

CHIARIMENTI PROGRAMMI TECNICI 2014 (10/06/2014)

(aggiornamenti al 22 gennaio) - (aggiornamenti al 20 febbraio)

(aggiornamenti al 2 giugno) - (aggiornamento al 9 e 10 giugno)

(aggiornamento al 14 giugno)

GENERALITA'

1. **"PROCEDURE FEDERALI"**: pag. 28, Abbigliamento del tecnico accompagnatore: è stata tolta la penalità e il tecnico viene allontanato, è applicabile anche nella nostra sezione? Ma in caso di allontanamento la squadra come può proseguire la competizione senza allenatore accompagnatore? Tutto ciò che riguarda le norme generali può essere applicato anche alla nostra sezione; è ovvio che se la squadra ha un solo tecnico, questi non potrà essere allontanato. A questo punto l'unica cosa che possiamo fare è intervenire con un richiamo verbale auspicando che non si verifichi la medesima situazione la volta successiva. Magari, nell'ordine di lavoro o nella circolare che accompagna la gara, si può riportare la norma che regola l'abbigliamento del tecnico.
2. **TROFEO GYMGIOCANDO**: l'ammissione alla nazionale è libera? SI. Non è più obbligatorio aver partecipato all'attività regionale? NO, NON E' OBBLIGATORIO.
3. **TROFEO DELLE REGIONI**: non è prevista nessuna attività regionale? NO, IN QUANTO TRATTANDOSI DI TROFEO DELLE REGIONI SI PRESUPPONE CHE CI SIA UNA SQUADRA PER REGIONE; CIO' NON TOGLIE CHE POSSA ESSERE REALIZZATO ANCHE IN REGIONE ALL'INTERNO DELLA GYMNAESTRADA.
4. **COPPA ITALIA MISTA**: anche se non specificato nella scheda, nelle esclusioni (come invece per coppa Italia/GAM/GAF/GR) i ginnasti che hanno partecipato alla specializzazione non possono partecipare, giusto? NO, NON POSSONO PARTECIPARE; SI FA RIFERIMENTO ALLA NORMA INDICATA A PAG. 27 (PUNTO 4) DELLE PROCEDURE FEDERALI IN CUI E' SCRITTO: *L'atleta... "se già ha partecipato all'Attività Agonistica di Specializzazione non può partecipare alle Attività Competitive previste dal Calendario GpT (parte superiore del Calendario); può invece partecipare alle Attività non Competitive."*
5. **GYMTEAM**: Una squadra può essere composta anche da atlete che abbiano effettuato attività di specializzazione? BISOGNA FAR RIFERIMENTO A QUANTO INDICATO NELLE PROCEDURE FEDERALI AL QUARTO PUNTO DI PAG. 27 OVVERO *"l'atleta...se ha già partecipato all'attività agonistica di specializzazione non può partecipare alle attività competitive previste dal calendario gpt (parte superiore del calendario)...."*.
6. **ABBIGLIAMENTO SQUADRE MISTE**: Per le gare miste ritmica/artistica femminile, è consentito far utilizzare ad alcune ginnaste il gonnellino e ad altre no? PER L'ESERCIZIO COLLETTIVO, I BODY DEVONO ESSERE UGUALI (O TUTTI SENZA GONNELLINO O TUTTI CON GONNELLINO), MENTRE PER GLI ESERCIZI AGLI ATTREZZI E' CONSENTITA LIBERTA' DI SCELTA FERMO RESTANTE CHE IL BODY DEVE AVERE LO STESSO DISEGNO E/O FANTASIA. In caso di squadre miste maschili e femminili il body deve essere obbligatoriamente identico? NO, BISOGNA CHE SIA CHIARO CHE APPARTENGONO ALLA STESSA SQUADRA; OVVIAMENTE SE I BODY FEMMINILI HANNO LE PALLETTES O GLI SWAROWSKY NON È NECESSARIO CHE LI ABBIANO ANCHE I MASCHI. Il disegno deve essere perfettamente identico? NO, PUÒ ESSERE SIMILE.

