



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile



TRAVE

Società: **SEBINA**

Nome: **Alberta Rebecca**

Anno di nascita: **2005**

Categoria: **SN**

Livello: **LC**

Data:

VALORE:

A

0,10

B

0,20

C

0,30

D

0,40

E

0,50

F

0,60

G

0,70

H

0,80

I

0,90

L

1,00

RIGHE OBBLIGATORIE

1	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Candela: partenza da piedi e ritorno in piedi	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Ponte	Ponte + rovesciata d	Verticale in divaricata sagittale	Verticali di slancio (unite le g in verticale)	Ruota	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Rovesciata d (partenza da seduti)	Verticale rita gu (tenuta 2")	Rondata	Ruota	Ribaltata
2	Posizione seduta: distendersi supini e ritorno	Post. accosciata, spinta ppu elevare il bacino verso la verticale	Capovolta d (partenza-arrivo liberi)	Verticali di slancio con cambio di g (storbiciata)	Tic Tac con partenza a (verticali)	Verticali di slancio (unite le g in verticale)	Ruota	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale rita gu (tenuta 2")	Fic d smezzo o unito	Rondata	Ruota	Ribaltata	
3	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Slancio non in verticale con cambio di g (storbiciata)	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Verticali di slancio con cambio di g (storbiciata)	Verticali in divaricata sagittale	Verticali di slancio (unite le g in verticale)	Ruota	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale rita gu (tenuta 2")	Fic d smezzo o unito	Rondata	Ruota	Ribaltata	

4a	Entrata in punta alla Trave con un passo in arabesque	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi frammezzo	Entrata in spaccata divaricata	Entrata in spaccata frontale	Entrata in squadra divaricata (2")	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Entrata frammezzo alla seduta	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Sissome + Enj + Salto Raccolto	Enj sul posto + Sissome	Enj sul posto + Salto del Cosacco	Enj + (Sissome o Salto del Cosacco)	Verticale d'impostazione
4b	Passaggio laterale di una g e arrivo a cavallo della trave a gd	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi frammezzo	Entrata in squadra divaricata	Entrata in spaccata frontale	Entrata in squadra divaricata (2")	Capovolta d sotto la trave	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto	Enj: Sul posto + Salto Raccolto

5	se + se	Salto del gatto + se	se + salto raccolto	Sissome + se	Sissome + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se	Enj: Sul posto + se
---	---------	----------------------	---------------------	--------------	--------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------

6	Salto del Gatto	Storbiciata g tese	Enjambee (apertura 90°)	Enjambee (apertura 90°) arrivo in arabesque	Enjambee (apertura 90°) arrivo in arabesque	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°)
---	-----------------	--------------------	-------------------------	---	---	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

7	se	Salto Raccolto	se con 1/2 giro (180°)	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt	Enjambee sul posto (ap. 90°) anche in pt
---	----	----------------	------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

8	Chassé destro + chassé sinistro (o viceversa)	Posizione su 1 piede g tesa a +45° tenuta 2" e chiusura in Relevé	Capovolta avanti + se	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiciata)
---	---	---	-----------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

9	Posizione in passé tenuta 2" e chiusura in Relevé	1/2 giro (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé
---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

10	se all'estremità della trave	Battuta a ppu + se	Battuta a ppu + Salto pennello r	Rondata con appoggio delle mani all'estremità della trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave
----	------------------------------	--------------------	----------------------------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Punt MAX															
----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Legenda:

a=avanti d=dietro H=laterale F=raccolto k=carpiato f=fleso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite se=salto in estensione al=fasce longitudinale pt=posizione trasversale ppu=piedi pari uniti

Ogni ginnasta può scegliere liberamente su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore massimo eseguibile nel proprio Livello.

Gare Individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello. Il movimento non verrà assegnato.

Gare di Squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui parteciperà la squadra.

Movimenti con ampiezza in gradi. La ginnasta effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. Esempio: ginnasta del Livello LB3 - LB esegue riga 7 Enj (apertura 180°) (G 0,70) si vedrà riconoscere Enj (apertura 90°) (E 0,50).

LA3

LB3-LB

LC3-LC

LD3-LD



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile

PT-FGI CORPO LIBERO

Società: **SEBINA** Nome: **Alberta Rebecca** Anno di Nascita: **2005** Categoria: **S1** Livello: **LC** Data: _____

VALORE:	A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	L 1,00
RIGHE OBBLIGATORIE										
1	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d + rim	Capovolta d alla Verticale a braccia Piegate	Capovolta d alla Verticale a braccia Tese	Rondata + flic d + rim	Rondata (anche con flic) + Salto d r Salto d k	Ribaltata + Salto a r	Rondata (anche con flic) + Salto d t	Rondata (anche con flic) + salto d t con 1 giro (360°)
2	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a	Ribaltata 1 g Ribaltata ppu	Ribaltata 1 g + rim	Ruota senza mani	Salto a r	Ribaltata + Salto a r	Salto a t (anche con la Ribaltata)	Salto a t con 1 giro (360°) (anche con la Ribaltata)
3	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	Ribaltata 1 g + Ruota	Ribaltata 1 g + Ribaltata 1 g	Ribaltata 1 g + Rondata ppu + rim	Ribaltata 1 g + Ribaltata ppu + rim	Salto a r + Salto a r (anche con la Ribaltata)	Salto a t + Salto a r (anche con la Ribaltata)
4	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d + rim		ppu flic d smezzato	Rovesciata d + flic smezzato	Rondata + flic + rim	Rondata + 2 flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + Salto d r Salto d k Salto d t
5		Capovolta a + se Capovolta d + se	Verticale + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	ppu Presalto + Rondata + salto divaricato	ppu Presalto + Rondata + Sissone	ppu Flic d + salto divaricato	ppu Flic d + Enj sul posto	ppu Flic d + ppu Flic d + Sissone	ppu Presalto Rond + salto d raccolto + rim
6	1/2 giro (180°) in passé	1/2 giro (180°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba		1 giro (360°) in passé	1 giro (360°) in passé + passo a g tesa e stancio g a (tutto in releve)	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba		1 giro (360°) in passé + passo 1 giro (360°) in passé sull'altra gamba	Enjambee con Cambio + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	2 giri (720°) in passé
7	Chassé + Salto del Gatto	Chassé + Storbiciata a gambe tese		Enjambee + Salto del Gatto	Enjambee + Enjambee	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con Cambio + Salto del Gatto	Enjambee con Cambio + Enjambee	Enjambee con Cambio + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con Cambio + Johnson
8	1/2 giro (180°) con g libera tesa a 45°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 135°)		1/2 giro (180°) con g libera tesa a 90°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 180°)	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°		1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 135°)		1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 180°)
9	Salto del gatto	Storbiciata a gambe tese	salto del gatto con 1/2 giro (180°)	Enjambee gatto con 1 giro (360°)	Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Johnson		Salto girato	Enjambee ad Anello	Enj. Cambio con 1/2 giro (180°)
10	se Salto f	se con 1/2 giro (180°)	Salto f con 1/2 giro (180°)	Enj sul posto divaricato (apertura 90°)	Salto divaricato se con 1 giro (360°)	Enj sul posto divaricato (apertura 180°)	Salto Cosacco con 1/2 giro (180°)	Salto Div. Con 1/2 giro (180°)	Enj sul posto con 1/2 giro (180°)	Salto Div. con 1 giro (Popa)
Punt.MAX										

