



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile



CORPO LIBERO

Società: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO . A.** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **EA** Livello: **LD** 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 Rondata + rim	Capovolta d alla Verticale a braccia Piegata	Capovolta d alla Verticale a braccia Tese	Rondata + flic d + rim	Rondata (anche con flic) + <input checked="" type="checkbox"/> 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	Capovolta a	Verticale + capovolta a	Rovesciata a	Ribaltata 1 g Ribaltata ppu	Ribaltata ppu + rim	Ruota senza mani <input checked="" type="checkbox"/>	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 <input checked="" type="checkbox"/> Verticale + 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)	
RIGA	4	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d Rondata + rim		ppu flic d smezzato	Rovesciata d + flic smezzato <input checked="" type="checkbox"/> 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	
RIGA	5		Capovolta a + se Capovolta d + se	Verticale + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	ppu Presalto + Rondata + salto divaricato	ppu Presalto + Rondata + Enj sul posto ppu Presalto + Rondata + Sissonne	ppu Flic d + salto divaricato	ppu Flic d + Enj sul posto ppu Flic d + Sissonne		ppu Presalto Rond + salto d raccolto + rim	
RIGA	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 slancio g a (tutto in relevè)	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 <input checked="" type="checkbox"/>	
RIGA	7	Chassè + Salto del Gatto	Chassè + Sforbicata a gambe tese		Enjambeè + Salto del Gatto	Enjambeè + Enjambeè	Enjambeè + Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con Cambio + Salto del Gatto	Enjambeè con Cambio + Enjambeè	Enjambeè con Cambio + Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con Cambio + Johnson <input checked="" type="checkbox"/>	
RIGA	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°) con g lib. tesa a 90° <input checked="" type="checkbox"/> 1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 180°)	
RIGA	9	Salto del gatto	Sforbicata a gambe tese	salto del gatto con 1/2 giro (180°) Fouettè con arrivo in Arabesque	Enjambeè Salto del gatto con 1 giro (360°)	Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con cambio	Johnson	Salto girato	Enjambeè ad Anello Enj. Cambio con 1/2 giro (180°)	Enj. Cambio ad Anello Strug <input checked="" type="checkbox"/>	
RIGA	10	se Salto r	se con 1/2 giro (180°) Salto r con 1/2 giro (180°)	Sissonne Cosacco	Enj sul posto (apertura 90°) Salto divaricato (apertura 90°)	se con 1 giro (360°)	Enj sul posto (apertura 180°) Salto 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) Salto cosacco con 1 giro	se con 2 giri (720°) Enj sul posto con 1 giro (360°) <input checked="" type="checkbox"/>	
Punt.MAX		LA3			LB3-LB		LC3-LC			LD3-LD		