7. **SINCROGYM:** È obbligatorio utilizzare lo stesso body per coppie e collettivo? SI, E' OBBLIGATORIO.
8. **RICONOSCIMENTO DEGLI ELEMENTI:** Nelle gare GR/GpT se si fallisce un elemento (eseguito ma non riconosciuto) si perde il valore ma non il gruppo strutturale, mentre nelle gare GAM-GAF/GpT non viene assegnato né il valore dell'elemento né il gruppo strutturale.
9. **AMMISSIONI TORNEI DI LIVELLO:** I ginnasti ammessi nell'assoluta con solo il minimo degli attrezzi (es. 2° livello, 3 attrezzi su 4, perché alle regionali partecipa solo con 3 attrezzi), può concorrere alle nazionali con tutti e 4 gli attrezzi o può portare solo gli attrezzi con cui si è qualificato? PUO' CONCORRERE SU TUTTI GLI ATTREZZI PREVISTO DAL LIVELLO DELLA GARA. Gli attrezzi possono essere cambiati? Es. 2° livello ginnasta qualificata con suolo+minitrampolino+volteggio (perché alle regionali non esegue trave) può alle nazionali presentarsi invece a suolo+minitrampolino+trave? SI, PUO' ANCHE CAMBIARE GLI ATTREZZI. TALI REGOLE VALGONO PER TUTTE LE SEZIONI.
10. Sulle linee guida 2014, ci sono indicazioni sulla valutazione degli elementi tecnici dell'allegato 1 e c'è un'interessante **definizione dei salti artistici e dei giri (pivot)**, posso tenerla in considerazione anche per gli elementi tecnici relativi ai salti e ai giri delle griglie GAF? CERTO!
11. **ATTREZZATURA DI GARA:** la panca per il MT deve avere delle caratteristiche particolari, a parte la lunghezza e la stabilità, o accettiamo anche panche con le listarelle? DIREI DI NO PERCHE' E' RISCHIOSO!
12. Per il **TORNEO GR/GPT 1 LIVELLO A SQUADRE** ci sarà la pedana 2x12? L'hanno scorso quella del corpo libero risultava di 4 metri; poiché c'è la penalità per l'utilizzo della pedana che va utilizzata completamente, quanta tolleranza c'è nell'utilizzo dello spazio (cioè la pedana va usata da angolo ad angolo)? POTRA' ESSERE 2X12 O 4X12, DIPENDE SU COME SARANNO SUDDIVISE LE STRISCE SUL CAMPO GARA. POICHE', PERO', LA PROGRESSIONE SI SVILUPPA SU UNA LINEA E NON SULLA PEDANA, LA PENALITA' DEL MANCATO UTILIZZO DELLA STRISCIA VA INTESO SOLO IN LUNGHEZZA.
13. **PENALITA' SUGGERIMENTI VERBALI E NON VERBALI:** è valida solo per le attività giudicate con le Linee Guida GpT, o si applica anche nella valutazione dei collettivi GAM/GAF e in tutte le progressioni agli attrezzi (GR compresa)? VALE ANCHE PER LE VALUTAZIONI DEI COLLETTIVI GAM/GAF (INFATTI I CRITERI SONO DI VALUTAZIONE SONO GLI STESSI). PER LE PROGRESSIONI INDIVIDUALI DI ARTISTICA POSSIAMO INTERVENIRE IN QUANTO A PAG. 5 DEL DOCUMENTO "PROGRAMMI TECNICI PER LE ATTIVITA' DI BASE" SONO INDICATE LE SEZIONI DEI CCddPP A CUI SI FA RIFERIMENTO; PER LE PROGRESSIONI GR, INVECE, NON ESSENDOCI ALCUN RIFERIMENTO AL CdP NON POSSIAMO APPLICARE LA PENALITA'. OVVIAMENTE LA PENALITA' VA SEMPRE APPLICATA CON BUON SENSO.
14. **PENALITA' FUORI TEMPO:** vale anche per tutte le attività non giudicate con le Linee Guida GpT (ad eccezione delle progressioni GR dove è ben specificato)? PER GLI ESERCIZI INDIVIDUALI GAM-GAF LA PENALITA' E' COME DA CdP, OSSIA P. 0,10 INDIPENDENTEMENTE DAI SECONDI IN CCESSO.
15. **PENALITA' MANCANZA GRUPPI STRUTTURALI (collettivi e progressioni):** la penalità va detratta dalla nota D anche nei collettivi? LA PENALITA' VA DETTRATTA DALLA NOTA D PERCHE' I GRUPPI STRUTTURALI FANNO PARTE DEL CONTENUTO DELL'ESERCIZIO E NON DELL'ESECUZIONE (IN EFFETTI NON SI

DOVREBBE PARLARE DI PENALITA' MA DI NON ATTRIBUZIONE DEL VALORE DI 0,50). LA NORMA SI RIFERISCE AGLI ESERCIZI COLLETTIVI CHE PREVEDONO L'ESIGENZA DEI GRUPPI STRUTTURALI.

- 16. PENALITA' USCITA ATTREZZO DI PEDANA:** non viene applicato per le uscite del nastro, ma anche per i collettivi con il nastro su una superficie così ampia come la pedana? NON SI APPLICA NEANCHE PER I COLLETTIVI.
- 17. PERCORSI:** i potranno provare una volta i percorsi del Trofeo Ragazzi in sede di gara? NO, NON SARA' POSSIBILE.

ESERCIZI COLLETTIVI

- 1. UTILIZZO DELLO SPAZIO:** in ogni area in cui viene suddiviso lo spazio di lavoro deve necessariamente essere occupata da tutta la squadra? NO, LA COSA IMPORTANTE E' CHE SI EVIDENZI UNA COSTRUZIONE DELL'ESERCIZIO CON UN UTILIZZO COMPLETO DELLO SPAZIO E NON CHE PARTE DI QUESTO SIA UTILIZZATO IN MANIERA MARGINALE.
- 2. STATICITA':** nelle Linee Guida GpT non ci sono penalità che fanno riferimento a pause o staticità evidenti dei ginnasti durante i collettivi. NO NON CI SONO, MA SI PUO' INTERVENIRE CON LA VOCE DELLE PENALITA' PER LA COREOGRAFIA "INSUFFICIENTE VARIAZIONE DI RITMO".
- 3. SPOSTAMENTI IN VARIETA' DI DIREZIONE:** se la direzione è in rapporto alla direzione e alla ginnasta, un giro a passi eseguito su linea retta può assolvere alla richiesta della direzione circolare/curvilineo (rotazione su se stessi) o deve essere eseguito in curva? ASSOLVE ALLA RICHIESTA DELLA DIREZIONE CIRCOLARE/CURVILINEO.
- 4. TROFEO RAGAZZI:** nell'esercizio collettivo non è previsto l'inserimento di difficoltà, ma se le ginnaste eseguono un elemento dell'allegato tutte insieme va indicato? NO, NON VA INDICATO ALCUN ELEMENTO.
- 5. La PEDANA PER I COLLETTIVI DI COPPA ITALIA GR** sarà 8x12 per la 1^ fascia e 12x12 per la 2 e 3/4? SI, COME SCRITTO NELLE NORME TECNICHE