Legenda: a = avanti d = dietro r = raccolto k = cangiato t = teso g = gamba ppu = piedi pari uniti rim = rimbalzo Enj = Enjambee se = salto in estensione

Obbligatorio eseguire righe 1-2-3, pen. p.0,50 per ogni riga non eseguita. Ogni ginnasta può scegliere su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore max proprio Livello. Gare Individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello movimento non verrà assegnato. Gare di Squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui parteciperà la squadra. Nelle "serie" no consentito l'invitare edo modificare l'ordine degli elementi. I salti ginn. spinta 1 a 1 piede no uguali a quelli del Pas. max 2 volte se contenuto in combn. in celle diverse. Dove non specificato: gi. Enj. il Salto Div. e il Sissone sono con apertura 180°, gi. Enj. sono spinta a 1 piede, il Flic Flac e a gambe unite. Movimenti con ampiezza in gradi, se la ginnasta effettua un mov. con gradi d ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi d ampiezza del suo Livello di appartenenza. (Vedi Esempio pag. 1 nota 6).

LA3 LB3-LB LC3-LC LD3-LD



PT-FGI SILVER 2021 **Ginnastica Artistica Femminile**



PARALLELE

Società: SEAVIVA		Nome: Alberta Rebecca		Anno di Nascita: 2005	Categoria: S1	Livello: LC	Data:		
VALORE:	A 0,30	B 0,40	C 0,50	D 0,60	E 0,70	F 0,80	G 0,90	H 1,00	
RIGA Entrate	1	St. Entrata: Salutare art	St. Entrata: capovolta d art (partenza libera)	St. Entrata: capovolta d art partenza ppu	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea	St. Kippe infilata 2 g tese	St. Kippe infilata 2 g tese	Kippe SS
RIGA	2	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata	Giro addominale d	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio slancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Tempo di capovolta (-0)	Tempo di capovolta (-45°)	Tempo di capovolta (più)
RIGA	3	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Da riti St: saltare e sospen	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio (per portarsi SS)
RIGA	4	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Da riti St: saltare e sospen	Da riti St: saltare art allo SS	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio) (per portarsi SS)
RIGA	5	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Da riti St: saltare e sospen	Da riti St: saltare art allo SS	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio) (per portarsi SS)
RIGA	6	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	SS: Dall'appoggio discesa in avanti alla sospensione	Da riti St: saltare e sospen	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti St: saltare art allo SS	Slancio d gu (piedi sotto staggio) (per portarsi SS)
RIGA	7	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Giro addominale a g piagate (ochelva)	Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro addominale a g teso (ochelva)	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro addominale a g teso (ochelva)
RIGA	8	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Giro d con 2 g infilata	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Giro d con 2 g infilata
RIGA	9	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Fucis (Discesa in sosp. SI)	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Giro a con 2 g infilata	Basculi con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Giro a con 2 g infilata
RIGA	10	Dall'app.: St. Slancio d e arrivo a terra di fronte allo staggio	Dall'oscillaz. SS abbandonare d le Impugnatura arrivo in piedi	Posa successiva dei piedi sullo staggio e gd e uscita in Fioretto	Fioretto gu	Fioretto gd	Fioretto con 1/2 giro	Fioretto con 1/2 giro	Fioretto con 1/2 giro
Punt.MAX			LB		LC		LD		

Legenda: a=avanti d=dietro L=laterale k=carpiato t=teso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite ppu=piedi pari uniti SS=staggio superiore St=staggio inferiore art=all'appoggio rito frontale -O=sotto l'orizz. -45=sotto i 45° dalla Vert. +45=sopra i 45° dalla Vert.

Le celle uguali possono essere ripetute ma verranno conteggiate una sola volta. Le Kippe possono essere conteggiate al massimo una volta allo St e una allo SS.

Ogni ginnasta può scegliere su ogni riga la cella da eseguire ma il valore della stessa, se superiore, verrà riportato al valore max. di ogni Livello



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile

PARALLELE

Società: **SEGINA** Nome: **Belotti Verina**

Anno di Nascita: **2004** Categoria: **S1** Livello: **CE** Data:

VALORE:	A 0,30	B 0,40	C 0,50	D 0,60	E 0,70	F 0,80	G 0,90	H 1,00
RIGA Entrate	St. Entrate: Saltare art	St. Entrate: capovolta d art (partenza libera)	St. Entrate: capovolta d art partenza ppu	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea	St. Kippe infilata 1 g tesa	St. Kippe infilata 2 g tesa	Kippe SS
RIGA 2	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata		<u>Giro addominale d</u>	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	Tempo di capovolta (-O)	Tempo di capovolta (-45°)	Tempo di capovolta (piu)
RIGA 3	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Da ritti St. saltare alla sospensione e SS	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	Giro di panti d a gambe piegate	Giro di panti d a gu e tesa dall'inizio alla fine del giro	Foretto e stacco con presa allo SS
RIGA 4	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Da ritti St. saltare alla sospensione e SS	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	Stancio dietro gd a corpo squadrato (-45°)	Stancio dietro gd a corpo squadrato (-45°)	Stancio dietro gd a corpo squadrato (-45° o piu)
RIGA 5	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Da ritti St. saltare alla sospensione e SS	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45° o piu)
RIGA 6	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	SS: Dall'appoggio discesa in avanti alla sospensione	Da ritti St. saltare alla sospensione e SS	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: Mezza volta di petto	SS: Mezza volta di petto	Granvoluta di petto
RIGA 7	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Fucks (D) discesa in sosp. SI)	Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Kippe infilata 1 g tesa	SS: Mezza volta di petto	Kippe SS: Mezza volta di petto
RIGA 8	Dall'app.: con 2 g tesa infilata 1/2 giro e arrivo in art	Basculle con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Fucks (D) discesa in sosp. SI)	Basculle con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro d con 2 g infilata	Giro d in appoggio a gd (-45°)	Kippe SS: Mezza volta di petto
RIGA 9	Dall'app.: con 2 g tesa infilata 1/2 giro e arrivo in art	Basculle con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Fucks (D) discesa in sosp. SI)	Basculle con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Basculle a 2 g tesa infilata	Giro a in appoggio a gd (-45°)	Giro a in appoggio a gd (-45°)	Kippe SS: Mezza volta di petto
RIGA 10	Dall'app.: St. Stancio d e arrivo a terra di fronte allo staggio	Dall'oscillaz. SS abbandonare d le impugnature arrivo in piedi	Posa successiva dei piedi sullo staggio a gd e uscita in Foretto	Foretto gu	Foretto gd	Foretto con 1/2 giro		
Punt.MAX								

Legenda: a=avanti d=dietro L=laterale r=raccolto k=carpiato t=teso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite ppu=piedi part uniti SS=staggio superiore SI=staggio inferiore art=all'appoggio rito frontale -O=sotto forzi. -45=sotto i 45° dalla Vert. +45=sopra i 45° dalla Vert.

