



**CODICE DEI PUNTEGGI
GINNASTICA RITMICA
2013-2016**



**Rhythmic Gymnastics
Technical Committee**

The English version is the official text



FONDEE 1881

CONTENTS

	Page
GENERALITIES	3
1. COMPETITIONS AND PROGRAMS	3
1.1. Official Championships of Rhythmic Gymnastics and Competitions Programs.....	3
1.2. Program for Individual Gymnasts.....	3
1.3. Program for Groups.....	3
1.4. Timing.....	3
1.5. Music.....	3
2. JURIES	3
2.1. Jury Composition – Official Championships and Other Competitions.....	3
2.2. Control Jury.....	3
2.3. Intervention Procedures.....	4
2.4. Distribution and Calculation of scores.....	4
2.5. International Tournaments.....	5
2.6. Judges' Instruction.....	5
3. FLOOR AREA (Individual and Group Exercises)	5
4. APPARATUS	6
4.1. Norms – Checking	6
4.2. Apparatus Placement Around the Floor Area – Replacement Apparatus.....	6
4.3. Broken Apparatus or Apparatus Caught in the Small Beams of the Ceiling.....	6
5. DRESS OF GYMNASTS (Individual and Group Gymnasts)	7
6. DISCIPLINE (Gymnast and Coach)	7
INDIVIDUAL EXERCISES	8
1. COMPOSITION (C)	8
1.1. Body Difficulty	8
1.2. Dance Steps Combination.....	10
1.3. Fundamental and Other Apparatus Technical Groups	10
1.4. Dynamic elements with Rotation	12
1.5. Pre-acrobatic elements	13
1.6. Apparatus Mastery	13
1.7. Use of Space	15
1.8. Composition score (C)	15
1.9. Penalties by the C judges	16
1.10. Difficulty Tables	16
2. EXECUTION (E)	21
2.1. Artistic Components	21
2.2. Technical Faults	21
2.3. Execution Penalties (Artistic and Technical)	22
2.4. Execution Score (E)	24
GROUP EXERCISES. GENERALITIES	25
1. COMPOSITION (C)	26
1.1. Difficulty (D)	26
1.1.1. Difficulties without exchange (Body difficulties)	26
1.1.2. Difficulty with exchange	26
1.1.3. Combined Difficulty	28
1.2. Dance steps sequence	28
1.3. Dynamic elements with Rotation.....	28
1.4. Elements with Collaboration among the gymnasts with and without body Rotation	28
1.5. Use of Space	30
1.6. Composition score (C)	30
1.7. Penalties by the C Judges	30
2. EXECUTION (E)	31
2.1. Artistic Component	31
2.2. Execution Penalties (Artistic and Technical)	31
2.3. Execution score (E)	34
ANNEX	35

GENERALI

1. COMPETIZIONI E PROGRAMMI

1.1. PROGRAMMI PER I CAMPIONATI UFFICIALI DI GINNASTICA RITMICA E LE COMPETIZIONI (Riferimento ai Regolamenti Tecnici Sez.1 e Sez.3)

1.2. PROGRAMMA PER GINNASTE INDIVIDUALI

1.2.1. Il programma per le ginnaste individuali Senior e Junior solitamente consiste di 4 esercizi

1.2.2. La lunghezza di ogni esercizio va dal 1'15" al 1'30."

1.3. PROGRAMMA PER GRUPPI

1.3.1. Il programma per i Gruppi Seniorsolitamente consiste di 2 esercizi: uno con un singolo tipo di attrezzo e l'altro con due tipi di attrezzo.

1.3.2. Il programma per i gruppi Junior solitamente consiste di 2 esercizi, ognuno con un singolo tipo di attrezzo.

1.3.3. La lunghezza di ogni esercizio varia dai 2'15" ai 2'30."

1.4. CRONOMETRAGGIO

1.4.1. Il cronometro partirà non appena la ginnasta, o la prima ginnasta del gruppo, avrà cominciato a muoversi e si fermerà non appena la ginnasta, o l'ultima ginnasta del gruppo, sarà totalmente immobile.

- **Penalità** dal Giudice Coordinatore: 0.05 punti per ogni secondo in più o in meno.