GAM-GAF/GpT

- 1. TORNEO 3° livello - SERIE D GAM-GAF/GpT:** al corpo libero il ginnasta esegue 5 elementi riconosciuti, il sesto è un elemento non riconosciuto e non declassabile; Per l'assegnazione del gruppo uscita si può considerare l'elemento 5? SI. LO STESSO CRITERIO SI APPLICA PER I TORNEI DI 1° E 2° LIVELLO E PER LA COPPA ITALIA GAM-GAF.
- 2. SERIE D GAF/GpT:** La musica al corpo libero nella serie D 60" cosa succede se è poco più o poco meno? LA DURATA DELL'ESERCIZIO VIENE CONTEGGIATA DAL PRIMO MOVIMENTO DELLA GINNASTA MENTRE LA FINE DEVE COINCIDERE CON LA FINE DELLA MUSICA; QUESTO SIGNIFICA CHE LA MUSICA POTREBBE ANCHE ESSERE PIÙ LUNGA DI 60" MENTRE L'ESERCIZIO ESSERE NEL TEMPO CONSENTITO. NON CI SONO PENALITÀ PER ESERCIZIO PIÙ CORTO DI 60" (INFATTI IL TEMPO È INDICATO COME MAX) MENTRE SI APPLICA UNA PENALITÀ DI P.0,10 IN CASO DI ESERCIZIO PIÙ LUNGO.
- 3. RIPETIZIONE DELL'ELEMENTO (PAG 4) :** c'è scritto che dopo la prima esecuzione dell'elemento la ripetizione è consentita ma non riconosciuta. Vale la risposta delle FAQ che in caso di elemento fallito,

o come per la Serie C GAF, se fallisci l'elemento puoi subito ritentarlo e viene considerato per il suo valore e ovviamente anche per l'esecuzione? SI, ESATTO. Ad esempio fallisco la squadra tenuta a terra 2", perché appoggio subito il bacino, posso rifarla subito nell'immediato per avere il valore dell'elemento? SI. Oppure stesso esempio con il giro/pivot alla trave. SI.

18. **POSIZIONE STATICHE PAG 7:** nell'ultima riga a dx è scritto che nelle posizioni senza arresto "nessuna penalità e non riconoscimento", a PAG 8 il punto 3 non sembra dire la stessa cosa, o le penalità di esecuzione fanno riferimento ad altro? LE PENALITA' DI ESECUZIONE SI RIFERISCONO A PENALITA' PER LA TENUTA DEL CORPO, DELLE GAMBE...AD ESEMPIO, SE UNA GINNASTA ESEGUE UN ORIZZONTALE PRONA MA L'ELEMENTO NON PUO' ESSERE RICONOSCIUTO PERCHE' SI E' TRATTATO SOLO DI UN PASSAGGIO, LE EVENTUALI PENALITA' PER LE GAMBE FLESSE, LE PUNTE NON TESE E QUANT'ALTRO VANNO COMUNQUE APPLICATE. CIO' CHE E' INVECE SCRITTO A PAG. 7 SI RIFERISCE AL FATTO CHE NON C'E' UNA PENALITA' AGGIUNTIVA (AD ECCEZIONE DI QUELLE DI ESECUZIONE) NEL CASO DI NON RICONOSCIMENTO DI UNA POSIZIONE STATICA.
4. **VO: RUOTA CON ¼ DI GIRO:** Anche se nel PTU l'arrivo è costale, l'arrivo spalle alla pedana è uno sviluppo dello stesso salto tant'è vero che non è penalizzabile se la ginnasta, per eccesso di spinta, effettua un quarto di giro. La mia intenzione è stata quella di eliminare l'arrivo laterale che era rischioso, cosa che non si verifica per l'arrivo laterale sui tappetoni che sono in piano con l'appoggio delle mani. Nel nostro caso l'arrivo è obbligatoriamente con spalle al cubone. E' consentita sia l'esecuzione a gambe unite che divaricate; è inoltre consentito sia piegare il braccio che per primo tocca il cubone che posizionare la mano sul bordo dello stesso. Nel caso di arrivo laterale sarà riconosciuta una rondana con relative penalità per l'arrivo.
5. **VO:** Posa delle ginocchia sul cubone nel framezzo: salto ZERO o "interruzione framezzo pen. 0,50"? SALTO "0" (ZERO).
6. **VO/MT:** nella rincorsa al volteggio se il ginnasta si ferma prima di toccare l'attrezzo o lo pedana può ripetere la rincorsa? SI, UNA RINCORSA SUPPLEMENTARE E' CONSENTITA SENZA ALCUNA PENALITA'.
7. **MT:** un ginnasta esegue un salto giro avanti teso non previsto per il livello della gara per cui concorre, come ci si regola? SI ASSEGNA UN SALTO GIRO AVANTI CARPIATO O RACCOLTO CON PENALITA' PER POSIZIONE DEL CORPO; NON SI PUO' NON RICONOSCERE NIENTE PERCHE' IL GINNASTA COMUNQUE HA ESEGUITO UN SALTO.
8. **CL: RUOTA CON UN QUARTO DI GIRO:** è necessario che il giro venga eseguito sull'avampiede? NO.
9. **CL:** (B7) squadra equilibrata in appoggio sul bacino, l'elemento deve essere effettuato solo a gambe unite, le braccia possono essere appoggiate sulle gambe o impugnare le stesse, in qualsiasi punto delle "gambe", anche alle cosce? LA SQUADRA PUO' ESSERE ESEGUITA SOLO A GAMBE UNITE E LE MANI POSSONO IMPUGNARE LE CAVIGLIE O I POLPACCI O RESTARE LIBERE (VEDI IL VIDEO).
10. **TR: ENTRATA IN VERTICALE D'IMPOSTAZIONE (el. 1E):** trattandosi di trave bassa non è consentita la partenza con i piedi su una pedana; è consentita solo una leggerissima spinta dei piedi al suolo. In caso di spinta eccessiva l'elemento non sarà riconosciuto.
11. **TR: VERTICALE D'IMPOSTAZIONE (el. 1E) + VERTICALE E DISCESA IN SQUADRA (el 4E),** sono considerati due elementi? SI
12. **TR: VERTICALE D'IMPOSTAZIONE (el. 1E) + VERTICALE DIVARICATA SAGITTALE TENUTA 2" (el. 4E):** la verticale d'impostazione non è richiesta con tenuta 2", ma se si divaricano le gambe sagittalmente e la

si tiene 2" si considerano due elementi? NO, PERCHÉ LA PRIMA TERMINA QUANDO LA GINNASTA RITORNA SULLA TRAVE.