Le colle uguali possono essere ripetute ma verranno conteggiate una sola volta. Le Kippe possono essere conteggiate al massimo una volta allo SI e una allo SS.

Ogni ginnasta può scegliere su ogni riga la cella da eseguire ma il valore della stessa, se superiore, verrà riportato al valore max. di ogni Livello



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile



VOLTEGGIO

Società:

Sebina

Nome:

Belotti Letizia

Anno di Nascita

2005

Categoria

SA1

Livello

Ve

Data

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LA3

Valore Salto:	1,50	2,00	2,50	3,00	3,50
GRUPPI SALTI	A Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 40 cm. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LB3 - LB

Valore Salto:	3,00	3,50	4,00	4,50	5,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	B Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,40 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,40 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LC3 - LC

Valore Salto:	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	B Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LD3 - LD

Valore Salto:	7,00	7,50	8,00	8,50	9,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	B Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rondella in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondella in pedana + spina con arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,80 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)				

Tappeto supplementare: Tappeto (h. 0,40 mt., lungh. 1,50/2 mt., largh. 1 mt.) posto di traverso (distanza libera dal bordo del tappetone) + (con sovrapposto tappetino tipo "sarneige" se necessario)

Salti sui Tappetoni: TUTTI I SALTI PREVEDONO L'ARRIVO FERMATO. Per le penalità relative all'arrivo dei salti si fa riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore.



PT-FGI SILVER 2021



CORPO LIBERO

Società: **SEGINA** Nome: **Beluța Beluța** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **S1** Livello: **LC** Data:

VALORE:	A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	L 1,00
RIGHE OBBLIGATORIE										
1	Capovoltella d	Ruota	Rovesciata d	Capovoltella d alla verticale a braccia Piegate	Capovoltella d alla verticale a braccia Tese	Rondata + flic d + rim	Rondata (anche con flic) + Salto d r Salto d k		Rondata (anche con flic) + Salto d t	Rondata (anche con flic) + Salto d t con 1 giro (360°)
2	Capovoltella a	Verticale + capovoltella a	Rovesciata a	Ribaltata 1 g	Ribaltata ppu + rim	Ruota senza mani	Salto a r	Ribaltata + Salto a r	Salto a t (anche con la Ribaltata)	Salto a t con 1 giro (360°) (anche con la Ribaltata)
3	Capovoltella a	Verticale + capovoltella a	Rovesciata a	Verticale + 1 giro (360°)	Ruota	Ribaltata 1 g + Ribaltata 1 g	Ribaltata 1 g + Rondata ppu + rim	Ribaltata 1 g + Ribaltata ppu + rim	Salto a r + Salto a r (anche con la Ribaltata)	Salto a t + Salto a r (anche con la Ribaltata)
4	Capovoltella d	Ruota	Rovesciata d		ppu flic d smezziato	Rovesciata d + flic smezziato	Rondata + flic + rim	Rondata + 2 flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + Salto d r Salto d k Salto d t
5		Capovoltella a + se	Verticale + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	ppu Presalto + Rondata + salto divaricato	ppu Presalto + Rondata + Sissone	ppu Flic d + Enj sul posto	ppu Flic d + Enj sul posto		ppu Presalto Rond + salto d raccolto + rim
6	1/2 giro (180°) in passé	1/2 giro (180°) in passé	1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba	1 giro (360°) in passé	1 giro (360°) in passé + passo a g tesa e slancio g a (tutto in relevé)	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba		1 giro (360°) in passé + passo 1 giro (360°) in passé sull'altra gamba		2 giri (720°) in passé
7	Chassé + Salto del Gatto	Chassé + Storbiciata a gambe tese		Enjambee + Salto del Gatto	Enjambee + Enjambee	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee + Salto del Gatto	Enjambee con Cambio + Enjambee	Enjambee con Cambio + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con Cambio + Johnson
8	1/2 giro (180°) con g libera tesa a 45°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 135°)		1/2 giro (180°) con g libera tesa a 90°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 180°)		1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 135°)		1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 180°)
9	Salto del gatto	Sforbicciata a gambe tese	salto del gatto con 1/2 giro (180°)	Salto del gatto con 1 giro (360°)	Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con cambio	Johnson	Salto girato	Enjambee ad Anello	Enj. Cambio ad Anello
10	se Salto r	se con 1/2 giro (180°)	Sissone	Salto divaricato (apertura 90°)	se con 1 giro (360°)	Enj sul posto divaricato (apertura 180°)	Salto Div. Con 1/2 giro (180°)	Enj sul posto con 1/2 giro (180°)	Salto Div. con 1 giro (Popa)	Salto se con 2 giri (720°) con 1 giro (360°)

Legenda: a = avanti d = dietro r = raccolto k = carpiato t = teso g = gamba ppu = piedi pari uniti rim = rimbalzo Enj = Enjambee se = salto in estensione

Le celle uguali non possono essere ripetute

Obbligatorio eseguire righe 1-2-3; pen. p. 50 per ogni riga non eseguita. Ogni gimnasta può scegliere su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore max proprio Livello. **Gare Individuali:** gimnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello **Gare di Squadra:** ogni gimnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra.

Nelle "Serie" no consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi. I salti gimn. spinta a 1 piede max. 2 volte se contenuto in combin. in celle diverse.

Dove non specificato: gli Enj, il Salto Div. e il Sissone sono con apertura 180°, gli Enj. sono spinta a 1 piede. Il Flic Flac e a gambe unite.

Movimenti con ampiezza in gradi: se la gimnasta effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. (Vedi Esempio pag. 1 nota 6).



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile



TRAVE

Società: **SEGINA**

Nome: **Beluța Vetură**

Anno di Nascita: **2004**

Categoria: **SN**

Livello: **LC**

Data:

VALORE:	A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	L 1,00
RIGHE OBBLIGATORIE										
1	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Candela: partenza da piedi e ritorno in piedi	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Ponte Ponte + rovesciata d	Verticale in divaricata sagittale		Rovesciata d	Rovesciata d (partenza da seduti)	Fic d smezzato o unito	Salto d r
2	Posizione seduta: distendersi supini e ritorno	Posiz. accosciata: spinta ppu elevarsi il bacino verso la verticale	Capovolta d (partenza-arrivo liberi)	Verticale di slancio con cambio di g (sfiorbicata)	Tic Tac con slancio (unite le g in verticale)	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale ritta gu (tenuta 2")	Rondata	Ruota Ribaltata senza mani senza mani
3	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Slancio non in verticale con cambio di g (sfiorbicata)	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Verticale di slancio con cambio di g (sfiorbicata)	Verticale di slancio divaricata (unite le g in verticale)	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale ritta gu (tenuta 2")	Fic d smezzato o unito	Salto Ruota Ribaltata senza mani
4a	Entrata in punta alla Trave con un passo in arabesque	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi framezzo	Entrata in squadra divaricata	Entrata in squadra divaricata (2")	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Entrata framezzo alla seduta	Entrata in arabesque in punta alla trave	Entrata in capovolta a in punta alla trave		Verticale d'impostazione
4b	Passaggio laterale di una g e arrivo a cavallo della trave a gd		Entrata in squadra divaricata	Entrata in squadra divaricata (2")	Capovolta d sotto la trave	Entrata framezzo alla seduta	Eni, Sul posto + se	Eni, Sul posto + se		
5	se + se	Salto del gatto + se	se + salto raccolto	Sissone + se		Eni, Sul posto + se	Eni + se	Sissone + Eni + Salto Raccolto	Eni sul posto + Sissone	Eni + (Sissone o Salto del Cosacco)
6	Salto del Gatto	Sforbicata g tesse	Enjambee (apertura 90°)	Enjambee (apertura 90°) arrivo in arabesque	Enjambee (apertura 90°) sul posto	Salto del Gatto con 1/2 giro (180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°) arrivo in arabesque		Enjambee con cambio di gamba
7	se	Salto Raccolto	se con 1/2 giro (180°)	Enjambee (apertura 90°) anche in pt	Enjambee (apertura 90°) anche in pt	Sissone	Enjambee (apertura 180°)	Cosacco se con 1/2 giro (180°)	Enjambee sul posto (ap. 180°) in pt	Enjambee sul posto con 1/2 g (180°)
8	Chassè destro + chassè sinistro (o viceversa)	Candela + se (partenza da in piedi)	Capovolta avanti + se	Chassè + Verticale di slancio con cambio di g (sfiorbicata)	Chassè + Verticale di slancio con cambio di g (sfiorbicata)	Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (sfiorbicata)	Verticale di slancio (unite di in vert) + se	Verticale in divaricata sagittale + se	Salto del gatto + Ruota	Rovesciata a + se
9	Posizione in passé tenuta 2" e chiusura in Relevè	Posizione su 1 piede g tesa a +45° tenuta 2" e chiusura in Relevè	1/2 giro (180°) su due piedi in Relevè	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevè + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevè	1/2 giro (180°) in passé	1/2 giro (180°) con gamba libera tesa a +45°	1 giro (360°) in passé	1/2 giro (180°) su un'avampiede + passo 1/2 giro (180°) sull'altro	1/2 giro (180°) gamba libera tesa a 90°	1 giro (360°) con gamba libera tesa a +45°
10	se all'estremità della trave	Battuta a ppu + se	Battuta a ppu + Salto pennello r	Battuta a ppu + Salto Divaricato	Rondata con appoggio delle mani all'estremità della trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	solo Trave h. 125 cm Salto a r (spunta 2 piedi) da fermo	Ruota sulla Trave + se	Rondata sulla Trave + se	solo Trave h. 125 cm Rondata + Salto
Punt.MAX	LA3									
Legenda:	LA3									
Legend:	LB3-LB									
Legend:	LC3-LC									
Legend:	LD3-LD									

Ogni gimnasta può scegliere liberamente su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore massimo eseguibile nel proprio Livello.

Gare Individuali: gimnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello. **Il movimento non verrà assegnato.**

Gare al Squadra: ogni gimnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv.Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra.

Movimenti con ampiezza in gradi: la gimnasia effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. Esempio: gimnasta del Livello LB3 - LB esegue riga 7 (Eni) (apertura 180°) (S 0,70) si vedrà riconoscere Eni (apertura 90°) (E 0,50).



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile



PARALLELE

Società: **SEBINA** Nome: **Gianluca Chiodera**

Anno di Nascita: **2005**

Categoria: **SA**

Livello: **LC**

Data: **H 1,00**

VALORE:	A 0,30	B 0,40	C 0,50	D 0,60	E 0,70	F 0,80	G 0,90	H 1,00
RIGA Entrate	St. Entrate: saltare arf	St. Entrate: capovolta d arf (partenza libera)	St. Entrate: capovolta d arf (partenza ppu)	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	St. Kippe infilata 1 g in presa poplitea	St. Kippe infilata 1 g tesa	St. Kippe infilata 2 g tesa	Kippe SS
RIGA 2	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in arf con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in arf con g infilata		<u>Giro addominale d</u>	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	Tempo di capovolta (-O)	Tempo di capovolta (45°)	Tempo di capovolta (più)
RIGA 3	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in arf con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in arf con g infilata	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti SI: saltare alla sospensione e SS	Da riti SI: saltare arf allo SS	Giro di pianta d a gambe piegate	Giro di pianta d a gambe e tesa dall'inizio alla fine del giro	Foretto e stacco con presa allo SS
RIGA 4	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano arf	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano arf	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti SI: saltare alla sospensione e SS	Da riti SI: saltare arf allo SS	Slancio dietro gd a corpo quadrato (-O)	Slancio dietro gd a corpo quadrato (-45°)	Slancio dietro gd a corpo quadrato (45° o più)
RIGA 5	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano arf	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano arf	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti SI: saltare alla sospensione e SS	Da riti SI: saltare arf allo SS	Slancio dietro gu (-O)	Slancio dietro gu (-45°)	Slancio dietro gu (45° o più)
RIGA 6	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	Da riti SI: saltare alla sospensione e SS	Da riti SI: saltare arf allo SS	SS: Mezza volta di petto		Granvolta di petto
RIGA 7	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Slancio d gu (piedi sotto staggio)	Da riti SI: saltare alla sospensione e SS	Da riti SI: saltare arf allo SS	Kippe infilata 1 g tesa	SS: Mezza volta di petto	Infilata a 2 g e stacco - anche presa dalla Basecula
RIGA 8	Dall'app.: con 2 g tesa infilata 1/2 giro e arrivo in arf	Dall'app.: con 2 g tesa infilata con risaltata in presa poplitea con oscillazione	Fuoks: (Discesa in sosp. SI)	Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	Kippe infilata 1 g in presa poplitea	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (-O)	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (-45°)	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (45° o più)
RIGA 9	Dall'app.: con 2 g tesa infilata 1/2 giro e arrivo in arf	Dall'app.: con 2 g tesa infilata con risaltata in presa poplitea con oscillazione	Fuoks: (Discesa in sosp. SI)	Giro a con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Bascula con 1 g infilata con risaltata in presa poplitea	Giro a in appoggio a gd (Endo) con apertura d (-O)	Giro a in appoggio a gd (Endo) con apertura d (-45°)	Giro a in app. appoggio a gd (Endo) con apertura d (45° o più)
RIGA 10	Dall'app.: St. Slancio d arrivo a terra di fronte allo staggio	Dall'oscillaz. SS abbandonare d le impugnature arrivo in piedi	Posa successiva dei piedi sullo staggio a gd e uscita in Foretto	Foretto gu	Foretto gd	Dall'oscillaz. SS in sospensione: Salto d r	Salto d r	Salto d k

Leggenda: a=avanti d=dietro L=laterale T=tacco K=carpiato T=teso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite ppu=piedi part uniti SS=staggio superiore SI=staggio inferiore arf=all'appoggio rito frontale -O=sotto l'orizz. -45°=sotto i 45° dalla Vert. +45°=sopra i 45° dalla Vert.



