONALE SERIE "D" GAF**

In merito alla competizione in oggetto, su indicazione del D.T.R. GAF, s'informano i partecipanti riguardo agli aspetti procedurali e tecnici.

In particolare in allegato sono presenti:

- Norme tecniche
- Programma tecnico
- Schede computisti
- Chiarimenti

Si raccomanda di evidenziare chiaramente, sulla scheda segreteria/computisti, se la ginnasta è tesserata GAF o GPT.

Al fine di organizzare al meglio la competizione, presumendo un nutrito numero di partecipanti, s'invitano calorosamente le società a completare l'iscrizione con largo anticipo.

L'ordine di lavoro e gli orari di gara saranno pubblicati sul sito regionale, considerando l'invito precedente, il prima possibile.

Per qualsiasi chiarimento contattare il DTRF Stefano Barbareschi
stefano.barbareschi@tiscali.it Cell. 338/8271693

Cordiali Saluti

IL SEGRETARIO
f.to Oreste De Faveri



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

Chiarimenti serie D.

- Il body di gara s'intende uguale per tutte le ginnaste della stessa squadra, se una società porta più rappresentative, ogni squadra può presentare il proprio body.
- A ogni attrezzo potrà salire solo una (1) ginnasta tesserata GAF. Ai fini della classifica si sommeranno i punteggi dei 4 (quattro) migliori attrezzi, 3 (tre) punteggi per ogni attrezzo.
- La composizione degli esercizi è di 5 (cinque) elementi(celle) della griglia.
- Possono essere scelti anche 5 (cinque) elementi della stessa riga, non ci sono penalità per composizione. Attenzione, come da codice dei punteggi GAF, se la griglia prevede che sulla stessa riga o nel suo insieme, ci siano ripetuti gli stessi elementi, posso ripetere un elemento una sola volta e vale l'ordine cronologico. (esempio alla TRAVE: salgo in pennello 1B, eseguo poi il salto pennello 2A, capovolta + pennello 5B, se ho segnato le tre celle ottengo il valore solo del primo elemento "1B" della griglia)
- Se un elemento uguale è eseguito più volte, non sarà valutato come valore tecnico, ma sarà comunque valutato per l'esecuzione.
- È possibile presentare l'esercizio con i 5 (cinque) elementi senza considerare entrata e uscita.
- La giuria valuterà e assegnerà il valore degli elementi/celle realmente eseguiti.
- Se una ginnasta dichiara un elemento e ne esegue un altro, le sarà assegnato il valore dell'elemento realizzato.
- Saranno valutati i migliori 5 (cinque) elementi eseguiti, pertanto se il ginnasta esegue 6 (sei) elementi e 1 (uno) non è riconosciuto entra l'altro nel computo del valore delle difficoltà.
- È possibile ripetere una serie fallita.
- Penalità esecutive giuria GAF. La caduta all'attrezzo vale 1.00 punto.
- Non ci sono penalità per errata dichiarazione. La dichiarazione deve essere comunque presentata a ogni attrezzo.
- Se nelle griglie è previsto lo stesso elemento con ampiezza minore si attua il declassamento, altrimenti il non-riconoscimento.
- Il valore dell'esercizio è dato da Giuria "D" (valore tecnico = somma del valore degli elementi/celle eseguite) +10 punti della giuria "E", meno le penalità esecutive.

Documenti:

Ogni ginnasta dovrà presentare all'attrezzo:

- La griglia degli elementi, sulla quale si dovranno scrivere: *nome, *cognome, *società di appartenenza, e si dovranno segnare o evidenziare le celle che s'intendono eseguire.
- La scheda dei punteggi/computisti della segreteria –in allegato- PTU 2009 modificata per SERIE D, attrezzi: volteggio, trampolino, parallele asimmetriche, trave, corpo libero.