Legenda: a=avanti d=dietro r=raccolto k=carpiato t=teso g=gamba ppu=piedi pari uniti rim=rimalzo Enj=Enjambeè 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. 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 ginn. spinta a 1 piede no uguali a quelli del Pass. di Danza (riga 7). Il se può essere ripetuto max 2 volte se contenuto in combin. in celle diverse. Dove non specificato: gli Enj., il Salto Div. e il Sissonne 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 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: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO, A.** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **S1** Livello: **LD** 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 in 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)		Flic d smezzzato 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 (sforbiciata)		Tic Tac con partenza a	Verticale di slancio (unire le g in verticale)		Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)		Verticale ritta gu (tenuta 2")		Rondata		Ruota senza mani	Ribaltata senza mani			
					Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)		Verticale in divaricata sagittale	Verticale di slancio (unire le g in verticale)		Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)		Verticale ritta gu (tenuta 2")		Flic d smezzzato o unito		Salto d r	Ruota senza mani	Ribaltata senza mani		
3	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Slancio non in verticale con cambio di g (sforbiciata)	Candela: partenza da in piedi e ritorno in piedi	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)		Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)		Verticale in divaricata sagittale	Verticale di slancio (unire le g in verticale)		Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)		Verticale ritta gu (tenuta 2")		Flic d smezzzato o unito		Salto d r	Ruota senza mani	Ribaltata senza mani		
RIGA	4a Trave 50 cm	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 spaccata frontale	Entrata in squadra divaricata (2")		Entrata in capovolta a in punta alla trave													
	4b Trave 125 cm	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 spaccata frontale	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				
RIGA	5	se + se	Salto del gatto + se	se + salto raccolto				Sissonne + se		Enj. Sul posto + se	Salto del Cosacco + se	Enj. Sul posto + Salto Raccolto	Enj + se	Sissonne + Enj + Salto Raccolto	Enj sul posto + Sissonne	Enj sul posto + Salto del Cosacco	Enj + (Sissonne o Salto del Cosacco)				
RIGA	6	Salto del Gatto	Sfobiciata g tese	Enjambée (apertura 90")				Enjambée (apertura 90") arrivo in arabesque		Salto del Gatto con 1/2 giro (180")		Enjambée (apertura 180")		Enjambée (apertura 180") arrivo in arabesque		Enjambée con cambio di gamba					
RIGA	7	se	Salto Raccolto	se con 1/2 giro (180")		se con 1/2 giro (180") in pt		Enjambée sul posto (ap. 90") anche in pt	Salto Divaricato (ap. 90") anche in pt	Sissonne	Salto del Cosacco	Enjambée sul posto (apertura 180")	Salto Divaricato (apertura 180")	Cosacco con 1/2 giro (180")	se con 1 giro (360")	Enjambée sul posto (ap. 180") in pt	Salto Divaricato (apertura 180") in pt	Enjambée sul posto con 1/2 g (180")			
RIGA	8	Chassé destro + chassé sinistro (o viceversa)		Candela + se (partenza da in piedi)		Capovolta avanti + se		Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)		Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)	Verticale di slancio (unire g in vert.) + se	Verticale in divaricata sagittale + se		Salto del gatto + Ruota		Verticale in divaricata sagittale + Enj sul posto		Rovesciata a + se	Rovesciata d + se		
RIGA	9	Posizione in passè 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 passè		1/2 giro (180") con gamba libera tesa a +45"		1 giro (360") in passè		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 g libera tesa a +45"			
RIGA	10 Uscite	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		Ruota sulla Trave + se	Rondata sulla Trave + se	solo Trave h. 125 cm		Rondata + Salto			

Punt.MAX **LA3** **LB3-LB** **LC3-LC** **LD3-LD**

Legenda: **a=avanti d=dietro l=laterale r=raccolto k=carpiato t=teso g=gamba 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.

E' obbligatoria l'esecuzione delle prime 3 righe della scheda (riga 1-2-3); pen. p.0,50 per ogni riga non eseguita.

Dove non specificato gli Enjambée, il Salto Divaricato e il Sissonne sono con apertura di 180". Dove non specificato gli Enjambée si intendono spinta ad 1 piede.

Celle uguali non possono essere ripetute anche se sono su righe diverse.

Gli elementi acrobatici possono essere ripetuti più volte se contenuti in combinazione in cella diverse, eccetto la Verticale max. 2 volte (esclusa entrata e uscita).

Il se può essere ripetuto max 3 volte (esclusa uscita) se contenuto in combinazione in cella diverse.

In ogni tipo di "Serie" non è consentito invertire 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 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)].