13. **TR:** Elemento 3C (slancio avanti /indietro 1/2 giro in relevé), il relevé riguarda solo il mezzo giro o tutto il movimento deve essere eseguito in relevé (ovvero compresi gli slanci)? SOLO IL MEZZO GIRO.
14. **TR:** (B1) salire con piedi alternati, la posizione è leggermente tenuta e arricchita con piccoli movimenti coreografici delle braccia, si penalizza per mancanza di continuità? DIPENDE DAL RALLENTAMENTO; CERTAMENTE NON SI PENALIZZA SE E' ARRICCHITA CON MOVIMENTI DELLE BRACCIA O DEL BUSTO.
15. **TR (USCITE):** tutte le uscite (eccetto la A5) devono essere eseguite con almeno un passo presalto, battuta a piedi pari. Se ciò non avviene non riconosco l'elemento o lo penalizzo? E se lo penalizzo, come lo penalizzo? NON RICONOSCO L'ELEMENTO SE MANCA DEL TUTTO UNA MINIMA DI FASE DI VOLO AL MOMENTO DELLA BATTUTA; ALTRIMENTI SI PENALIZZA P.0,10.
16. **TR:** gli elementi del gruppo "entrate" sono validi anche se non eseguiti come entrate? SI, SONO VALIDI ANCHE SE ESEGUITI COME ENTRATE. NEL CASO DEGLI ELEMENTI ALLA TRAVE PRESENTI NEL GRUPPO ENTRATE E IN ALTRI GS, AVRANNO IL VALORE A SECONDA DI COME VENGONO ESEGUITI; AD ESEMPIO, SE LA GINNASTA ESEGUE UN PENNELLO, SE ESEGUITO COME ENTRATA AVRA' VALORE 0,20, SE ESEGUITO COME ELEMENTO SULLA TRAVE AVRA' VALORE 0,10. OVVIAMENTE, NEL CASO LI ESEGUISSE ENTRAMBI, SI PROCEDERA' AL RICONOSCIMENTO IN ORDINE CRONOLOGICO. STESSA COSA DICASI PER LA CAPOVOLTA.
17. **TR:** penalita' *"non soddisfare l'esigenza tecnica dell'elemento usando un'appoggio supplementare"* mi puoi fare qualche esempio con gli elementi della griglia trave a noi in uso? ESEMPLI: 1. LA GINNASTA NEL RISALIRE IN PIEDI DOPO AVER ESEGUITO UNA CANDELA O UNA CAPOVOLTA AVANTI APPOGGIA IL PIEDE SUL LATO DELLA TRAVE; 2. NEL TERMINARE LA CAPOVOLTA INDIETRO, LA GINNASTA SPOSTA UNA MANO PER MANTENERSI ALLA TRAVE (DA NON CONFONDERSI PERO' CON LA PENALITA' DI AGGRAPPARSI ALLA TRAVE PER EVITARE UNA CADUTA); 3. NELL'ESEGUIRE IL FLIC LA GINNASTA PIEGA UN BRACCIO E POGGIA IL GOMITO SULLA TRAVE.
18. **PARALLELE ASIMMETRICHE:** se una ginnasta entra in kippe (1-D 0.40) può eseguire una fucs e, successivamente, un'infilata a due gambe (1-E 0.50)? SI, CERTO. Vengono calcolati 2 elementi o, essendo due entrate, non è possibile? VENGONO CALCOLATI DUE ELEMENTI IN QUANTO GLI ELEMENTI INDICATI NEL GRUPPO ENTRATE POSSONO ESSERE INSERITI ANCHE NEL CORSO DELL'ESERCIZIO.
19. **PARALLELE ASIMMETRICHE:** se dall'appoggio frontale sottoentro la gamba in divaricata sagittale prendo l'elemento da 0,10 se faccio 1/2 giro e sottoesco la gamba quali altri movimenti prendo (nella Coppa Italia di prima fascia e di seconda fascia)? LA 1° FASCIA PRENDE SOLO UN MOVIMENTO (SOTTOENTRARE UNA GAMBA), MENTRE LA 2^ FASCIA PRENDE 2 MOVIMENTI (SOTTOENTRARE UNA GAMBA E DALL'APPOGGIO IN DIVARICATA SAGITTALE CAMBIO DI FRONTE IN APPOGGIO FRONTALE).

GYMTEAM

1. **COLLETTIVI:** in altri precedenti quesiti hai confermato che, sia nei giri che negli equilibri, dove la gamba è richiesta sopra l'orizzontale, si intende tutta la gamba. Anche nell' elemento J10 (*salto verticale con gamba almeno all'orizzontale (=→ 90°) ...*) devo considerare tutta la gamba sopra l'orizzontale? L'ELEMENTO VA ESEGUITO CON GAMBA TESA; **STESSA COSA PER GLI ELEMENTI J19 E J24. IN TUTTI GLI ALTRI ELEMENTI, DOVE NON SPECIFICATO, LA GAMBA PUÒ ESSERE TESA O FLESSA; SE TESA TUTTA LA GAMBA DEVE ESSERE SOPRA L'ORIZZONTALE, SE FLESSA BASTA CHE IL GINOCCHIO SUPERI I 90°.**

2. **PROGRESSIONI:** pag 2 se manca un elemento oltre alla penalità di p. 1.00, l'ondata conforme viene assegnata o no? NO, SI PENALIZZA COMUNQUE PER ONDATA NON CONFORME.
3. **PROGRESSIONI:** Quando si penalizza per passi intermedi, l'ondata conforme viene assegnata o no? SI, VIENE ASSEGNATA (NON SI ATTRIBUISCE LA PENALITA').
4. **PROGRESSIONI:** Nel caso di squadra mista (maschi/femmine) quali criteri si considerano sulle rotazioni A/T al suolo? PER I SALTI CON ROTAZIONE A/L SI SEGUONO I CRITERI GAM, PER I PIVOT QUELLI GAF (PERCHE' NELLA MASCHILE NON ESISTONO I PIVOT).

