

## FAQ - PT - SILVER

### GENERALITA':

- 1) La penalità per esercizio senza uscita viene detratta dal punteggio finale?  
R: Sì, come da codice

### VOLTEGGIO:

- 1) Esiste una penalità relativa all'altezza per la capovolta saltata?  
R: deve esserci una fase di volo altrimenti non è una capovolta saltata (da 0,1 a 0,3)
- 2) Anche ai salti di matrice ginnica come il pennello o il salto carpiato divaricato si applica la penalità specifica di arrivo al volteggio "lunghezza insufficiente"?  
R: No
- 3) Salto in estensione e salto carpiato divaricato: la ginnasta arriva su 1 piede. Si riconosce il salto e lo si penalizza o si assegna "0"?  
R: Si penalizza
- 4) Rondata + salto in estensione: si assegna il salto se il corpo della ginnasta non è in estensione, ma in atteggiamento squadrato, con gambe piegate e aperte e la ginnasta arriva su 1 piede?  
R: Se il salto è riconoscibile si assegna. Si applicano le penalità di esecuzione
- 5) Si penalizzano i falli di arrivo negli elementi di matrice ginnica, come il salto in estensione (anche dalla rondata) o il salto carpiato o valgono le regole degli arrivi per eccesso?  
R: Si penalizzano
- 6) Salti con tappeto supplementare 40 cm: quale penalità se la ginnasta durante il superamento tocca il tappeto con i piedi?  
R: Se sfiora il tappeto nessuna penalità (come da codice), se arriva con i piedi sul tappeto è come se arrivasse con i piedi sulla tavola, quindi si assegna "0".
- 7) Verticale spinta e arrivo supino: quale penalità se la ginnasta arriva seduta e poi si distende?  
R: Si applicano le penalità per falli di posizione del corpo: 0,1 – 0,3 - 0,5 (0,5 per l'arrivo seduto o di schiena con le gambe a squadra a 90°).
- 8) Capovolta saltata: quale penalità per mancanza di continuità nel rotolamento?  
R: penalità 0,30 (interruzione del rotolamento)
- 9) Ruota con arrivo a gambe unite: salto nullo?  
R: Sì
- 10) LB - 6.00 Ruota: Quale penalità se la ginnasta rimane con una mano sul tappeto da 80 cm?  
R. Tutte le penalità relative al 2° volo
- 11) L D - 9.50 Ruota + 1/4 giro con arrivo dorso al tappeto: Quale penalità se la ginnasta arriva a gambe divaricate?  
R: Come da codice

### PARALLELE:

- 1) 10F: salto dietro d'uscita (raccolto o carpiato) dall'oscillazione. Deve essere solo un'oscillazione o la ginnasta può oscillare 2 o 3 volte?  
R: la ginnasta può eseguire l'oscillazione prevista nella riga 6B (anche ripetuta) e collegare l'oscillazione per l'uscita.
- 2) 6F (mezza volta di petto) e righe 2-3-4-5 E (dall'appoggio slancio dietro e portarsi alla sospensione) e (dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta sullo SS): se si esegue 2 volte la mezza volta, si possono prendere le due celle, la 6F e la 5E, per esempio?  
R: I movimenti contenuti nelle righe 2-3-4-5 E devono essere usati in collegamento con altri movimenti ma non insieme. Se collegati tra loro, si considera eseguita la cella 6F

### TRAVE:

- 1) Quale penalità se nella capovolta avanti alla trave la ginnasta interrompe il rotolamento e passa dalla posizione supina?  
R: 0,30 per tecnica scorretta
- 2) Si può usare la pedana per l'entrata anche alla trave bassa?  
R: NO