1.5. MUSICA

1.5.1. Tutti gli esercizi devono essere eseguiti nella loro totalità con un accompagnamento musicale. Brevi e volontarie interruzioni, motivate dalla composizione, possono essere tollerate.

1.5.2. Una ginnasta o un gruppo possono ripetere un esercizio solo in caso di un errore di "forza maggiore" del paese ospitante e previa approvazione della Giuria Superiore (eempio: interruzione elettrica, guasto dell'impianto audio, eseguita la musica sbagliata, etc.).

1.5.3. La musica può essere eseguita da uno o più strumenti o da un musicista, inclusa la voce usata come uno strumento * (solo un esercizio può utilizzare musica con voci e parole in rispetto all'etica).

Tutti gli strumenti sono autorizzati, purché esprimano musica con le caratteristiche necessarie per accompagnare un esercizio di RG: chiara e ben definita nella sua struttura.

1.5.4. La musica deve essere unificata e completa (modifiche di un arrangiamento musicale già esistente sono permesse). Una giustapposizione disconnessa di vari frammenti musicali non è permessa.

1.5.5. Musica non in linea col carattere della Ginnastica Ritmica è totalmente vietata (ex: parole, sirene, motori di auto, etc.)

1.5.6. Ogni attrezzo deve essere registrato su CD di alta qualità. Un segnale audio può partire prima della musica. Una sola musica deve essere registrata su ogni CD (a meno che non ci sia un musicista).

1.5.7. Le seguenti informazioni devono essere scritte su ogni CD:

- Nome della Ginnasta
- Paese (le 3 lettere maiuscole usate dalla FIG per descrivere il paese della ginnasta)
- Simbolo dell'attrezzo
- Nome/i di compositore/i e musica
- Lunghezza della musica
- **Penalità** dal Giudice Coordinatore: 0.50 per Musica non conforme al regolamento

*Nota: La FIG RG/TC deciderà dopo i Campionati del Mondo 2013 se mantenere o rimuovere la musica con voce e parole.

2. GIURIE

2.1. COMPOSIZIONE DELLA GIURIA – Campionati ufficiali e altre competizioni

2.1.1. GIURIA SUPERIORE

(Riferirsi ai Regolamenti Tecnici Sez.1 e Sez.3)

2.1.2. COMPOSIZIONE DELLA GIURIA per INDIVIDUALI E GRUPPI

- Ogni Giuria (Individuali e Gruppi) consiste di 2 gruppi di giudici:
 - **Composizione (C):** 4 giudici, media dei due punteggi intermedi.
 - **Esecuzione (E):** 4-6 giudici, media dei due punteggi intermedi, valutando:

- Falli artistici: coreografia e musica
- Falli tecnici: esecuzione dei movimenti corporei e maneggio di attrezzo

2.1.3. IL GIUDICE N°1 DELLA GIURIA (C) È IL GIUDICE COORDINATORE

- Il Giudice Coordinatore C1 applicherà le penalità indicate negli Annessi.
- La Giuria Superiore deve confermare le penalità assegnate dal Giudice Coordinatore C1