SINCROGYM

1. **COLLETTIVO COMBINATO:** le ginnaste in coppia eseguono un elemento o una collaborazione mentre il resto della squadra si presenta in pedana per proseguire con la parte in gruppo, gli elementi o quant'altro, eseguiti in quel frangente sono validi? Più precisamente se tutte sono in pedana, ma solo una parte sta terminando la sua parte per poi proseguire insieme, quello che stanno eseguendo ha validità? SI, HA VALIDITA'. Oppure nel momento di interazione delle diverse parti non può essere riconosciuto nessun valore a elementi, collaborazioni, formazioni ecc.? SE LA COLLABORAZIONE, GLI ELEMENTI O QUANT'ALTRO SONO CHIARI POSSONO ESSERE RICONOSCIUTI; DEL RESTO LE TRE PARTI COSTITUISCONO LO STESSO ESERCIZIO E NON SONO TRE SEGMENTI SEPARATI TRA LORO.

GR/GpT

1. **SERIE D:** il bonus va assegnato dalla giuria D, E o sul punteggio finale? GIURIA D , IN QUANTO E' SULLA SCHEDA DIFFICOLTA'.
2. **SERIE D – esercizio collettivo:** La richiesta di passi di danza va aggiunta anche per il livello B? CERTO, E' UNA DIMENTICANZA.
3. **SERIE D – esercizio collettivo:** gli elementi affinché siano riconosciuti dalla giuria, devono essere eseguiti da tutte le ginnaste insieme o va bene anche il lavoro, ad esempio, "a canone". CERTO, PURCHÉ SIANO IN RAPIDA SUCCESSIONE.
4. **SERIE D – esercizio collettivo:** è richiesta una combinazione di passi di danza; con questa dicitura si fa riferimento all'elemento inserito nella griglia al gruppo 4? Si intende che una delle difficoltà fra le 8/10 richieste deve essere una combinazione di passi di danza (difficoltà del gruppo misto) oppure come da codice va inserita oltre le difficoltà e non ha nessun valore nel computo delle difficoltà? FA PARTE DELLE 8/10 DIFF. RICHIESTE.
5. **SERIE D:** Il collettivo è obbligatorio tra i 3 esercizi da eseguire o sono libera di scegliere 3 dei 4 esercizi previsti? IL COLLETTIVO NON E' OBBLIGATORIO.
6. **SERIE D - ESERCIZI INDIVIDUALI, PALLA/NASTRO, CERCHIO A COPPIE:** i Rischi rientrano nelle difficoltà o sono valori aggiunti? La combinazione di passi di danza? In tutti i casi precedenti se non rientrano nelle 8/10 difficoltà da quale giuria vengono valutati? Devono essere dichiarati nella scheda? COME SOPRA.
7. **SERIE D cat. Allieve E TUTTE LE GARE GR/GpT:** il programma tecnico del collettivo a Corpo Libero richiede 8 difficoltà - max 2 per ogni gruppo, quindi: 2 salti + 2 equilibri + 2 rotazioni + 2 del gruppo misto; se si è obbligati ad inserire una serie di passi di danza, l'altra difficoltà del gruppo misto può

essere solo da 0,10 quindi la serie di galoppi oppure un altro gruppo di passi di danza diverso da quello già inserito. Si devono utilizzare obbligatoriamente due caselle diverse (es. una serie di passi di danza di valore 0,20 e una da 0,30) oppure è possibile inserirne due da 0,30 (pur facendo parte della stessa casella) ma non uguali? E' POSSIBILE INSERIRE 2 COMBINAZIONI DI PASSI DI DANZA, ANCHE DELLO STESSO VALORE: NON SARANNO MAI IDENTICI!