Volteggio:

- Esecuzione di 2 (due) salti uguali vale il migliore.
- Se eseguo un solo salto, quello sarà considerato il punteggio finale, se eseguo 2 (due) salti diversi, il punteggio finale sarà il punteggio del primo salto.
- Come per il PTU GAF se una ginnasta esegue un salto nullo (si schianta) può ripetere il salto.
- I valori di partenza dei salti al volteggio e al trampolino seguono le griglie del Torneo GPT 3° L 3[^] e 4[^]f
- Il CUBONE 2mt.x1mt.x0,80mt. Sarà sistemato trasversalmente alla rincorsa in modo da avere l'altezza di 1mt. per il salto.
- Può l'istruttore (o suo delegato) reggere il CUBONE per evitare che si ribalti.
- E' possibile porre un tappetino Serneige sul CUBONE.
- La ruota "solo per la gara regionale" può essere eseguita con arrivo a gambe divaricate.

Trampolino:

- Trampolino esecuzione di due salti uguali vale il migliore.
- Sarà possibile usare un rialzo facilitante (es.:panca) per la rincorsa al minitrampolino dei ginnasti più piccoli.

20142 MILANO - Via Ovada, 40 Tel 02 89.12.20.83 – 02 89.12.22.16 Telefax 02 89.12.21.25

E-mail cr.lombardia@federginnastica.it Sito web www.fgilombardia.it



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

Parallele asimmetriche:

- Si applicano le penalità per slancio intermedio e slancio a vuoto.
- È possibile eseguire tutto l'esercizio sullo staggio inferiore.

Trave:

- Sarà disponibile solo la trave bassa

Corpo Libero:

- Le penalità di artisticità non si applicano.
- Nella fase regionale lo spazio disponibile per il corpo libero è 12 per 12, nessuna penalità per utilizzo dello spazio, (posso ad esempio muovermi nella corsia orizzontale di 2 per 12, o solo in diagonale, ecc.)
- Il tempo dell'esercizio a corpo libero è stabilito in funzione dell'esercizio, esecuzione dei 5 elementi organizzati in successione logica.
- La musica è facoltativa, deve essere strumentale NON cantata. La musica NON sarà valutata dalla giuria.

CAMPIONATO SERIE D sezioni GAM/GAF/GPT; GR/GpT

CATEGORIE

GpT/AM:, Allievi, Junior e Senior (solo ginnasti maschi GpT)

GpT/AF: Allieve, Junior e Senior (solo ginnaste femmine GpT)

GpT/ GR: Allieve, Junior e Senior (solo ginnaste femmine GpT)

ESCLUSIONI

La partecipazione al campionato di serie D esclude automaticamente la partecipazione al campionato di categoria e agli assoluti della sezione di appartenenza.

PROGRAMMA TECNICO GAM/GAF/GpT

Composizione della squadra: min. 3 max. 6 ginnasti.

La squadra sarà composta da tutti ginnasti tesserati GpT o con l'apporto di max 50% di ginnasti agonisti (es.: squadra da 3 ginnasti max 1 agonista, 4 o 5 ginnasti max 2 agonisti, 6 max 3 agonisti).

La squadra potrà essere composta da solo allievi oppure da allievi, junior e senior (vd. dopo CLASSIFICHE).

Ogni squadra dovrà presentare ad ogni attrezzo obbligatoriamente 3 esercizi.

Ogni squadra può eseguire 3 esercizi min. su 4 attrezzi diversi, max. su 5, (per la spiegazione vd. anche quadro schematico).

GpT/AM: suolo, minitrampolino con rincorsa, parallele pari, volteggio (cubone 100 cm), sbarra.

GpT/AF: suolo, trave, minitrampolino con rincorsa, volteggio (cubone 100 cm), parallele asimmetriche.

Ciascuna progressione individuale dovrà contenere 5 elementi tecnici diversi dalle griglie dei movimenti GpT da p. 0,10-0,20-0,30-0,40-0,50.

Se un elemento uguale è eseguito più volte, non sarà valutato come valore tecnico, ma sarà comunque valutato per l'esecuzione.

Il valore dell'esercizio sarà dato dalla somma del valore tecnico (somma dei valori degli elementi scelti) + p. 10,00 per l'Esecuzione.

CLASSIFICA:

Fase regionale e nazionale: classifica a SQUADRE

1. Classifica allievi

2. Classifica OPEN: allievi, junior e senior

Per ogni squadra verrà calcolato il punteggio totale per ogni attrezzo, sommando i migliori punteggi delle 3 progressioni eseguite su ciascun attrezzo.