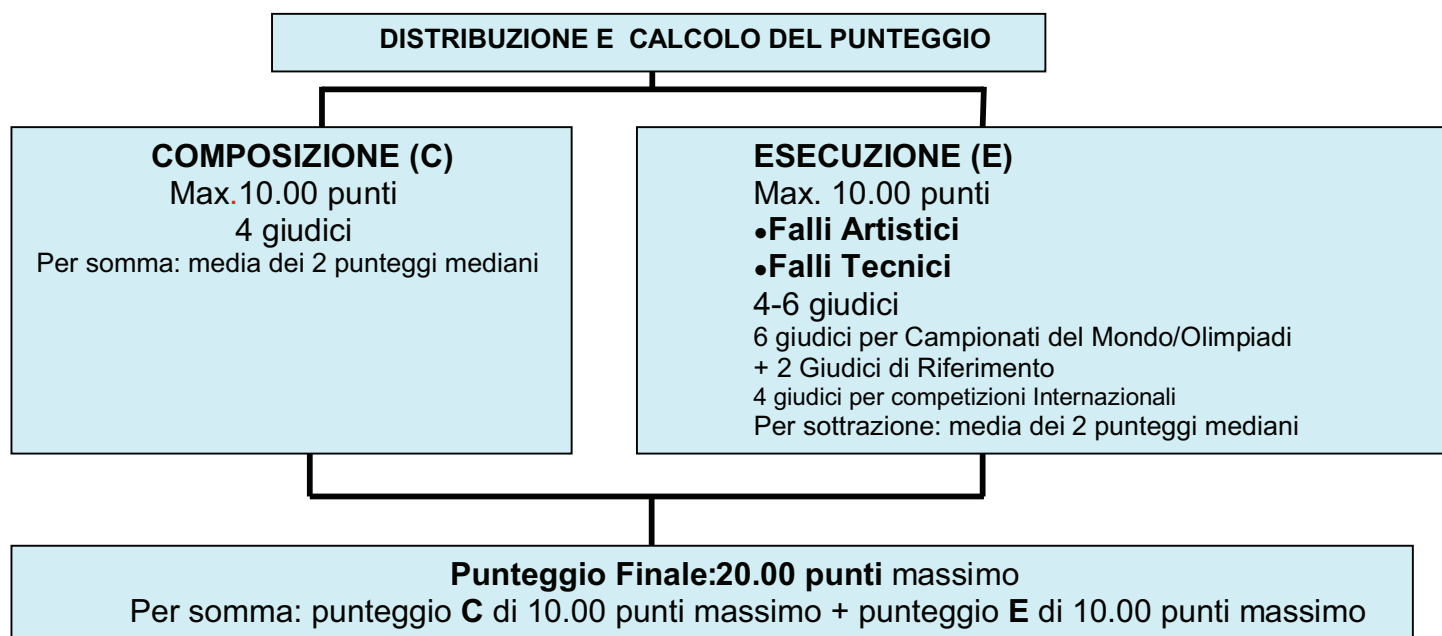
2.2. GIURIA DI CONTROLLO

- I 6 membri del TC fungono da Giuria di Controllo
(per dettagli riferirsi ai Regolamenti Tecnici Sez.1 e Sez.3)

2.3. PROCEDURE DI INTERVENTO

- In caso di un intervento, il Presidente della Giuria Superiore deve contattare i giudici coinvolti e informarli del punteggio assegnato dalla Giuria di Controllo
- I giudici hanno il diritto di cambiare o non cambiare i loro punteggi
- In caso i giudici non siano d'accordo col cambiamento del punteggio, il Presidente della Giuria Superiore ha il diritto di assegnare il punteggio Base
- Punteggio Base: (media dei due punteggi medi di Composizione dei Giudici + il punteggio del Giudice di Controllo) diviso per 2

2.4. DISTRIBUZIONE E CALCOLO DEI PUNTEGGI (Nota: Per le ginnaste Junior, vedi Annessi)



2.4.1. Differenza tollerata tra i 2 punteggi mediani di Composizione (C)
(Riferirsi alle Procedure di Intervento, Art.2.3)

2.4.2. Differenza tollerata tra i 2 punteggi mediani di Esecuzione (E)

9.50-10.00	0.10
9.00-9.49	0.20
8.50-8.99	0.30
8.00-8.49	0.40
7.50-7.99	0.50
Sotto 7.5	0.60

Se la differenza tra i 2 punteggi mediani è superiore alla differenza tollerata, il punteggio Base è assegnato:

- Punteggio Base: (media dei 2 punteggi mediani di Esecuzione dei giudici + media dei 2 punteggi dei Giudici di Riferimento) diviso per 2
- Quando non ci sono Giudici di Riferimento (RJ), il punteggio Base ammonta a (media dei 2 punteggi mediani di Esecuzione dei Giudici + punteggio della Giuria di Controllo) diviso 2

2.4.3 Differenza tollerata tra la media dei 2 punteggi dei RJ e il punteggio finale della Giuria di Esecuzione

9.300-10.000	0.10
8.700-9.299	0.20
8.100-8.699	0.30
7.500-8.099	0.40
0.000-7.499	0.50

- In caso di differenza uguale o inferiore alla tolleranza permessa, il punteggio finale della giuria E resta valido
- In caso di differenza maggiore della tolleranza permessa, la media dei punteggi di RJ e Giuria E determina il punteggio finale di E.