PT-FGI SILVER 2021 **Ginnastica Artistica Femminile**



VOLTEGGIO

Società:

Sebina

Nome:

Gianotti Claudia

Anno di nascita:

2005

Categoria:

S1

Livello:

Lc

Data:

LA3		1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore	
Valore Salto:	1,50	2,00	2,50
GRUPPI SALTI	A Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 40 cm. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		
Valore Salto:	3,00	3,50	4,00
GRUPPI SALTI	A Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 40 cm. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		
Valore Salto:	4,50	5,00	
GRUPPI SALTI	A Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 40 cm. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		

LB3 - LB		1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore	
Valore Salto:	3,00	3,50	4,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,40 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,40 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)		
Valore Salto:	5,00	6,00	6,50
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		
Valore Salto:	7,00		
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		

LC3 - LC		1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore	
Valore Salto:	7,00	7,50	8,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		
Valore Salto:	8,50	9,00	
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")		

LD3 - LD		1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore	
Valore Salto:	7,00	7,50	8,00
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,80 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)		
Valore Salto:	8,50	9,00	
GRUPPI SALTI	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,80 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)		

Tappeto supplementare: Tappeto (h. 0,40 mt., lung. 1,50/2 mt., largh. 1 mt.) posto di traverso (distanza libera dal bordo del tappetone) + (con sovrapposto tappetino tipo "sarneige" se necessario)

Salti sui Tappetoni: TUTTI I SALTI PREVEDONO L'ARRIVO FERMATO. Per le penalità relative all'arrivo dei salti si fa riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore.



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile



CORPO LIBERO

Società: **SEBINA**

Nome: **Giametta Claudia**

Anno di Nascita: **2005**

Categoria: **S1**

Livello: **LC**

Data: **LC**

VALORE:	A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	L 1,00
RIGHE OBBLIGATORIE										
1	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d Rondata + rim	Capovolta d alla Verticale a braccia Piegate	Capovolta d alla Verticale a braccia Tese	Rondata + flic d + rim	Rondata (anche con flic) + Salto d r Salto d k	Ribattata + Salto a r	Rondata (anche con flic) + Salto d t	Rondata (anche con flic) + salto d t con 1 giro (360°)
2	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a	Ribattata 1 g Ribattata ppu	Ribattata ppu + rim	Ruota senza mani	Salto a r	Ribattata + Salto a r	Salto a t (anche con la Ribattata)	Rondata (anche con flic) + salto d t con 1 giro (360°)
3	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a Verticale +1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	Ruota	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Rondata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Salto a r + Salto a r (anche con la Ribattata)	Salto a t + Salto a r (anche con la Ribattata)
4	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d Rondata + rim		ppu flic d smezzato	Rovesciata d + flic + flic + rim	Rondata + flic + rim	Rondata + 2 flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + rim	Rond. + salto tempo + flic + Salto d r Salto d k Salto d t
5		Capovolta a + se Capovolta d + se	Verticale + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	Rondata + salto divaricato	ppu Presalto + Rondata + Enj sul posto Sissone	ppu Flic d + salto divaricato	ppu Flic d + Enj sul posto ppu Flic d + Sissone		ppu Presalto Rond + salto d raccolto + rim
6	1/2 giro (180°) in passè	1/2 giro (180°) in passè + passo 1/2 giro (180°) in passè sull'altra gamba		1 giro (360°) in passè	1 giro (360°) in passè + passo a g tesa e slancio g a (tutto in relevè)	1 giro (360°) in passè + passo 1/2 giro (180°) in passè sull'altra gamba		1 giro (360°) in passè + passo 1 giro (360°) in passè sull'altra gamba		2 giri (720°) in passè
7	Chassè + Salto del Gatto	Chassè + Storbiciata a gambe tese		Enjambee + Salto del Gatto	Enjambee + Enjambee	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con Cambio + Salto del Gatto	Enjambee con Cambio + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con Cambio + Enjambee con 1/2 giro (90°)	Enjambee con Cambio + Johnson
8	1/2 giro (180°) con g libera tesa a 45°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 135°)		1/2 giro (180°) con g libera tesa a 90°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 180°)	1 giro (360°) in passè	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) in passè impugnando g lib. (apertura 135°)		1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 180°)
9	Salto del gatto	Storbiciata a gambe tese	Fouette con salto del gatto con 1/2 giro (180°) Archeque	Salto del gatto con 1 giro (360°)	Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con cambio	Johnson	Salto girato	Enjambee ad Anello (180°)	Enj. Cambio con 1/2 giro (180°) ad Anello
10	se Salto r	se con 1/2 giro (180°)	Sissone Cosacco	Enj sul posto divaricato (apertura 90°)	se con 1 giro (360°)	Enj sul posto divaricato (apertura 180°)	Salto Div. Con 1/2 giro (180°)	Enj sul posto con 1/2 giro (180°)	Salto Div. con 1 giro (Popa)	Salto cosacco con 1 giro
Punt.MAX										

LA3

LB3-LB

LC3-LC

LD3-LD

Legenda: a = avanti d = dietro r = raccolto k = capriato t = teso g = gamba ppu = piedi pari uniti rim = rimbalzo Enj = Enjambee se = salto in estensione

Le celle uguali non possono essere ripetute

Obbligatorio eseguire righe 1-2-3, pen. p.0,50 per ogni riga nella cella da effettuare rispettando il valore max proprio Livello. Movimenti con ampiezza in gradi: se la ginnasta effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. (Vedi Esempio pag. 1 nota 6).

Gare Individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello il movimento non verrà assegnato.

Gare di Squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra.

Nelle "Serie" no consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi.

I salti gimn. spinta a 1 piede max 2 volte se contenute in combin. in celle diverse.

Dove non specificato: gli Enj, il Salto Div. e il Sissone sono con apertura 180°, gli Enj. sono spinta a 1 piede. Il Flic e il Flic è a gambe unite.



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile



TRAVE

Società: **SEBINA**

Nome: **Gianola**

Claudia

Anno di Nascita: **2003**

Categoria: **SN**

Livello: **LC**

Data:

VALORE:

A 0,10

B 0,20

C 0,30

D 0,40

E 0,50

F 0,60

G 0,70

H 0,80

I 0,90

L 1,00

RIGHE OBBLIGATORIE

1	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Candela: partenza da piedi e ritorno in piedi	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Ponte Ponte + rovesciata di sagittale	Verticale in divaricata sagittale	Rovesciata d	Rovesciata d (partenza da seduti)	Fic d smezziato o unito	Salto d r
2	Posizione seduta: distendersi supini e ritorno	Posiz. accosciata: spinta ppu elevare il bacino verso la verticale	Capovolta d (partenza-arrivo liberi)	Verticale di slancio con cambio di g (storbiata)	Tic Tac con partenza a (unite le g in verticale)	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Rondata	Ruota Ritallata senza mani senza mani
3	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Slancio non in verticale con cambio di g (storbiata)	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Verticale di slancio con cambio di g (storbiata)	Verticale di slancio (unite le g in verticale)	Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Fic d smezziato o unito	Salto Ritallata d r senza mani