La somma dei punteggi di ciascun attrezzo determinerà la classifica.

I criteri di giudizio sono quelli delle sezioni di GAM e GAF.

SERIE D

GAM/GpT
GAF/GpT

Categorie	Allieve/i - Junior - Senior
Tesseramento	Sezione GAM; GAF; GpT con certificato medico di idoneità agonistica
Livello attività	2° livello - per l'attribuzione dei voti vedi procedure federali vigenti
Organi Tecnici di riferimento	Direzioni Tecniche Nazionali GAM/GAF/GpT con la collaborazione dei Responsabili Giuria GAM/GAF
Qualifica tecnica richiesta	Istruttore di base
Programma Tecnico vd. Programma Sperimentale 2010	RAPPRESENTATIVA: ogni squadra, per ciascuna categoria, può essere composta da un minimo di 3 ad un massimo di 6 ginnasti (per l'eventuale apporto di ginnasti agonisti e squadre di categorie diverse vd. descrittiva programma) PROGRAMMA: AM/AF/GpT - Esercizi individuali liberi con elementi imposti in numero definito dal programma. Ogni squadra potrà scegliere di salire su min.4, max 5 attrezzi. Ogni squadra dovrà presentare per ogni attrezzo obbligatoriamente n° 3 esercizi Ogni squadra potrà scegliere di eseguire 3 esercizi sui cinque attrezzi della sezione (per un totale di 15 esercizi); in questo caso verranno scelti i 4 migliori attrezzi (sommando i 3 punteggi di ciascun attrezzo).
Fasi e Classifiche	Fase regionale e nazionale. Classifica a SQUADRE AM/GpT e GAF/GpT - CLASSIFICA allievi - CLASSIFICA OPEN allievi, junior e senior Calcolo della somma dei punteggi di ciascun attrezzo determinerà la classifica.
Ammissione	FASE REGIONALE: ammissione libera. I C.R. hanno facoltà di prevedere fasi di qualificazioni, fermo restando che alla fase regionale ogni A.S. deve essere rappresentata. Quanto sopra per garantire il diritto al voto. FASE NAZIONALE: Le prime 2 rappresentative di ogni regione, di ogni classifica, per ciascuna sezione. Sono inoltre ammesse un numero di rappresentative, pari al numero delle province della regione. E' ammessa una sola rappresentativa per società. Per la fase nazionale i DDTNN hanno facoltà di proporre al Presidente Federale l'ammissione d'ufficio di rappresentative.
Esclusione	LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO DI SERIE D ESCLUDE AUTOMATICAMENTE LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO DI CATEGORIA E AGLI ASSOLUTI DI GAM e GAF. Tesserati GR, TE, GA

Aprile

10 / 11

R

Giugno / Luglio

26 / 4

Fase Nazionale



Calendario 2010



Ginnasta

Società

SERIE D



Elemento	Riga	Valore
Elemento 1		
Elemento 2		
Elemento 3		
Elemento 4		
Elemento 5		

Valore di Partenza

Punteggio "D"

+

Punteggio "E"

10.00

meno

Penalità

Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D



Giuria D

Giuria E

Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D



Elemento	Riga	Valore
Elemento 1		
Elemento 2		
Elemento 3		
Elemento 4		
Elemento 5		

Valore di Partenza

Punteggio "D"

+

Punteggio "E"

10.00

meno

Penalità

Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D



Giuria D

Giuria E

Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D

Val. 1° Salto	+		=	Punteggio 1° salto	
Punteggio "E"					

"D"	Val. 2° Salto	+		=	Punteggio 2° salto
	Punteggio "E"				



Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D

Val. Salto	+		=	Punteggio salto	
Punteggio "E"					



Ginnasta

Società

SERIE D

Val. 1° Salto	+		=	Punteggio 1° salto	
Punteggio "E"					

"D"	Val. 2° Salto	+		=	Punteggio 2° salto
	Punteggio "E"				



Punteggio Finale



Ginnasta

Società

SERIE D



Val. Salto	+		=	Punteggio salto	
Punteggio "E"					