8. **SERIE D - PALLA E NASTRO:** i rischi devono essere 1/2 su palla e 1/2 su nastro o nella totalità? IL RISCHIO FA PARTE DEL 4° GRUPPO, E DAL MOMENTO CHE È SCRITTO “ Palla: Max n.4 (o 5) difficoltà da 0,10-0,50 di cui min. 1 di ciascun gruppo” e “Nastro: Max n. 4 (o 5) difficoltà da 0,10-0,50 di cui min 2 1 di ciascun gruppo” (IL 2 È UN REFUSO), SIGNIFICA CHE PUÒ ESSERCI SIA NEL NASTRO CHE NELLA PALLA . QUESTO PERCHÉ POTREBBE ESSERE SCELTO COME ELEMENTO DEL 4° GRUPPO LA SERIE DI PASSI DI DANZA. INOLTRE PER IL RISCHIO È EVIDENZIATO IL MAX E NON IL MINIMO, SEGNO CHE NON È OBBLIGATORIO. COSA CHE INVECE È PER LA SEQUENZA DEI PASSI DI DANZA (È VERO CHE C'È SCRITTO 1 COMBINAZIONE, MA PER FACILITARE ABBIAMO DETTO CHE PUÒ ESSERCENE ANCHE UN'ALTRA SERIE).
9. **SERIE D - PALLA E NASTRO:** Allo stesso modo i passi di danza devono essere in entrambe le parti? RELATIVAMENTE A QUESTO È VALIDO CIÒ CHE HO SOTTOLINEATO ANCHE NELL'ESERCIZIO IN SUCCESSIONE PER LA SERIE C: O NELLA PALLA , O NEL NASTRO O IN ENTRAMBI. DA QUI SI EVINCE CHE LA SERIE DI PASSI DI DANZA DEVE ESSERE PRESENTE OBBLIGATORIAMENTE NEL TOTALE DELL'ESERCIZIO, CONVALIDANDO, DOVE VIENE INSERITA LA PRESENZA DELL'ELEMENTO SCELTO DAL 4° GRUPPO.
10. **SERIE D - PALLA E NASTRO:** Gli elementi durante la palla possono essere ripetuti nel nastro? GLI ELEMENTI A CORPO LIBERO, RISCHIO E PASSI DI DANZA SI.
11. ~~**SERIE D: PALLA/NASTRO IN SUCCESSIONE:** le difficoltà di corpo che esegue la ginnasta con la palla, le può ripetere uguali la ginnasta con il nastro? NO PERCHE' SI TRATTA DI UNO STESSO ESERCIZIO.~~
12. **SERIE D - CERCHIO IN COPPIA:** Min 2 difficoltà di scambio per lancio (non deve esserci difficoltà di Corpo) sono da considerarsi tra gli 8/10 difficoltà o oltre? Se oltre, l'esercizio deve essere costruito in modo tale che il punteggio max si 4,00/5.00? DEVONO RIENTRARE NELLE 8/10 DIFFICOLTÀ, IL PUNTEGGIO MAX PER LA CAT. ALLIEVE È 4.00, PER LE OPEN È 5.00.
13. **SERIE D - CERCHIO IN COPPIA:** l'esigenza di scambio dà contemporaneamente valore alla richiesta di composizione intendendola un grande lancio? SI .
14. **SERIE D:** La **MUSICA** cantata è consentita in tutti e tre gli esercizi? NO, A PAG. 14 : 2.3. “La musica può essere interpretata da uno o più strumenti, inclusa la voce utilizzata come uno strumento (senza parole). 1 solo esercizio tra quelli scelti, può essere accompagnato da musica e parole (cantato)”.
15. **SERIE D:** Nel cerchio a coppia come vanno indicati gli scambi? DAVANTI AL VALORE DELLO SCAMBIO VA SCRITTA UNA E.
16. **SERIE D:** Nei Rischi come va indicato il bonus di 0,10 nel caso di ripresa senza mano/ fuori dal campo visivo? POICHÉ NON È PREVISTA SULLA GRIGLIA LA SIMBOLOGIA, LE GIUDICI CHE RISCOSTRANO QUESTI BONUS DEVONO CALCOLARLI NEL PUNTEGGIO FINALE.
17. **SERIE D:** Quante devono essere le copie da presentare alla giuria, due? DUE COPIE IN REGIONE, TRE ALLA FASE NAZIONALE (PER L'EVENTUALE PRESENZA DI UNA GIURIA SUPERIORE).

- 18. SERIE D:** Se tutte le ginnaste eseguono un pivot con gamba a 90° e poi eseguono una combinazione in cui due ginnaste eseguono di nuovo un pivot con gamba a 90° e altre due ginnaste un salto, possono ripetere la difficoltà? NO, LA DIFFICOLTA' NON PUO' ESSERE RIPETUTA.
- 19. RISCHIO:** per l'esercizio collettivo di Coppa Italia in cui è possibile eseguirlo anche con un numero di attrezzi che è la metà rispetto alle ginnaste, come si fa ad assegnare l'elemento se alcune ginnaste non hanno l'attrezzo? SARA' COMUNQUE OK. LE GINNASTE SENZA ATTREZZO DOVRANNO COMUNQUE ESSERE IN MOVIMENTO, SUL POSTO O IN SPOSTAMENTO O ESEGUIRE LA STESSA COORDINAZIONE DEL R MA SENZA ATTREZZO Se invece gli attrezzi sono in numero uguale alle ginnaste, tutte eseguono lo stesso elemento di Rischio e due lo falliscono, si toglie il valore dell'elemento solo alle due che non lo hanno fatto come per tutte le altre difficoltà? IL RISCHIO DEVE ESSERE ESEGUITO SENZA FALLIRE (CADUTA DELL'ATTREZZO O PASSI IN MEZZO) DA TUTTE LE GINNASTE CHE HANNO L'ATTREZZO, ALTRIMENTI E' NULLO.
- 20. SERIE DI PASSI DI DANZA** (4 secondi). Negli esercizi con la musica sono in carattere con essa. Nelle strisce di Coppa Italia e nei Tornei come vanno intesi? Passi ritmici, passi di qualsiasi genere di danza o ballo, di folklore....? SI, PASSI DI OGNI GENERE. E se vengono eseguiti più di 4 secondi sono validi o sono considerati elementi in esubero? SONO COMUNQUE VALIDI. L'IMPORTANTE E' IL MINIMO.
- 21. I PASSI RITMICI** devono essere obbligatoriamente inseriti? NON E' OBBLIGATORIO INSERIRE I PASSI RITMICI (A MENO CHE NO E' SPECIFICATO); SE NON SONO DICHIARATI MA VENGONO INSERITI NON SI INCORRE NELLA PENALITA' DI ELEMENTI IN ESUBERO PERCHE', ALTRIMENTI, LE GINNASTE DOVREBBERO SOLO CAMMINARE PER SPOSTARSI.
- 22. RISCHI - CORREZIONE:** R DA 0,20: 2 rotazioni uguali (capovolte o chainée o rovesciata , o ruota). PER IL R DA 0,30: 2 rotazioni differenti (capovolta e chainée) e per quello da 0,50 aggiungere: due rotazioni uguali o differenti,(scelte tra quelle precedenti).
- 23. RISCHI: Che differenza c'è fra R3 e R4?** Per R3 intende lancio chainée e capovolta e per R4 lancio due rotazioni a scelta e capovolta? SI INTENDE CHE PER R3 SI PUO' SCEGLIERE SOLO TRA CHAINEE E CAPOVOLTA; MENTRE PER R4 LA SCELTA RICADE ANCHE SU RUOTE E ROVESCIATE OLTRE CHE SULLE CAPOVOLTE.
- 24. RISCHI** - Per le rotazioni sotto i rischi funziona come da codice? Non si può ripetere la stessa rotazione? FUNZIONA COME DA CODICE MA NON C'E' DECLASSAMENTO RELATIVAMENTE AL NUMERO DI ROTAZIONI, O AUMENTO DI QUESTE. SONO PERMESSI SOLO: 1 PASSO PRIMA DELLA RIPRESA **-0,10** GIUDICE DIFFICOLTA' E LA RIPRESA A DUE MANI **-0,10** GIUDICE ESECUZIONE.
- 25. RISCHI:** le difficoltà di corpo che si eseguono per fare il rischio vengono conteggiate nel totale delle difficoltà? (ad esempio capovolta, chainée e biche). IL BICHE NON VIENE CONTEGGIATO, PERCHÉ È RICHIESTO SPECIFICAMENTE PER POTER OTTENERE RICONOSCIUTO QUEL RISCHIO (0,50), MA IL RISCHIO VIENE CONTEGGIATO COME DIFFICOLTÀ DEL GRUPPO MISTO.
- 26. RISCHI:** I rischi vanno dichiarati sulla scheda? SÌ, FANNO PARTE DEL GRUPPO MISTO, VANNO SCRITTI E CONTEGGIATI NEL NUMERO DELLE DIFFICOLTÀ.
- 27. RISCHI:** nel rischio da p. 0,50 quando è scritto in parentesi (scelti tra quelli precedenti) si fa riferimento a tutte le celle della riga; quindi ci si riferisce anche agli chainée.