4a	Entrata in punta alla Trave con un passo in arabesque	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi framezzo	Entrata in squadra divaricata	Entrata in squadra divaricata (2°)	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Entrata framezzo alla seduta	Entrata in arabesque in punta alla trave	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Verticale d'impostazione
4b	Passaggio laterale di una g e arrivo a cavallo della trave a gd	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi framezzo	Entrata in squadra divaricata	Entrata in squadra divaricata (2°)	Capovolta d sotto la trave	Entrata framezzo alla seduta	Entrata in arabesque in punta alla trave	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Verticale d'impostazione

5	se + se	Salto del gatto + se	se + salto raccolto	Sissonne + se	Eni Sul Cosacco + se	Eni Sul Cosacco + se	Eni Sul Cosacco + se	Eni sul posto + Sissonne	Eni sul posto + Salto del Cosacco
----------	---------	----------------------	---------------------	---------------	----------------------	----------------------	----------------------	--------------------------	-----------------------------------

6	Salto del Gatto	Storbiata g tesse	Enjambee (apertura 90°)	Enjambee (apertura 90°) arrivo in arabesque	Salto del Gatto con 1/2 giro (180°)	Enjambee (apertura 180°)	Enjambee (apertura 180°) arrivo in arabesque	Enjambee (apertura 180°) arrivo in arabesque	Enjambee con cambio di gamba
----------	-----------------	-------------------	-------------------------	---	-------------------------------------	--------------------------	--	--	------------------------------

7	se	Salto Raccolto	se con 1/2 giro (180°)	Enjambee (ap. 90°) anche in pt	Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (storbiata)	Sissonne	Enjambee (apertura 180°)	Cosacco se con 1 giro (360°)	Enjambee sul posto (ap. 180°) in pt	Salto Divaricato (apertura 180°) in pt	Enjambee sul posto con 1/2 g (180°)
----------	----	----------------	------------------------	--------------------------------	--	----------	--------------------------	------------------------------	-------------------------------------	--	-------------------------------------

8	Chassé destro + chassé sinistro (o viceversa)	Candela + se (partenza da in piedi)	Capovolta avanti + se	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (storbiata)	Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (storbiata)	Verticale di slancio (unite g in vert.) + se	Verticale in divaricata sagittale + se	Salto del gatto + Ruota	Verticale in divaricata sagittale +	Eni sul posto Sissonne Cosacco	Rovesciata a + se	Rovesciata d + se
----------	---	-------------------------------------	-----------------------	---	--	--	--	-------------------------	-------------------------------------	--------------------------------	-------------------	-------------------

9	Posizione in passé tenuta 2° e chiusura in Relevé	Posizione su 1 piede g tesa a +45° tenuta 2° e chiusura in Relevé	1/2 giro (180°) su due piedi in relevé	1/2 giro (180°) in passé su 2 piedi in relevé	1/2 giro (180°) con gamba libera tesa a +45°	1 giro (360°) in passé	1/2 giro (180°) su un aiutapiede + passo 1/2 giro (180°) sull'altro	1/2 giro (180°) su un aiutapiede + passo 1/2 giro (180°) sull'altro	1/2 giro (180°) gamba libera tesa a 90°	1 giro (360°) con gamba libera tesa a +45°	solo Trave h. 125 cm	Rondata + Salto
----------	---	---	--	---	--	------------------------	---	---	---	--	----------------------	-----------------

10	se all'estremità della trave	Battuta a ppu + se	Battuta a ppu + Salto pannello r	Rondata con appoggio delle mani all'estremità della trave	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave	Salto a r (ap. 180°) da fermo	Ruota sulla Trave + se	Rondata sulla Trave + se	solo Trave h. 125 cm	Rondata + Salto	d r	d k	d t
-----------	------------------------------	--------------------	----------------------------------	---	--	-------------------------------	------------------------	--------------------------	----------------------	-----------------	-----	-----	-----

PuntMAX **LA3** **LB3-LB** **LC3-LC** **LD3-LD**

Legend: **a**=avanti **d**=dietro **H**=laterale **F**=raccolto **k**=carpiato **t**=teso **g**=gambe **gd**=gambe divaricate **gu**=gambe unite **se**=salto in estensione **al**=asse longitudinale **pt**=posizione trasversale **ppu**=piedi pari uniti

Ogni ginnasta può scegliere liberamente su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore massimo eseguibile nel proprio Livello.

Gare Individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello. Il movimento non verrà assegnato.

Gare di Squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra.

Movimenti con ampiezza in gradi: la ginnasta effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. Esempio: ginnasta del Livello LB3 - LB esegue riga 7 [Enj] (apertura 180°) (G, 0,70) si vedrà riconosciuta [Enj] (apertura 90°) (E, 0,50).



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile

PARALLELE

Società: **SEGIMA**

Nome: **Giamara Maruwa**

Anno di Nascita: **2005**

Categoria: **S1**

Livello: **LC**

Data: **H 1,00**

VALORE:

A **0,30**

B **0,40**

C **0,50**

D **0,60**

E **0,70**

F **0,80**

G **0,90**

H **1,00**

RIGA	1	St: Entrata: Saltare art	St: Entrata: capovolta d art (partenza libera)	St: Entrata: capovolta d art partenza piu	St: Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	St: Kippe infilata 1 g in presa poplitea	St: Kippe infilata 1 g tesa	St: Kippe infilata 2 g tesa	St: Kippe infilata 2 g tesa	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SS
------	---	--------------------------	--	---	---	--	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	----------	----------	----------

RIGA	2	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Tempo di capovolta (-45°)	Tempo di capovolta (-45°)	Tempo di capovolta (piu)	(45° o
------	---	--	--	--	--	---	--	---------------------------	---------------------------	--------------------------	--------

RIGA	3	Dall'app.: passaggio L di 1 g senza salto di mano arrivo in art con g infilata	Dall'app.: passaggio L di 1 g con salto di mano arrivo in art con g infilata	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Giro di pianta d a gambe piegate	Giro di pianta d a gu e tesa dall'inizio alla fine del giro	Stancio dietro gu a corpo squadrato (-45°)	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu a corpo squadrato (-45° o piu)
------	---	--	--	------------------------------------	--	---	--	----------------------------------	---	--	--------------------------	--

RIGA	4	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45° o piu)	Stancio dietro gu (45° o piu)
------	---	--	--	------------------------------------	--	---	--	--------------------------	--------------------------	--------------------------------	-------------------------------

RIGA	5	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g senza salto di mano art	Dall'app.: passaggio L di ritorno di 1 g con salto di mano art	Stancio d gu (piedi sotto staggio)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45°)	Stancio dietro gu (-45° o piu)	Stancio dietro gu (45° o piu)
------	---	--	--	------------------------------------	--	---	--	--------------------------	--------------------------	--------------------------------	-------------------------------

RIGA	6	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	SS: Mezza volta di petto	SS: Mezza volta di petto	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SS
------	---	---	---	---	---	---	--	--------------------------	--------------------------	----------	----------	----------