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile

FIGI VOLTEGGIO

Società: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO.A.** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **S1** Livello: **LD** 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		Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	
			B	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 + RONDATA arrivo a piedi pari uniti
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	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.
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti		Rondata in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	RONDATA (posa mani h. 80 cm e arrivo a piedi pari uniti su Tappeto 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 SALTI	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
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti		Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	Rondata in pedana + FLIC con 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	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + 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.
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rondata in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	RONDATA con arrivo piedi pari uniti (posa mani h. 120 cm e arrivo su Tapp. 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 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: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO .N.** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **ES** Livello: **LD** 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	Rondata + rim	Capovolta d alla Verticale a braccia Piegate	Capovolta d alla Verticale a braccia Tese	Rondata + flic d + rim	Rondata (anche con flic) + <input checked="" type="checkbox"/>	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 ppu + rim	Ruota senza mani <input checked="" type="checkbox"/>	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 <input checked="" type="checkbox"/>	Verticale + 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)						
RIGA	4	Capovolta d	Ruota	Rovesciata d	Rondata + rim	ppu flic d smezzato	Rovesciata d + flic smezzato <input checked="" type="checkbox"/>	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							
RIGA	5	Capovolta a + se	Capovolta d + se	Verticale + 1/2 giro (180°)	Verticale + 1 giro (360°)	ppu Presalto + Rondata + salto divaricato	ppu Presalto + Rondata + Enj sul posto	ppu Presalto + Rondata + Sissonne	ppu Flic d + salto divaricato	ppu Flic d + Enj sul posto	ppu Flic d + Sissonne	ppu Presalto Rond + salto d raccolto + rim						
RIGA	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 slancio g a (tutto in relevè)	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba	1 giro (360°) in passé + passo 1/2 giro (180°) in passé sull'altra gamba	2 giri (720°) in passé <input checked="" type="checkbox"/>								
RIGA	7	Chassè + Salto del Gatto	Chassè + Sforbicata a gambe tese	Enjambeè + Salto del Gatto	Enjambeè + Enjambeè	Enjambeè + Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con Cambio + Salto del Gatto	Enjambeè con Cambio + Enjambeè	Enjambeè con Cambio + Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con Cambio + Johnson <input checked="" type="checkbox"/>								
RIGA	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°) con g libera tesa a 45°	1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 135°)	1 giro (360°) con g lib. tesa a 90° <input checked="" type="checkbox"/>	1 giro (360°) impugnando g lib. (apertura 180°) <input checked="" type="checkbox"/>							
RIGA	9	Salto del gatto	Sforbicata a gambe tese	Enjambeè	Salto del gatto con 1 giro (360°)	Enjambeè con 1/4 di giro (90°)	Enjambeè con cambio	Johnson	Salto girato	Enjambeè ad Anello	Enj. Cambio con 1/2 giro (180°)	Enj. Cambio ad Anello	Strug <input checked="" type="checkbox"/>					
RIGA	10	se	Salto r se con 1/2 giro (180°)	Salto r con 1/2 giro (180°)	Sissonne	Cosacco	Enj sul posto (apertura 90°)	Salto divaricato (apertura 90°)	se con 1 giro (360°)	Enj sul posto (apertura 180°)	Salto 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)	Salto cosacco con 1 giro	se con 2 giri (720°)	Enj sul posto con 1 giro (360°) <input checked="" type="checkbox"/>

Punt.MAX LA3 LB3-LB LC3-LC LD3-LD

Legenda: a = avanti d = dietro r = raccolto k = carpiato t = teso g = gamba ppu = piedi pari uniti rim = rimbalzo Enj = Enjambeè 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. **Care Individuali:** ginnasta esegue un movimento non previsto dal suo Livello il movimento non verrà assegnato. **Care 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 ginn. spinta a 1 piede no uguali a quelli del Pass. di Danza (riga 7). Il se può essere ripetuto max 2 volte se contenuto in combin. in celle diverse. Dove non specificato: gli Enj., il Salto Div. e il Sissonne sono con apertura 180°; gli Enj. sono spinta a 1 piede; il Flic Fiac è a gambe unite.

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).



