

FAQ – SILVER 2018

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) Capovolta saltata: quale penalità per mancanza di continuità nel rotolamento?

R: penalità 0,30 (interruzione del rotolamento)

- 3) 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

- 4) 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

- 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) 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.

- 7) 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".

- 8) 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°).

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

12) Se la ginnasta esegue un salto nullo che tuttavia risulta riconoscibile, può ripetere lo stesso salto?

R: NO se il salto è stato dichiarato nullo dalla Giuria D non può in nessun caso essere ripetuto

PARALLELE:

1) L'entrata deve essere necessariamente scelta tra le celle indicate nella riga 1 o si può utilizzare una kippe qualsiasi dalla riga 7 (per esempio l'infilata a 2 e stacco – cella 7H)?

R: L'entrata va scelta tra le celle della riga 1.

2) Kippe infilata a 1 gamba tesa: come comportarsi se la ginnasta non fa passare la gamba tra le mani, ma arriva in appoggio con la gamba infilata esternamente alle mani?

R: Non ha eseguito l'infilata.

3) Kippe SS: può essere eseguita con le gambe divaricate?

R: Sì

4) Entrata in capovolta partenza ppu: quale penalità se la ginnasta esegue un saltello di preparazione e poi sale in capovolta?

R: 0,30 per facilitazione

5) Entrata in capovolta: le gambe devono essere tese dal momento dello stacco o si possono flettere?

R: Non essendoci specifiche richieste, possono essere tese o flesse fino all'arf in cui vengono distese

6) Gli slanci dietro gu con gradi diversi sono tutti elementi diversi? Una ginnasta può eseguire nello stesso esercizio lo slancio gu (piedi sotto lo staggio), slancio gu (-0) e lo slancio gu (-45)?

R: Sono tutti sulla stessa riga e quindi si assegna solo una volta, quello di maggior valore

7) E' possibile assegnare l'elemento "Slancio d gu (piedi sotto lo staggio)" della riga 3 o 4 e anche l'elemento "slancio d gu a -45°" o qualsiasi altro angolo di completamento della riga 5?

R: No.

- 8) 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 d 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

- 9) La cella 6B (dalla sospensione SS effettuare un'oscillazione con frustata) prevede un'oscillazione di ritorno (indietro)?

R: Sì

- 10) La ginnasta esegue la cella 3C da 0,50 (dall'appoggio, posa successiva dei piedi sullo staggio) in questo modo: posa il primo piede e poi sposta una mano per consentire il passaggio del secondo piede tra le mani. Esegue quindi un fioretto a gambe unite (cella 10D da 0,60): si possono assegnare entrambe le celle?

R: La posa successiva dei piedi (3-4-5 C) si esegue per salire ritti sullo S.I. e non per l'uscita che è specificata per il Fioretto a g. divaricate. Laddove ciò accadesse, la ginnasta si vedrà riconoscere solo l'uscita (10 D) con penalità di 0,30 (appoggio supplementare per soddisfare l'esigenza tecnica)

- 11) 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.

- 12) Uscita 10B (dall'oscillazione SS abbandonare le impugnature arrivo in piedi): deve esserci un'oscillazione del corpo in avanti e poi indietro prima di abbandonare le impugnature?

R: Sì

- 13) La ginnasta

- esegue uno slancio d gu (-O) = 5F
- posa i piedi sullo staggio basso = 4D
- da ritta salta alla sospensione allo SS = 3D
- esegue un'oscillazione con frustata = 6B
- sale subito in capovolta allo SS = 2E

Le viene assegnata la cella 6B se non effettua l'oscillazione di ritorno?

R: NO

- 14) L'uscita in salto raccolto è prevista dall'oscillazione SS in sospensione (10F) o senza richieste specifiche (10G). Il 10G può essere preso solo dalla granvolta?

R: NO, anche dallo slancio dietro dall'appoggio, o dalla verticale, o da un movimento circolare che finisca in sospensione

- 15) Partenza SS slancio dietro alla sospensione + salto raccolto: quali celle si possono assegnare?

R: Per non danneggiare chi esegue l'uscita (10G) e che prenderebbe una sola cella se non parte dalla sospensione, si assegna:

- *Saltare alla sospensione SS (5D) + effettuare un'oscillazione con frustata avanti e indietro (6B) + effettuare frustata avanti e uscita in salto raccolto (10F)*
- *Oppure Dall'appoggio slancio d o di passaggio portarsi alla sosp.(2E) + uscita (10G)*

16) Quali celle si assegnano nelle seguenti combinazioni:

1° combinazione:

- 3C (dall'appoggio posa successiva dei piedi sullo staggio)
- 4D (da ritti saltare alla sospensione SS)
- La ginnasta sale dalla sospensione in capovolta

Le si può assegnare la 5E (dall'oscillazione salire in appoggio in capovolta) o deve necessariamente eseguire prima l'oscillazione (7B – oscillazione con frustata)?

R: SI (non occorre faccia la 7B)

2° combinazione:

- 6C (dall'appoggio SS scendere in avanti alla sospensione)
- 7B (SS – dalla sospensione oscillazione con frustata)
- 10B (dall'oscillazione abbandonare le impugnature)

Deve eseguire una seconda oscillazione per ottenere la 10B o è sufficiente abbandonare le impugnature appena terminata la 7B, cioè l'oscillazione con frustata?