RIGA	7	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	Dall'app.: con 1 g tesa infilata 1/2 giro	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio stancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SS
------	---	---	---	---	---	---	--	----------	----------	----------	----------	----------

RIGA	8	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Bascule con 1 g infilata in presa poplitea	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro d con 2 g inflatate	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SS
------	---	---	---	--	--	--	--------------------------	----------	----------	----------	----------	----------

RIGA	9	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Dall'app.: con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in art	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro d con 2 g inflatate	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SI	Kippe SS
------	---	---	---	--	---	--	--------------------------	----------	----------	----------	----------	----------

RIGA	10	Dall'app.: St: Stancio d e arrivo a terra di fronte allo staggio	Dall'oscilaz. SS abbandonate e le impugnature arrivo in piedi	Posa successiva dei piedi sullo staggio a gd e uscita in Foreto	Fioretto gu	Fioretto gd	Fioretto con 1/2 giro	Dall'oscilaz. SS in sospensione: Salto d r	Salto d r	Salto d k	Salto d r	Salto d k	Salto d teso
------	----	--	---	---	-------------	-------------	-----------------------	--	-----------	-----------	-----------	-----------	--------------

Punt.MAX	LB	LC	LD
----------	----	----	----

Legenda: a=avanti d=dietro L=laterale F=raccolto k=campato t=teso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite ppu=piedi pari uniti SS=staggio superiore St=staggio inferiore art=all'appoggio rito frontale -O=scolto l=orizz. -45=scolto 145° dalla Vert. +45=sopra 145° dalla Vert.

Le celle uguali possono essere ripetute ma verranno conteggiate una sola volta. Le Kippe possono essere conteggiate al massimo una volta allo St e una allo SS.

Ogni ginnasta può scegliere su ogni riga la cella da eseguire ma il valore della stessa, se superiore, verrà riportato al valore max. di ogni Livello

**PT-FGI SILVER 2021****Ginnastica Artistica Femminile****VOLTEGGIO**

Società:

SERINA

Nome:

Gianotti Martina

Anno di Nascita

2005

Categoria

S1

Livello

LC

Data

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LA3

Valore Salto:	1,50	2,00	2,50	3,00	3,50
GRUPPI SALT	A Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE arrivo a piedi pari uniti	Breve Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con divaricata Frontale arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 40 cm. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")				
Valore Salto:	3,00	4,00	4,50	5,00	
GRUPPI SALT	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti	RIBALTATA: posa delle mani Tapp. h. 80 cm, arrivo piedi pari uniti su Tapp. h. 40 cm.
Attrezzatura:	RONDATA (posa mani h. 80 cm e arrivo a piedi pari uniti su Tappeto h. 40 cm)				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LB3 - LB

Valore Salto:	3,00	3,50	4,00	4,50	5,00
GRUPPI SALT	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti	RIBALTATA: posa delle mani Tapp. h. 80 cm, arrivo piedi pari uniti su Tapp. h. 40 cm.
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,40 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,40 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LC3 - LC

Valore Salto:	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
GRUPPI SALT	A Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige")				
Valore Salto:	7,00	7,50	8,00	8,50	9,00
GRUPPI SALT	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti	RIBALTATA: posa delle mani Tapp. h. 120 cm, arrivo a piedi pari uniti su Tappetoni h. 80 cm.
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige" se necessario)				

1 o 2 salti a scelta (1 per gruppo) vale il migliore

LD3 - LD

Valore Salto:	7,00	7,50	8,00	8,50	9,00
GRUPPI SALT	A Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + arrivo supino	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RIBALTATA arrivo a piedi pari uniti	RIBALTATA: posa delle mani Tapp. h. 120 cm, arrivo a piedi pari uniti su Tappetoni h. 80 cm.
Attrezzatura:	Tappetoni altezza 0,80 mt. + (se necessario tappetino tipo "sarneige") o dove specificato Tappetoni altezza 0,80 mt. + Tappeto supplementare posto di traverso + (tappetino tipo "sarneige" se necessario)				

Tappeto supplementare: Tappeto (h. 0,40 mt., lung. 1,50/2 mt., largh. 1 mt.) posto di traverso (distanza libera dal bordo del tappetone) + (con sovrapposto tappetino tipo "sarneige" se necessario)

Salti sui Tappetoni: TUTTI I SALT I PREVEDONO L'ARRIVO FERMATO. Per le penalità relative all'arrivo dei salti si fa riferimento al Codice dei Punteggi Internazionale FIG in vigore.



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile

CORPO LIBERO

Società:

SEBINA

Nome:

Giansta Martina

Anno di Nascita

2005

Categoria

S1

Livello

LC

Data

VALORE:	A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	L 1,00
1	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d	Rondata + flic + rim	Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ruota	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Salto a r	Ribattata 1 g + Salto a r
2	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a	Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim
3	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a	Verticale + 1 giro (360°)	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim
4	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d	Verticale + 1 giro (360°)	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim
5	Capovolta a	Capovolta a + se	Capovolta d + se	Verticale + 1 giro (360°)	Ribattata 1 g + Ribattata 1 g	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim	Ribattata 1 g + Ribattata ppu + rim
6	1/2 giro (180°) in passe	1/2 giro (180°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1/2 giro (180°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1 giro (360°) in passe	1 giro (360°) in passe + passo a g tesa e slancio g a (tutto in relevé)	1 giro (360°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1 giro (360°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1 giro (360°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1 giro (360°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba	1 giro (360°) in passe + passo 1/2 giro (180°) in passe sull'altra gamba
7	Chassé + Salto del Gatto	Chassé + Storbiciata a gambe tese	Chassé + Storbiciata a gambe tese	Enjambee + Salto del Gatto	Enjambee + Enjambee	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee + Enjambee con 1/4 di giro (90°)
8	1/2 giro (180°) con g libera tesa a 45°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 135°)	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 135°)	1/2 giro (180°) con g libera tesa a 90°	1/2 giro (180°) impugnando g libera (apertura 180°)	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) con g libera tesa a 45°
9	Salto del gatto	Storbiciata a gambe tese	Storbiciata a gambe tese	Enjambee	Enjambee con 1/4 di giro (90°)	Enjambee con cambio	Enjambee con cambio	Enjambee con cambio	Enjambee con cambio	Enjambee con cambio
10	Salto r	Salto r con 1/2 giro (180°)	Salto r con 1/2 giro (180°)	Eni sul posto divaricato (apertura 90°)	Eni sul posto divaricato (apertura 90°)	Eni sul posto divaricato (apertura 180°)	Eni sul posto divaricato (apertura 180°)	Eni sul posto con 1/2 giro (180°)	Eni sul posto con 1/2 giro (180°)	Eni sul posto con 1/2 giro (180°)

Legenda: a = avanti d = dietro r = raccolto k = carpiato t = teso g = gamba ppu = piedi pari uniti rim = rimbalzo Enj = Enjambee se = salto in estensione Le celle uguali non possono essere ripetute

Obbligatorio eseguire righe 1-2-3; pen. p.0,50 per ogni riga non eseguita. Ogni ginnasta può scegliere su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore max proprio Livello. Il movimento non verrà assegnato. Gare individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello il valore max. del Livello in cui partecipa la squadra. Gare di squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra. Note "se" no consentito Invertire e/o modificare l'ordine degli elementi. I salti gini, spinta a 1 piede no uguali a quelli del Pass. max 2 volte se contenuto in combin. in celle diverse. Dove non specificato: gli Enj, il Salto Div. e il Sissone sono con apertura 180°, gli Enj. sono spinta a 1 piede, il Flic Flac è a gambe unite.