2.4.4. Differenza tollerata tra i 2 punteggi RJ

9.50-10.00	0.00
9.00-9.499	0.10
8.50-8.999	0.20
8.00-8.499	0.30
7.50-7.999	0.40
Inferiore 7.50	0.50

- In caso di differenza fra i punteggi degli RJ 2 superiore alla Pre-definita tolleranza, il punteggio degli RJ non è preso in considerazione e vale il punteggio della Giuria E.

2.4.5. APPELLI (Vedi Regolamenti Tecnici, Sez. 1, Reg. 8.4)

2.5. TORNEI INTERNAZIONALI

- 2.5.1. Ogni pannello giudicante sarà assistito da un Giudice Coordinatore (vedi 2.1.3)
- 2.5.2. Un giudice neutrale che assumerà i doveri della Giuria Superiore è richiesto.
- 2.5.3. Un torneo con un'alta percentuale di giudici rappresentanti il paese organizzatore non sarà considerato per la valutazione dei giudici.

2.6. ISTRUZIONE DEI GIUDICI

- Prima di ogni Campionato ufficiale FIG, il Comitato Tecnico organizzerà un incontro per informare i giudici partecipanti in merito all'organizzazione del giudizio.
- Prima di tutti gli altri campionati o tornei, il Comitato Organizzatore terrà un simile incontro.

3. AREA DELLA PEDANA

3.1. ESERCIZI INDIVIDUALI E DI GRUPPO

- 3.1.1 Ogni attraversamento dei limiti dell'area di pedana da parte dell'attrezzo o di uno o due piedi o di ogni altra parte del corpo che tocchi il suolo fuori dalla specifica area, e ogni attrezzo che lasci la area di pedana e vi rientri da solo sarà penalizzato
 - **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.20 punti ogni volta per una ginnasta individuale o per per ogni ginnasta in fallo del gruppo o per l'attrezzo ogni volta.
 - **Nessuna Penalità** se l'attrezzo lascia l'area della pedana (l'attrezzo è perso sull'ultimo movimento) dopo la fine dell'esercizio e la fine della musica.
- 3.1.2. Nessuna penalità sarà assegnata se l'attrezzo supera i limiti dell'area di pedana senza toccare il suolo.
- 3.1.3. Ogni esercizio dovrà essere eseguito interamente sulla stessa area di pedana:
 - **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.20 punti se la ginnasta od ogni ginnasta del Gruppo cambia area di pedana o termina l'esercizio fuori dall'area di pedana o lascia l'area di pedana durante l'esercizio.

4. ATTREZZO

4.1. NORME – CONTROLLO

4.1.1. Le caratteristiche di ogni attrezzo sono specificate nelle *Norme degli Attrezzi FIG*

4.1.2. Gli attrezzi usati da un Gruppo devono essere tutti identici (peso, dimensione e forma); solo il loro colore può essere differente.

4.1.3. Ogni attrezzo sarà controllato prime dell'ingresso della ginnasta nella sala della competizione.

Un altro controllo può avere luogo alla fine dell'esercizio, su richiesta della Giuria Superiore.

4.1.4. Per ogni uso di attrezzo non conforme:

- **Penalità** dal Giudice Coordinatore: 0.50 punti per esercizi individuali o di gruppo.

4.2. POSIZIONAMENTO DEGLI ATTREZZI ATTORNO ALLA PEDANA – ATTREZZI DI RISERVA

4.2.1. La presenza di attrezzi di riserva attorno alla pedana è autorizzata:

- Il Comitato Organizzatore deve collocare un set di attrezzi identici (il set completo di attrezzi usati dagli individuali o dal gruppo nella competizione) lungo tre delle quattro linee della pedana (non includendo il punto di ingresso) per l'uso di ogni ginnasta.
- La ginnasta può utilizzare soltanto un attrezzo di riserva che sia stato posizionato prima dell'inizio dell'esercizio.
- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti per ogni attrezzo supplementare.