R: No è sufficiente abbandonare le impugnature appena terminata la 7B

3° combinazione:

- Fuchs (7C)
- Kippe (8H)

La fuchs termina quindi in sospensione?

R: SI

4° combinazione:

- Slancio d gu -0 (5F)
- Fioretto (10D)

Lo slancio fa parte del fioretto stesso o la ginnasta può prendere entrambe le celle indicate?

R: **prende entrambe le celle**

TRAVE:

1) Si può usare la pedana per l'entrata anche alla trave bassa?

R: NO

2) Le ginnaste più piccole possono usare due pedane per la trave alta?

R: NO

- 3) Entrata in spaccata frontale: si può eseguire sistemando le gambe una alla volta?

R: Nel silver si penalizza 0,10 per mancanza di precisione; si assegnano, inoltre, eventuali altre penalità legate alla tenuta del corpo

- 4) Entrata in spaccata frontale: quale penalità se non stacca le mani? 0.10 di precisione come da CdP?

R: Nessuna penalità nel PT silver

- 5) Entrata in squadra o verticale d'impostazione: senza alternare le gambe come per il GOLD?

R: Se la ginnasta alterna le gambe, penalità 0,10

- 6) Entrata in squadra divaricata, trave bassa: quale penalità se le ginnaste la eseguono all'estremità della trave e piegano le gambe per raggiungere la posizione?

R: Se alla flessione delle gambe non corrisponde una perdita di tenuta, nessuna penalità

- 7) Quale penalità se nella capovolta avanti la ginnasta interrompe il rotolamento e passa dalla posizione supina?

R: 0,30 per tecnica scorretta ogni volta che il rotolamento viene interrotto

- 8) Capovolta avanti: ci si può fermare in posizione seduta?

R: Sì

- 9) Capovolta dietro: si può partire da posizione supina?

R: Sì

- 10) Si può eseguire la capovolta indietro anche con l'appoggio sulla spalla?

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

- 12) Verticale con apertura sagittale e verticale di slancio - unire le gambe in verticale, presenti sia nella cella 2E che nella 3E: sono da considerare elementi diversi?

R: Se i due elementi eseguiti dalla ginnasta sono in righe diverse, si riconosceranno le due celle diverse.

- 13) Verticale di slancio 2" (riga 2 G 0,70) e semplice verticale di slancio (riga 3 E 0,50) sono due elementi diversi?

R: Se sono prese da righe diverse, si riconosceranno le due celle diverse.

14) 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).

15) Combinazione di giri: come per il gold senza demiplié?

R: Sì

16) Se la ginnasta esegue salto con posizione raccolta delle gambe sulla trave e lo stesso salto ginnico in uscita, le vengono assegnate entrambe le celle?

R: Sì in quanto una delle due è l'uscita

17) 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 (8F), si assegna la cella in base all'ordine cronologico o si va a favore della ginnasta?

R: Vale l'ordine cronologico (si assegna solo riga (6A)

18) Gli elementi acrobatici possono essere ripetuti più volte se in combinazione diversa. Anche se salto dietro raccolto (3L) e uscita in salto dietro raccolto da fermo (10 H) non sono in combinazione diversa, si possono eseguire entrambi?

R: Sì

19) Verticale sul piano sagittale e uscita laterale (10F), come deve essere eseguita? Scendendo in costale?

R: Trave ALTA- bisogna uscire a corpo teso dalla trave con leggera squadratura in fase di arrivo

R: Trave BASSA- non è soggetta a penalità per chiusura dell'angolo delle anche nella fase di discesa

20) Cella 2B (pos. accosciata: spinta ppu - elevare il bacino verso la verticale): la ginnasta deve mantenere la posizione raccolta?

R: Sì. Quando eleva il bacino, la ginnasta deve mantenere la posizione raccolta, senza distendere le gambe.

21) Uscita in ruota + se: se c'è interruzione tra la ruota e il salto in estensione di uscita si penalizza 0.30 per interruzione, come si fa per le serie ginniche e miste?

R: NO Le serie miste non sono previste in abbinamento con l'uscita. Se la combinazione ruota + se è interrotta, si riconosce solo il salto in estensione. Nessuna penalità per interruzione.

22) Salto in estensione in uscita (cella 10A): come ci si comporta se la ginnasta spinge con un solo piede ed esce?

R: La cella 10 A non specifica ppu; quindi si assegna

23) Uscite che richiedono battuta a ppu: come ci si comporta se la ginnasta non esegue la battuta ppu?

R: Se è scritto “battuta ppu” e la ginnasta fa diversamente, evidentemente non ha eseguito l’elemento come richiesto nella cella.

CORPO LIBERO

1) Si assegnano le penalità per fuori linea?

R: Se la ginnasta scende lateralmente dalla striscia con 1 piede prenderà una penalità di p. 0,10, con 2 piedi p. 0,30. Nessuna penalità aggiuntiva se scende dalla testa della corsia.