Movimenti con ampiezza in gradi: se la ginnasta effettua un mov. con grad. di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i grad. di ampiezza del suo Livello di appartenenza. (Vedi Esempio pag. 1 nota 6).



PT-FGI SILVER 2021

Ginnastica Artistica Femminile

TRAVE

Società: SEBINA

Nome: Gianna Maria

Anno di Nascita: 2005

Categoria: SN

Valore: A 0,10 B 0,20 C 0,30 D 0,40 E 0,50 F 0,60 G 0,70 H 0,80 I 0,90 L 1,00

Valore: A 0,10 B 0,20 C 0,30 D 0,40 E 0,50 F 0,60 G 0,70 H 0,80 I 0,90 L 1,00

Legenda:

RIGHE OBBLIGATORIE	1	2	3	4a	4b	5	6	7	8	9	10
Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Candela: partenza da piedi e ritorno in piedi	Posiz. accosciata: spinta ppu elevare il bacino verso la verticale	Slancio non in verticale con cambio di g (strobiciata)	Entrata in punta alla Trave con un passo in arabesque	Passaggio laterale di una g e arrivo a cavallo della trave a gd	se + se	Salto del Gatto	se	Chassé destro + chassé sinistro (o viceversa)	Posizione in passé tenuta 2" e chiusura in Relevé	se all'estremità della trave
Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Capovolta d (partenza-arrivo liberi)	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Entrata in squadra divaricata	Posa delle mani sulla Trave ed entrata ppu in appoggio con i piedi fremezzo	Salto del gatto + se	Enjambée (apertura 90°)	se con 1/2 giro (180°)	Candela + se (partenza da in piedi)	Posizione su 1 piede g tesa a +45° tenuta 2" e chiusura in Relevé	Battuta a ppu + se
Ponte	Ponte + rovesciata d	Verticale di slancio con cambio di g (strobiciata)	Verticale di slancio con cambio di g (strobiciata)	Entrata in squadra divaricata (2")	Entrata in squadra divaricata	se + se	Enjambée (apertura 90°) arrivo in arabesque	se con 1/2 giro (180°) in pt	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (strobiciata)	1/2 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	Battuta a ppu + Salto Divaricato
Verticale in divaricata sagittale	Verticale di slancio (unite le g in verticale)	Tic Tac con partenza a (unite le g in verticale)	Verticale di slancio (unite le g in verticale)	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Capovolta d sotto la trave	Sissone + se	Enjambée (apertura 90°) arrivo in arabesque	Enjambée sul posto Divaricato (ap. 90°) anche in pt	Salto Divaricato (ap. 90°) anche in pt	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (strobiciata)	Rondata con appoggio delle mani all'estremità della trave
Ruota	Ruota	Ruota	Ruota	Entrata fremezzo alla seduta	Entrata fremezzo alla seduta	Enj. Sul Cosacco + se	Enj. Sul Cosacco + se	Enj. Sul Cosacco + se	Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (strobiciata)	1/2 giro (180°) con gamba libera tesa a +45°	Verticale sul piano sagittale e uscita laterale alla trave
Rovesciata d	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Entrata in arabesque in punta alla trave	Entrata in arabesque in punta alla trave	Enj. Sul Salto Raccolto	Enj. Sul Salto Raccolto	Enjambée sul posto Divaricato (apertura 180°)	Verticale in divaricata sagittale + se	1 giro (360°) in passé solo Trave h. 125 cm	Salto a r. (apertura 2" da fermo)
Rovesciata d (partenza da seduti)	Verticale rita gu (tenuta 2")	Verticale rita gu (tenuta 2")	Verticale rita gu (tenuta 2")	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Entrata in capovolta a in punta alla trave	Sissone + Enj + Salto Raccolto	Sissone + Enj + Salto Raccolto	Cosacco se con 1 (180°) giro (360°)	Verticale in divaricata sagittale + Enj sul posto Sissone Cosacco	1/2 giro (180°) su un'amplicie + passo 1/2 giro (180°) sull'altro	Ruota sulla Trave + se
Flic d smezziato o unifo	Rondata	Rondata	Rondata	Flic d smezziato o unifo	Flic d smezziato o unifo	Enj sul posto + Sissone	Enj sul posto + Sissone	Enjambée sul posto (ap. apertura 180°) in pt	Verticale in divaricata sagittale + Enj sul posto Sissone Cosacco	1/2 giro (180°) gamba libera tesa a 90°	Rondata sulla Trave + se
Salto d r	Ruota Ritballata senza mani	Ruota Ritballata senza mani	Ruota Ritballata senza mani	Verticale d'impostazione	Verticale d'impostazione	Enj sul posto + Salto del Cosacco	Enj sul posto + Salto del Cosacco	Enjambée sul posto con 1/2 g (180°)	Rovesciata a + se	1 giro (360°) con g libera tesa a +45°	solo Trave h. 125 cm

Punt.MAX	LA3	LB3-LB	LC3-LC	LD3-LD
a=avanti d=dietro f=laterale f=raccolto k=carpiato t=leso g=gambe gd=gambe divaricate gu=gambe unite se=salto in estensione al=asse longitudinale pt=posizione trasversale ppu=piedi pari uniti	LA3	LB3-LB	LC3-LC	LD3-LD
ogni ginnasta può scegliere liberamente su ogni riga la cella da effettuare rispettando il valore massimo eseguibile nel proprio Livello.	E' obbligatoria l'esecuzione delle prime 3 righe della scheda (figa 1-2-3), per p.u.0,50 per ogni riga non eseguita.	Dove non specificato gli Enjambée, il Salto Divaricato e il Sissone sono con apertura di 180°. Dove non specificato gli Enjambée si intendono sprina ad 1 piede.	Chassis non possono essere ripetuti più volte se contenuti in combinazioni in celle diverse, eccetto la Verticale max. 2 volte (escluse entrata e uscita).	In ogni tipo di "serie" non è consentito ripetere e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella.
Gare Individuali: ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello. Il movimento non verrà assegnato.	Gare di Squadra: ogni ginnasta può eseguire max. 2 celle di 1 Liv. Sup. ma il loro valore verrà riportato al valore max. del Livello in cui partecipa la squadra.	Movimenti con ampiezza in grad: la ginnasta effettua un mov. con gradi di ampiezza non consentiti dal suo Liv. si assegnerà il movimento, se previsto, con i gradi di ampiezza del suo Livello di appartenenza. Esempio: ginnasta del Livello LB3 - LB esegue riga 7 [Enj. (apertura 180°) (G 0,70)] si vedrà riconoscere [Enj. (apertura 90°) (E 0,50)].		