- 28. RISCHI:** in un esercizio dove sono ammessi due rischi è possibile metterne due dello stesso valore (quindi appartenenti alla stessa casella) cambiando le richieste di corpo? Es: R 0,40: il primo lo si esegue con capovolta e ruota ed il secondo con capovolta e rovesciata (il codice non consente la ripetizione i uno stesso elemento)? SI, STESSO VALORE, MA DIFFERENTI TRA LORO, MA È PERMESSA 1 SOLA VOLTA LA SERIE DI 2 CONSECUTIVE. ES.: PUOI FARE IL R DA 0,10, CON 1 CAPOVOLTA E POI FARE QUELLO DA 0,20 CON 2 CAPOVOLTE. OPPURE QUELLO DA 0,20 E POI QUELLO DA 0,30 CON 1 CAPOVOLTA. INOLTRE, IL R NON È OBBLIGATORIO, LO È 1 COMBINAZIONE DI PASSI DI DANZA; QUINDI QUANDO BISOGNA SCEGLIERE LE DUE DIFFICOLTÀ DEL GRUPPO MISTO, SI PUÒ DECIDERE DI FARE O 2 SERIE DI DANZA , O 1 RISCHIO E 1 SERIE DI DANZA ; PER IL LIVELLO OPEN È POSSIBILE FARE 2 RISCHI E 1 PASSO DI DANZA.
- 29. RISCHI:** Nell'esercizio individuale è possibile inserire due volte lo 0,10 di bonus sui rischi? **SI, MAX 2 VOLTE.** Ovvero se la ginnasta esegue due rischi differenti da 0,50 e li riprende entrambe senza mani o entrambe fuori dal campo visivo è possibile aggiungere lo 0,10 in entrambe le caselle? **SI**
- 30. EQUILIBRI:** l'elemento A2b (equilibrio sull'avampiede, arto libero sollevato (av/lat/d) o passè sembra uguale all'elemento B2b (equilibrio passè sull'avampiede). **REFUSO: VA LEVATO PASSE'.**
- 31. EQUILIBRI:** elemento C2c (penchè senza aiuto delle mani a terra): il simbolo è in relevè ma è difficile da eseguire per avere un valore da 0.30. **SI INTENDE A PIEDE PIATTO COME SCRITTO SOPRA**
- 32. EQUILIBRI:** un equilibrio effettuato in preparazione di un elemento è considerato elemento A2a? **NO. INOLTRE L'EQUILIBRIO VA PRESO DIRETTAMENTE E TENUTO, SENZA PREPARAZIONE.**
- 33. EQUILIBRI - elemento E2a:** fouetté: Gamba all'orizzontale per min. 2 forme + min. 1 giro. Di solito si esegue facendo 1/4 di giro; è un errore di trascrizione? **NO, MIN 1 GIRO SI RIFERISCE A 90° DI ROTAZIONE TRA LE DUE FORME (1/4 di giro).** E' sufficiente un maneggio di attrezzo o ne occorrono due diversi in relazione alle forme? **DUE DIVERSI.**
- 34. EQUILIBRI - elemento D2 - "Equilibrio su una parte del corpo (couchè)":** tra parentesi è un esempio oppure è l'elemento richiesto? Per esempio la ginnasta potrebbe eseguire un pesce cioè un appoggio sul petto con gambe in alto? **NO, IL PESCE E' UN ELEMENTO DIVERSO E NON E' UN ELEMENTO DI DIFFICOLTA' .**
- 35. EQUILIBRI – elemento couchè (2Dd) ed elemento flessione del busto (2Bd),** devono per forza essere abbinati (a corpo libero) ad un movimento delle braccia come gli altri equilibri? La difficoltà di questi elementi certamente non è da considerarsi nel movimento delle braccia! **TUTTI GLI EQUILIBRI DEVONO ESSERE ABBINATI A UN MOVIMENTO DELLE BRACCIA, ANCHE QUESTI.**
- 36. FLESSIONE IN GINOCCHIO:** non è specificato come devono essere le braccia; in linea con il busto o come si vuole? **COME SI VUOLE.**
- 37. PIVOT-ROTAZIONI:** Elemento **E3b** la rotazione è a tutta pianta? **SI**
- 38. PIVOT-ROTAZIONI:** Elemento **B3c:** palla tenuta tra piede e testa è valida come equilibrio instabile? **SI**
- 39. ROTAZIONE IN STACCATA:** è scritto frontale ma dovrebbe essere sagittale? **E' STATA TENUTA LA DICITURA UTILIZZATA IN CAMPO INTERNAZIONALE, MA E' EVIDENTE CHE E' UNA STACCATA IN DIREZIONE SAGITTALE, ALTRIMENTI NON SI POTREBBE EFFETTUARE LA ROTAZIONE.** La flessione del

