

PRECISAZIONI TECNICHE e di CdP (20 /10/2014)

CORPO

- Il "rotolino" a terra, è valido come rotazione nel DER, ma non può essere considerato come rotazione aggiuntiva alla difficoltà. Sono valide solo le pre-acrobatiche descritte nella lista del CdP
- Non deve esserci nessuna interruzione fra la difficoltà e la rotazione o l'onda aggiunta. In caso contrario l'aggiuntiva decade.
- L'onda deve essere completa e non un semplice movimento di assecondamento o del solo busto.
- Salti con flessione del busto indietro: la flessione deve essere durante il volo e non alla fine; la flessione – anche se non è più richiesto di toccare la gamba con la testa – deve essere ampia e non solo del capo indietro. Non essendo declassabili, nel caso di cattiva esecuzione la difficoltà decade.
- Salti con due criteri (es: flessione busto indietro e boucle): tutti e due i criteri devono essere sempre eseguiti durante il volo e ben visibili (spesso il boucle è semplicemente accennato). Come detto prima, se manca uno dei due, la difficoltà decade.
- Equilibri non fissati: fare attenzione soprattutto alla sgambata dopo un elemento di rotazione.
- Nei pivot in grand écart, fare attenzione che sia realmente eseguita la rotazione di 360°, in quanto bisogna contare dal momento in cui la forma è presa.
- Multiple di pivot: non ci deve essere ripresa d'appoggio tra i due pivot (es: fouetté e pivot in grand écart laterale). Se c'è ripresa, la difficoltà diventa una mista e quindi una difficoltà in più con tutte le conseguenze.
- Le rotazioni della difficoltà al suolo in grand écart (girarrosto) devono essere continue, senza interruzione. Il braccio può essere appoggiato a terra, ma non deve esserci né un nuovo impulso né uno stop.
- DER: non ci deve essere una fermata prima della ripresa dell'attrezzo o fra le rotazioni. E' permesso max 1 passo (appoggio): lo chassé conta come 2 passi. Il lancio deve essere fatto durante la rotazione e non dopo: se avviene dopo (es. lancio al termine della rovesciata) la rotazione del lancio non è contata e sono necessarie minimo altre 2 rotazioni per convalidare il DER.

FUNE

- "Passaggio attraverso la fune con un salto, la fune gira per avanti, indietro o laterale": durante una serie di salti è valida l'entrata con un salto e l'uscita con il successivo (nel CdP non è specificato entrata completa del corpo).

CERCHIO

- Maneggio del cerchio durante salto: i giri durante il volo devono essere 3 (sconsigliato mettere questo elemento attrezzo durante il salto, perché non c'è il tempo necessario per farne 3).
- Passaggio dentro al cerchio su un pivot: bisogna entrare nel cerchio durante le rotazioni e non sulla preparazione.
- Criterio passaggio dentro al cerchio durante il DER: è valido durante il lancio/volo/ripresa.

PALLA

- Palleggio della palla durante salto: non può essere prima (neanche su stacco) o dopo, ma la ginnasta deve palleggiare quando è già in volo e ha assunto già la forma del salto.
- Rotazioni in penché con la palla: molte ginnaste tengono la palla griffata, non è equilibrio instabile, quindi la difficoltà è annullata.
- La "flesso/respinta" della palla (il braccio si stende respingendo la palla) deve essere segnata sulla fiche con il simbolo del maneggio se il lancio è piccolo o come lancio se il lancio è alto, NON come palleggio.

CLAVETTE

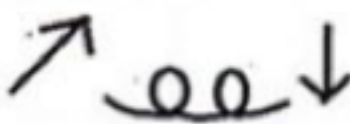
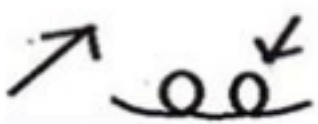
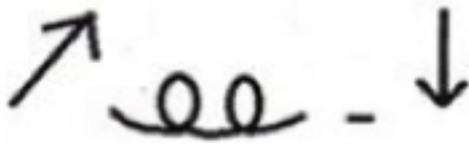
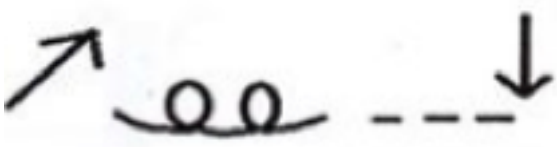
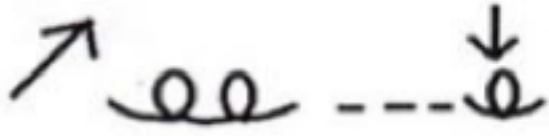
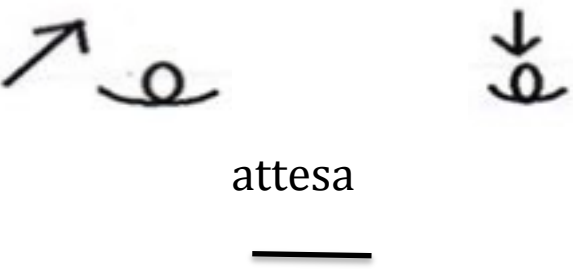
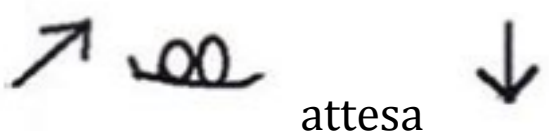
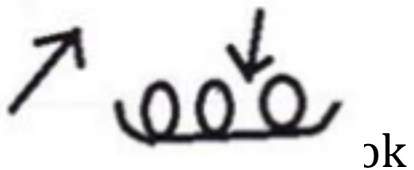
- Asimmetrici delle clavette durante salto: il lavoro differente delle due clavette deve essere chiaro, invece spesso la circonduzione ampia è sostituita da uno slancio.

NASTRO

- Maneggio del nastro: le circonduzioni devono essere ampie e non "mulinelli".
- Il maneggio deve assolutamente essere durante la difficoltà: la difficoltà non è valida quando si esegue l'elemento attrezzo durante la preparazione e la difficoltà è con l'attrezzo fermo.
- Maneggio del nastro durante pivot: va eseguito durante le rotazioni (circonduzioni, ecc.) il braccio non deve essere fermo.

Si fa presente che non è possibile che in un esercizio ci siano tante Maestrie. Per essere riconosciuta la Maestria deve essere realmente particolare/eccezionale.

CHIARIFICAZIONI DER

	ok	
	ok	
	ok	
	no	
	no	
	no	attesa
	no	
	ok	Cancellare l' ultima rotazione

