

FAQ 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.

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).

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: Nel 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: SI

- 5) Tuffo: la posizione del corpo può essere solo arcata o eventualmente tesa?

R: Tesa e Arcata vanno bene entrambe

CODICE SILVER

- 6) I 6 elementi richiesti alla Trave e al Corpo Libero devono essere 3 ginnici e 3 acro?

R: NO

FAQ 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

TRAVE:

- 1) 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.

- 2) 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)

- 3) 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.

- 4) Se la ginnasta collega enjambée a gamba tesa (B) + salto dietro raccolto (cella grigia) + enjambée sul posto (B) può prendere due volte il bonus con la cella grigia?

R: Sì

- 5) 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.

CORPO LIBERO:

- 1) Cella 10B: 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.