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile



TRAVE

Società: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO . N.** Anno di nascita: **2004** Categoria: **SI** Livello: **LD** 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 in piedi e ritorno in piedi	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Ponta X	Ponte + rovesciata d	Verticale in divaricata sagittale		Rovesciata d	Rovesciata d (partenza da seduti)	Flic d smezzato 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 (sforbiciata)	Tic Tac con partenza a	Verticale di slancio (unire le g in verticale)		Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale ritta gu (tenuta 2")	Rondata	Ruota senza mani	Ribalzata senza mani							
	3	Candela: partenza da seduti e ritorno seduti	Slancio non in verticale con cambio di g (sforbiciata)	Candela: partenza da in piedi e ritorno in piedi X	Capovolta a (partenza-arrivo liberi)	Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)	Verticale in divaricata sagittale	Verticale di slancio (unire le g in verticale)		Ruota	Rovesciata a (partenza-arrivo liberi)	Verticale ritta gu (tenuta 2")	Flic d smezzato o unito	Salto d r	Ruota senza mani	Ribalzata senza mani					
RIGA	4a Trave 50 cm	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 spaccata frontale	Entrata in squadra divaricata (2")	Entrata in capovolta a in punta alla trave														
	4b Trave 125 cm	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 spaccata frontale	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 X					Verticale d'impostazione						
RIGA	5	se + se	Salto del gatto + se	se + salto raccolto		Sissonne + se		Enj. Sul posto + se	Salto del Cosacco + se	Enj. Sul posto + Salto Raccolto	Enj + se	Sissonne + Enj + Salto Raccolto	Enj sul posto + Sissonne	Enj sul posto + Salto del Cosacco	Enj + (Sissonne o Salto del Cosacco) X						
RIGA	6	Salto del Gatto	Sforbiciata g tese	Enjambée (apertura 90°)		Enjambée (apertura 90°) arrivo in arabesque	Salto del Gatto con 1/2 giro (180°)	Enjambée (apertura 180°)	Enjambée (apertura 180°) arrivo in arabesque			Enjambée (apertura 180°) arrivo in arabesque			Enjambée con cambio di gamba X						
RIGA	7	se	Salto Raccolto	se con 1/2 giro (180°)	se con 1/2 giro (180°) in pt	Enjambée sul posto (ap. 90°) anche in pt	Salto Divaricato (ap. 90°) anche in pt	Sissonne	Salto del Cosacco	Enjambée sul posto (apertura 180°) X	Salto Divaricato (apertura 180°)	Cosacco con 1/2 giro (180°)	se con 1 giro (360°)	Enjambée sul posto (ap. 180°) in pt	Salto Divaricato (apertura 180°) in pt	Enjambée sul posto con 1/2 g (180°)					
RIGA	8	Chassé destro + chassé sinistro (o viceversa)		Candela + se (partenza da in piedi)	Capovolta avanti + se	Chassé + Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)	Salto del gatto + Verticale di slancio con cambio di g (sforbiciata)	Verticale di slancio (unire g in vert.) + se	Verticale in divaricata sagittale + se			Salto del gatto + Ruota	Verticale in divaricata sagittale + Enj sul posto	Sissonne	Cosacco	Rovesciata a + se X	Rovesciata d + se				
RIGA	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 g. (180°) su 2 piedi in relevé + passo 1/2 g. su 2 piedi in relevé	1/2 giro (180°) in passé	1/2 giro (180°) con gamba libera tesa a +45°	1 giro (360°) in passé X				1/2 giro (180°) su un'avampiede + passo 1/2giro (180°) sull'altro	1/2 giro (180°) gamba libera tesa a 90°			1 giro (360°) con gamba libera tesa a +45°					
RIGA	10 Uscite	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 (spinta 2 piedi) X	Salto d r da fermo		Ruota sulla Trave + se	Rondata sulla Trave + se			solo Trave h. 125 cm	Rondata + Salto	d r	d k	d t	
Punt.MAX				LA3		LB3-LB		LC3-LC													LD3-LD

Legenda: a=avanti d=dietro l=laterale r=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

È obbligatoria l'esecuzione delle prime 3 righe della scheda (riga 1-2-3); pen. p.0,50 per ogni riga non eseguita.

Dove non specificato gli Enjambée, il Salto Divaricato e il Sissonne sono con apertura di 180°. Dove non specificato gli Enjambée si intendano spinta ad 1 piede.

Celle uguali non possono essere ripetute anche se sono su righe diverse

Gli elementi acrobatici possono essere ripetuti più volte se contenuti in combinazione in celle diverse, eccetto la Verticale max. 2 volte (esclusa entrata e uscita).

Il se può essere ripetuto max 3 volte (esclusa uscita) se contenuto in combinazione in celle diverse.

In ogni tipo di "Serie" non è consentito invertire 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 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)].



PT-FGI SILVER 2021 Ginnastica Artistica Femminile



VOLTEGGIO

Società: **GINNICA 96** Nome: **PANDOLFO.N.** Anno di Nascita: **2004** Categoria: **S1** Livello: **LD** 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		Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + arrivo supino	
			B	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 + RONDATA arrivo a piedi pari uniti
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	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.
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti		Rondata in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	RONDATA (posa mani h. 80 cm e arrivo a piedi pari uniti su Tappeto 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 SALTI	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
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA arrivo a piedi pari uniti		Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	Rondata in pedana + FLIC con 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	Rincorsa: battuta in pedana + VERTICALE + spinta + 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. 1
			B	Rincorsa: battuta in pedana + CAPOVOLTA SALTATA	Rondata in pedana + SALTO IN ESTENSIONE con arrivo a piedi pari uniti sui Tappetoni	Rondata in pedana + spinta con arrivo supino	Rincorsa: battuta in pedana + RONDATA arrivo a piedi pari uniti	RONDATA con arrivo piedi pari uniti (posa mani h. 120 cm e arrivo su Tapp. 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 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