- 3) Le ginnaste più piccole possono usare due pedane per la trave alta?  
R: NO
- 4) 3D “verticale di slancio (sforbiciata)”: si assegna se la ginnasta non raggiunge perfettamente la verticale? E’ sufficiente che lo faccia con una gamba?  
R: la ginnasta deve raggiungere la verticale sforbiciando con entrambe le gambe. Se lo fa solo con una gamba o non raggiunge la verticale riceverà una penalità (0,10 – 0,30 – 0,50).
- 5) Si può eseguire salto con posizione raccolta delle gambe sulla trave e anche uno in uscita, anche se sono lo stesso salto ginnico?  
R: NO i salti ginnici non possono essere ripetuti
- 6) Entrata in squadra o verticale d’impostazione: anche qui senza alternare le gambe come per il GOLD?  
R: Se la ginnasta alterna le gambe, penalità 0,10
- 7) Gli elementi ginnici non si possono ripetere. Se la ginnasta esegue salto del gatto (6A) e poi salto del gatto + verticale di slancio con sforbiciata (8E), si assegna la cella in base all’ordine cronologico o si va a favore della ginnasta?  
R: Vale l’ordine cronologico
- 8) Capovolta dietro: si può partire da posizione supina?  
R: Sì
- 9) Si può eseguire la capovolta indietro (D 2-3-4) anche con l’appoggio sulla spalla?  
R: Sì
- 10) Capovolta avanti: ci si può fermare in posizione seduta?  
R: Sì
- 11) Verticale apertura sagittale (3 E) o 3G (verticale di slancio 2’): si può raggiungere la verticale anche da una “mezza ruota” (mani non in posizione longitudinale)?  
R: Sì

## **MINITRAMPOLINO**

- 1) Per i salti ginnici con rotazione la tolleranza è max 30°. Come comportarsi allora se nell’esecuzione di un salto bonus dopo 3 pennelli (per esempio, raccolto con 180°), la rotazione non è completa? Non si assegna il bonus e si considera quel salto come un quarto pennello?  
R: Se alla rotazione prevista di 180° mancano al max 30° l’elemento viene riconosciuto con penalità per mancanza di precisione (0,10), altrimenti non viene riconosciuto
- 2) Flic unito dietro, flic avanti, rondata, salto tempo: è permesso un rimbalzo all’arrivo?  
R: NO, viene penalizzato
- 3) C’è una penalità per lunghezza insufficiente?  
R: Al MiniTrampolino, tutti i salti ginnici devono arrivare lontani dal bordo (almeno 80 cm- 100 cm) - penalità da 1 a 3 decimi per “arrivo troppo vicino all’attrezzo”
- 4) Enjambée ad anello a 90°: poiché è difficile immaginare un enjambée ad anello con divaricata a 90°, ciò significa che se le gambe non sono divaricate a 180°, si assegna questo elemento senza penalità per divaricata insufficiente?  
R: Sì
- 5) Tuffo: la posizione del corpo può essere solo arcata o eventualmente tesa?  
R: Tesa e Arcata vanno bene entrambe
- 6) Cosa fare se la ginnasta si ferma dopo due pennelli e poi ricomincia?  
R: Se si ferma durante i 3 pennelli penalità (p. 1,00)

## **FAQ - CODICE SILVER**

- 12) I 6 elementi richiesti alla Trave e al Corpo Libero devono essere 3 ginnici e 3 acro?  
R: 3 ginnici + 2 acro + uscita

## FAQ – PT – GOLD

### GENERALITA':

- 1) Nel Gold non si applica la penalità per esercizio senza uscita?  
R: Sì, esercizio senza uscita p. 0,50 (giuria D)

### VOLTEGGIO:

- 1) La penalità per dinamismo insufficiente è come da codice (0,10 o 0,30) o come lo scorso anno (fino a 0,50)?  
R: Come da codice
- 2) L1 – L2 – L3: Si possono eseguire 3 salti non dalle celle grigie per ottenere la media dei due migliori?  
R: Sì

### CINGHIETTI:

- 1) E' sempre valida la penalità di 0,30 per mancanza di frustata o frustata scorretta?  
R: Sì
- 2) Per prendere il bonus bisogna collegare le celle grigie: solo per elementi nella stessa direzione o si possono collegare, per esempio, stalder indietro ed endo?  
R: ogni elemento deve continuare nella stessa direzione per essere assegnato; quindi il bonus è possibile solo con elementi (celle grigie) nella stessa direzione