4.2.2. Se l'attrezzo cade e **lascia** la pedana, l'uso di un attrezzo di riserva è consentito:

- **Penalità** del giudice di Esecuzione (E): 0.70 punti per perdita di attrezzo, indipendentemente dalla distanza della ginnasta dall'attrezzo di riserva.
- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.20 punti per l'attrezzo che lascia la pedana

4.2.3. Se l'attrezzo cade e **lascia** la pedana ed è restituito alla ginnasta da un ufficiale o da un membro del pubblico:

- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti per recupero non autorizzato.

4.2.4. Se l'attrezzo cade ma **non lascia** la pedana, l'uso dell'attrezzo di riserva non è consentito:

- **Penalità** del Giudice di Esecuzione (E): 0.70 punti per la perdita dell'attrezzo
- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti per l'uso dell'attrezzo di riserva.

4.3. ATTREZZO ROTTO O ATTREZZO IMPIGLIATO NELLE TRAVI DEL SOFFITTO

4.3.1. Se l'attrezzo si rompe durante un esercizio o resta impigliato nelle travi del soffitto, la ginnasta o il Gruppo non sono autorizzati a ricominciare l'esercizio da capo.

4.3.2. La ginnasta o il Gruppo non sarà penalizzata per l'attrezzo rotto, o per l'attrezzo impigliato nelle travi del soffitto, ma sarà soltanto penalizzata per le conseguenze dei vari errori tecnici.

4.3.3. In questo caso, la ginnasta o il Gruppo può:

- Interrompere l'esercizio.
- Continuare l'esercizio con un **attrezzo di riserva**.

4.3.4. **Nessuna ginnasta o gruppo è autorizzata a continuare un esercizio con un attrezzo rotto.**

Penalità:

- Se la ginnasta o il gruppo interrompe l'esercizio, l'esercizio non è valutato.
- Se la ginnasta o il gruppo riprende l'esercizio con un attrezzo di riserva, le penalità saranno le stesse assegnate per una perdita di attrezzo e uso di attrezzo di riserva (vedi *Paragrafi 4.2.2. e 4.2.3.*).
- Se la ginnasta o il Gruppo prosegue l'esercizio con un attrezzo rotto, l'esercizio non sarà valutato.

4.3.5. Se l'attrezzo si rompe alla fine dell'esercizio (ultimo movimento) e la ginnasta o il gruppo conclude l'esercizio con l'attrezzo rotto o senza l'attrezzo, la penalità è la stessa che per una "perdita di attrezzo alla fine dell'esercizio:"

- **Penalità** del giudice di Esecuzione: 0.70 punti

Nota: Le stesse norme in **Caso di esercizio di Gruppo con 2 Clavette per ginnasta**

5. ABBIGLIAMENTO DELLE GINNASTE

5.1. GINNASTE INDIVIDUALI E GRUPPI

5.1.1. Body da ginnasta

- Un corretto body da ginnasta deve essere in materiale non trasparente; dunque, body che presentano parti in pizzo dovranno essere foderati (dal tronco al petto).
- La scollatura sulla parte frontale e posteriore del body non deve scendere più in basso di metà dello sterno e la linea inferiore delle scapole.
- I body possono essere con o senza maniche, ma body da danza con spalline sottili non sono permessi.
- Il taglio del body alla sommità delle gambe non deve scendere oltre la piega dell'inguine (al massimo).
- Il body deve essere aderente a sufficienza da permettere ai giudici di valutare la corretta posizione di ogni parte del corpo.
- I body delle ginnaste di un gruppo devono essere identici (dello stesso materiale, stile, disegno e colore). Comunque, se il body è fatto di un tessuto a disegni, qualche piccola differenza dovuta al taglio può essere tollerata.

5.1.2. E' consentito indossare:

- Lunga calzamaglia fino alle caviglie, sopra o sotto il body.
- Un body intero a un pezzo (tuta) purché sia aderente alla pelle
- Lunghezza e colore del tessuto che copre le gambe devono essere identici per entrambe le gambe (l'effetto "arlecchino" è vietato), solo lo stile (taglio o decorazioni) può essere differente.
- Un gonnellino che non scenda oltre la zona pelvica sopra il body, la calzamaglia o la tuta.
- Lo stile del gonnellino (taglio o decorazioni) è libero, ma il gonnellino deve sempre ricadere sui fianchi della ginnasta (l'aspetto a "tutu" è vietato).
- Le ginnaste possono eseguire gli esercizi a piedi nudi o con mezzepunte.
- La pettinatura deve essere netta e sobria e il trucco chiaro e leggero.