PARALLELE

Società: **GINNICA 96**

Nome: **RIZZI**

Anno di Nascita: **2004**

Categoria: **S1**

Livello: **LD**

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	1	SI: Entrata Saltare arf	SI: Entrata: capovolta d arf (partenza libera)	SI: Entrata: capovolta d arf partenza ppu <input checked="" type="checkbox"/>	SI: Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	SI: Kippe infilata 1 g in presa poplitea	SI: Kippe infilata 1 g tesa	SI: Kippe infilata 2 g tese	Kippe SI	Kippe breve	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		Giro addominale d <input checked="" type="checkbox"/>	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio slancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Tempo di capovolta (-O)	Tempo di capovolta (-45°)	Tempo di capovolta (più)	(45° o 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)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Da ritti SI: saltare alla sospensione e SS	Da ritti SI: saltare arf allo SS	Slancio d posa dei piedi sullo staggio (per portarsi SS)	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio slancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Giro di pianta d a gambe piegate	Giro di pianta d a gu e tese dall'inizio alla fine del giro	Fioretto 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)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Da ritti SI: saltare alla sospensione e SS	Da ritti SI: saltare arf allo SS <input checked="" type="checkbox"/>	Slancio d posa dei piedi sullo staggio (per portarsi SS)	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio slancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	Slancio dietro gd a corpo squadrato (-O)	Slancio dietro gd a corpo squadrato (-45°)	Slancio dietro gd a corpo squadrato (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)	Dall'app.: posa successiva dei piedi sullo staggio	Da ritti SI: saltare alla sospensione e SS	Da ritti SI: saltare arf allo SS	Slancio d posa dei piedi sullo staggio (per portarsi SS)	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS	SS: (Dall'appoggio slancio d) o (di passaggio) portarsi alla sosp.	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 riunendo le g in arf	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	SS: Dall'appoggio discesa in avanti alla sospensione	Da ritti SI: saltare alla sospensione e SS	Da ritti SI: saltare arf allo SS	Slancio d posa dei piedi sullo staggio (per portarsi SS)	Dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS <input checked="" type="checkbox"/>	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 riunendo le g in arf	SS: dalla sospensione effettuare un'oscillazione con frustata	Fucks (Discesa in sosp. SI)	Giro addominale a a g piegate (ochetta)	Kippe infilata 1 g in presa poplitea con oscillazione	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro addominale a a g tese (ochetta)	Kippe infilata 1 g tesa	SS: Mezza volta di petto <input checked="" type="checkbox"/>	Kippe infilata 2 g tese	Kippe SI	Kippe breve	Kippe SS	Infilata a 2 g e stacco - anche presa dalla Bascule	
RIGA	8	Dall'app. con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in arf	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Giro d con 1 g infilata in presa poplitea	Fucks (Discesa in sosp. SI)	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Bascule con 1 g infilata tesa	Giro d con 1 g infilata tesa <input checked="" type="checkbox"/>	Kippe infilata a 1 g in presa poplitea	Giro d con 2 g infilate	Kippe infilata 1 g tesa	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (-O)	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (-45°)	Kippe SI	Kippe breve	Kippe SS	Giro d in appoggio a gd (Stalder) (45° o più)
RIGA	9	Dall'app. con 2 g tese infilata 1/2 giro e arrivo in arf	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea con oscillazione	Giro a con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Fucks (Discesa in sosp. SI)	Bascule con 1 g infilata con risalita in presa poplitea	Bascule con 1 g infilata tesa	Giro a con 1 g infilata tesa <input checked="" type="checkbox"/>	Bascule a 2 g tese infilate	Giro a con 2 g infilate	Kippe infilata 1 g tesa	Giro a in appoggio a gd (Endo) con apertura d (-O)	Giro a in appoggio a gd (Endo) con apertura d (-45°)	Kippe SI	Kippe breve	Kippe SS	Giro a in app. gd (Endo) con apertura d (45° o più)
RIGA	10	Dall'app. SI: Slancio d e arrivo a terra di fronte allo staggio	Dall'oscillaz. SS abbandonare d le impugnature arrivo in piedi <input checked="" type="checkbox"/>	Posa successiva dei piedi sullo staggio a gd e uscita in Fioretto	Fioretto gu	Fioretto gd	Fioretto con 1/2 giro			Dall'oscillaz. SS in sospensione: 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 r=raccolto k=carpiato t=teso g=gamba gd=gambe divaricate gu=gambe unite ppu=piedi pari uniti SS=staggio superiore SI=staggio inferiore arf= all'appoggio ritto 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 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