busto avanti deve essere massima in tutta la rotazione. Che tolleranza ho affinché la difficoltà possa essere ritenuta valida? 180°

40. Si chiede il reinserimento della ruota nel gruppo delle rotazioni. FATTO.
41. Le difficoltà si possono ripetere due volte con differente maneggio solo nella Serie D o anche nella Coppa Italia e nel Torneo Gpt? NO, VA LEVATO ANCHE IN SERIE D, NESSUNA DIFFICOLTA' CORPOREA PUO' ESSERE RIPETUTA UGUALE.
42. Uno stesso salto eseguito con battuta e senza sono considerate due differenti difficoltà? INTENDI LA BATTUTA A PIEDI PARI? NO, SONO CONSIDERATE LA STESSA DIFFICOLTA'.
43. **RICONOSCIMENTO DEGLI ELEMENTI:** Ruota e ruota sui gomiti, rovesciata e rovesciata sui gomiti sono considerate stesso elemento? SONO ELEMENTI DIVERSI, LA DIFFERENZA È DATA DAL TIPO DI APPOGGIO (QUINDI UGUALE ROVESCIAATA UGUALE AVANTI CON PARTENZA DA IN PIEDI O DAL SUOLO).
44. **DIFFICOLTA':** Visto che sulla griglia GR/GPT in alcune caselle c'è scritto *difficoltà... X/ difficoltà...Y* mentre in altre caselle c'è scritto *difficoltà... X o difficoltà... Y*, vuol dire che nell'esercizio, posso scegliere solo una difficoltà o posso comunque inserirle entrambe? LE DIFFICOLTA' POSSONO ESSERE INSERITE ENTRAMBE AD ECCEZIONE DEL CASO IN CUI SI PARLA DI GRADI. AD ESEMPIO EL.2Ba "In ginocchio arto libero teso a 90° o più (av/lat/d)" L'ELEMENTO SI CONSIDERA UNA SOLA VOLTA SIA SE ESEGUITO CON GAMBA A 90° SIA SE ESEGUITO CON GAMBA OLTRE I 90°. Ad esempio: Jeté o biche en tournant (casella E1 salti), nell'esercizio posso inserire entrambe i salti o solo uno dei due? PUOI INSERIRE ENTRAMBI I SALTI.
45. Se i gruppi attrezzo non sono rappresentati tutti almeno una volta si incorre nella penalità dell'esigenza mancante 0,20? Da che giudice viene applicata? SI, GIUDICE D (SOLO PER LA SERIE D)
46. Pag 18 e pag 21: tecnica con attrezzo- la penalità che riguarda la perdita di attrezzo e l'utilizzo dell'attrezzo di riserva sono diverse: a pag 18 è 0,70 mentre a pag 21 è 0,50; quale è giusta? 0,70
47. **CERCHIO:** rotolamento sul corpo, se il cerchio rimbalza la difficoltà corpo è ritenuta valida? SI', CON PENALITA' E.
48. **PALLA:** maneggio scorretto su difficoltà (AD ES. PALLA TENUTA) LA difficoltà corpo è valida? COME PER CERCHIO SOPRA E' VALIDA SE IL MANEGGIO E' SCORRETTO PER UN FALLO DA 0,10. LA DIFFICOLTA' NON E' VALIDA CON PALLA TENUTA, PERCHE' L'ATTREZZO E' STATICO.
49. Se un **elemento** della griglia viene **eseguito senza maneggio e non è dichiarato**, devo considerarlo comunque elemento in esubero? SE E' RICONOSCIUTO QUALE ELEMENTO DELLA GRIGLIA , E' DA CONSIDERARSI ELEMENTO IN ESUBERO, COSI' COME GLI ELEMENTI DEL CdP.
50. La **ruota** può essere inserita come elemento di coreografia senza incorrere nella penalità elemento in esubero? SI MA SOLO COME ELEMENTO COREOGRAFICO CHE NON PUO' ESSERE MESSO PERO' PIU' DI DUE VOLTE IN TOTALE NELL'ESERCIZIO.
51. **Elemento 2Ea Fouettè:** si richiede minimo un giro. Nel nuovo codice GR è indicato che il giro può essere da 90° o 180°. La specifica vale anche per noi? Quindi, minimo un giro, può bastare un cambio di fronte di 90°? SI
52. **SCHEDA DICHIARAZIONE:** sulle schede di dichiarazione è obbligatorio inserire la descrizione della difficoltà + il simbolo? SI, COME INDICATO NELLA SCHEDA DI SIMULAZIONE.

53. La **PENALITA' PER IL MANCATO USO DI TUTTA LA PEDANA**, è di competenza della giuria D o della giuria E? DELLA GIURIA E.