5.1.3. Gioielli di tutti i tipi e piercing, che potrebbero mettere a repentaglio la sicurezza della ginnasta, non sono permessi.

- **Penalità** del Giudice Coordinatore:
 - Abbigliamento della ginnasta individuale e del gruppo non conforme alle regole: 0.20 punti.
 - Stemmi o pubblicità non conformi alle norme ufficiali: 0.20 punti.

6. DISCIPLINA

6.1. DISCIPLINA DELLE GINNASTE E DEGLI ALLENATORI

6.1.1. Le ginnaste individualiste e le sei (6) ginnaste del gruppo devono presentarsi sull'area di gara solo dopo che sono state chiamate o per microfono o dal Giudice Coordinatore, o quando la luce verde appare.

- **Penalità** del Giudice Coordinatore:
 - Ingresso anticipato o in ritardo della ginnasta o del gruppo: 0.50 punti.
 - Ginnasta che si riscalda nell'area di gara: 0.50 punti.
 - Ginnaste di un gruppo che comunicano verbalmente tra loro durante l'esercizio: 0.50 punti.

6.1.2. Le ginnaste individualiste e del gruppo devono entrare in pedana con passo rapido senza un accompagnamento musicale e collocarsi subito nella posizione iniziale

- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti se ciò non avviene (Annessi)

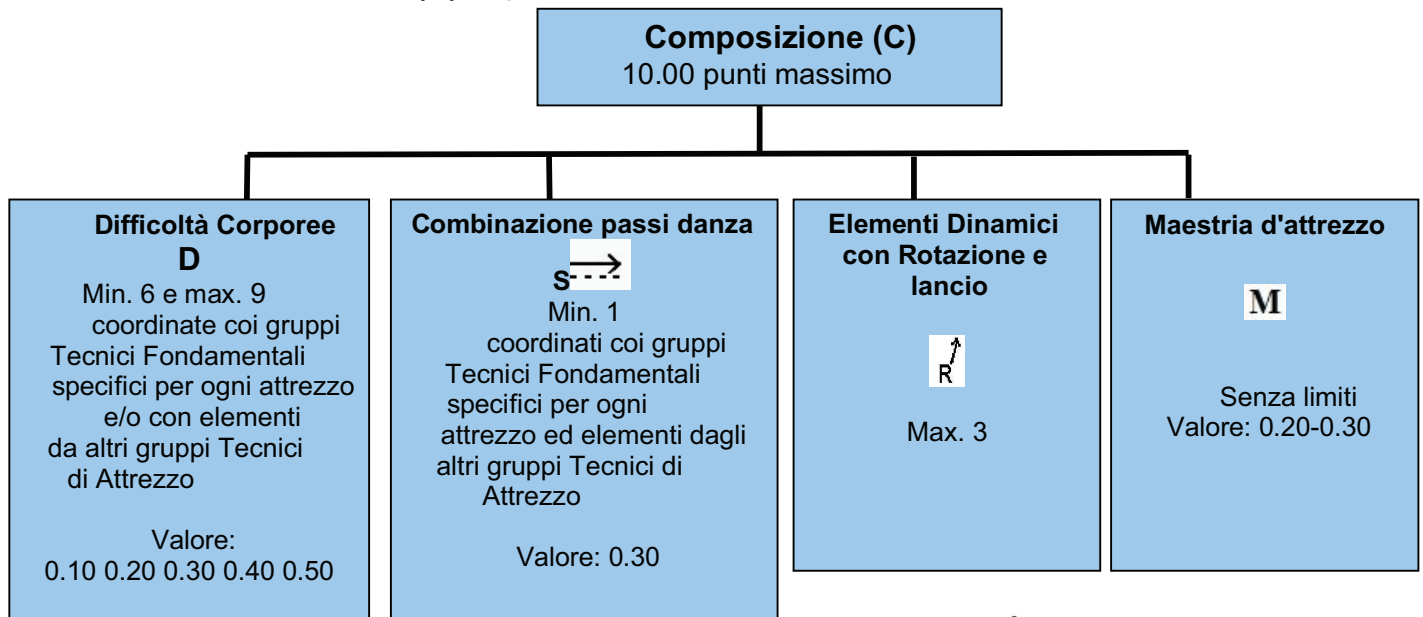
6.1.3. Durante l'esecuzione dell'esercizio, l'allenatore della ginnasta o del gruppo (o qualsiasi altro membro della delegazione) non può comunicare con le ginnaste individualiste, le ginnaste del gruppo, il musicista o i giudici in qualsivoglia maniera.