### TRAVE:

- 7) Come ci si comporta se la ginnasta esegue un demiplié tra due piroette previste in una stessa cella? Penalità di 0,30 per interruzione?  
R: Se esegue un demiplié perde la cella. La ginnasta deve eseguire il passo di collegamento delle piroette a gamba tesa. Se c'è interruzione penalità p. 0,30.
- 8) Riga 4: Cosa succede se la ginnasta non mantiene la posizione richiesta per 4"? Perde elemento e riga (cioè esigenza) o subisce un declassamento?  
R: Perde la cella (quindi la riga – NO EC)
- 9) Riga 4: Cosa succede se la ginnasta mantiene la posizione richiesta per 4" rimanendo ferma con gli arti inferiori ma oscillando un po' gli arti superiori?  
R: La cella viene assegnata con penalità per "oscillazione delle braccia" p. 0,10.
- 10) Se la ginnasta collega una piroetta o un salto ginnico ad una cella grigia (per esempio B + C misto) + un altro elemento ginnico, può prendere due volte il bonus con la cella grigia?  
R: Sì
- 11) Per eseguire la cella 10E e simili (entrata in verticale d'impostazione in posizione longitudinale) è consentito quanto segue: partenza dalla pedana in posizione laterale al centro della trave, posa delle mani direttamente in posizione longitudinale, raggiungere la squadra divaricata scavalcando la trave con una gamba, raggiungere la verticale?  
R: NO, vedi la nota "Specifiche attrezzi" a pag. 4 nota 43 del programma PT FGI GOLD 2017
- 12) Verticale d'impostazione eseguita in punta: se senza scendere dalla verticale la ginnasta prosegue con un tic-tac o rovesciata avanti, prende anche il valore del tic-tac (o della rovesciata avanti)?  
R: NO
- 13) Verticale di impostazione con partenza libera: anche dalla battuta in pedana come da codice o necessariamente dalla squadra?  
R: Come da codice, partenza libera
- 14) Tenute 4": è considerata ripetizione eseguire una posizione con la gamba tesa a 90° (4A) a tutta pianta(4A) e immediatamente dopo in relevé (4F)? Vale l'ordine cronologico anche se sono diversi?  
R: Non sono gli stessi movimenti, perciò si prende in considerazione la cella di valore più alto

15) Tenute 4": se la ginnasta esegue una posizione in passé tutta pianta e poi una in relevé, visto che la prima non è in griglia (quindi non ha valore), possiamo riconoscerle quella in relevé anche se non è il primo elemento dopo l'entrata?

R: Sì.

16) Tenuta 4": se la ginnasta è in posizione per 4", ma sale e scede dal relevé si può comunque riconoscere una cella? Quale? Quella a tutta pianta?

R: Sì, viene assegnata la cella a tutta pianta

17) Come viene penalizzato il passaggio alternato delle gambe nell'entrata?

R: Non viene penalizzato se è in tenuta, ma la cella dell'entrata non viene assegnata.

### **CORPO LIBERO:**

1) Cella **10C**: le due piroette A possono essere uguali? Nel codice sono catalogate solo due piroette A, quella in passé e quella eseguita su un ginocchio.

R: NO, le piroette A devono essere diverse.

2) In caso di ripetizione, vale l'ordine cronologico? Esempio: salto a teso+ salto a rac (4D) e poi salto avanti teso (3E). Si va a favore della ginnasta dandole il secondo, visto che vale di più, o vale l'ordine cronologico?

R: Vale l'ordine cronologico.

3) Nessun elemento ginnico può essere ripetuto. Vale anche per gli elementi considerati uguali nel codice dei punteggi perché nella stessa cella? Per esempio: enjambée cambio con ½ giro e Johnson con ½ giro?

R: Sì, come da codice.

4) Piroetta in passé + passo a gamba tesa e slancio: se passo e slancio non sono in relevé?

R: si assegna solo la piroetta in passé (cella precedente- riconoscimento di un altro elemento)