- **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti.

Il totale di queste penalità sarà sottratto dal punteggio finale.

ESERCIZI INDIVIDUALI COMPOSIZIONE (C)

1. La **COMPOSIZIONE (C)** degli esercizi individuali consiste di:



Sulla fiche ufficiale di esercizio, elementi di composizione (**D**, **S** →, **R**, **M**) devono essere scritti nell'ordine della loro esecuzione.

1.1. Difficoltà Corporee: le Difficoltà per ogni gruppo di movimenti corporei devono essere presentate nell'esercizio (Minimo 2, massimo 4 per ogni gruppo di movimenti corporei): Salti \wedge , Equilibri \top , Rotazioni \circ

1.1.1. Ogni **Difficoltà Corporea** è conteggiata solo una volta: o isolata o come parte di una Difficoltà Multipla o come parte di una Difficoltà Mista (non può essere ripetuta).

1.1.2. **Difficoltà di Rotazione Multipla (Pivots)**

- **Tutti i Pivots** contano come **1 Difficoltà**
- 2 o più Rotazioni con forma **diversa**
- Collegate **senza appoggio sul tallone**
- Ogni connessione tra forme differenti: +0.20 punti

Esempio: (\circ 1 \circ 2) = 0.20 + 0.20 + 0.20 per connessione = 0.60 punti

- In caso la ginnasta fallisca nell'eseguire una delle Difficoltà che compongono la Difficoltà di Rotazione Multipla (meno di 360° o appoggio del tallone), le altre Difficoltà di Rotazione eseguite correttamente sono conteggiate ma gli 0.20 punti per la connessione sono sottratti.

Esempio: (\circ 1 \circ 2) = 0.00 + 0.20 + 0.00 per connessione = 0.20 punti

1.1.3. **Difficoltà di Rotazione Multipla ("Fouette")**

- Conta come **1 Difficoltà**
- 2 o più "Fouette" di **identica o diversa** forma connessi **con appoggio del tallone** (nessun bonus assegnato per la connessione)

1.1.4. **Difficoltà Mista**

- 2 o più Difficoltà differenti dello stesso o di un differente gruppo corporeo
- **Ogni componente** conta come **1 Difficoltà**
- Connessi:
 - senza passo intermedio (\wedge),
 - con/senza appoggio di tallone (\top),

- in caso di Rotazione (⊖) sia con plie-releve che dal releve al piede piatto, o altra parte del corpo, a seconda del tipo di Rotazione
- Ogni connessione **senza interruzione: 0.10 punti**
Esempio: (∧ + ∧) o (T + T) o (⊖ + ⊖) o (∧ + T) o (T + ⊖) o (∧ + ⊖) etc.
Esempio: (⊖ 1 ⊖ 1) = 0.40 + 0.40 + 0.10 per connessione = 0.90 punti

- In caso la ginnasta fallisca nell'eseguire una delle Difficoltà che compongono la Difficoltà Mista, le rimanenti Difficoltà eseguite correttamente sono conteggiate, ma gli 0.10 punti per la connessione sono sottratti.

Esempio: (⊖ 1 ⊖ 1) = 0.00 + 0.40 + 0.00 per connessione = 0.40 punti.

1.1.5. «Stessa forma»:

- Una identica relazione tra busto/gambe/mani durante l'intero sviluppo della Difficoltà.
- Una **ripetizione della stessa forma** - indipendentemente da presenza/assenza di rotazione, rovesciamento, o dal numero di rotazioni corporee, o tours lents, od onde - **non è contata**.
Eccezione: in caso di una serie (massimo 3) di identici Salti o Rotazioni.

1.1.6. Una Difficoltà Corporea è valida se eseguita:

- **Con un minimo di 1** elemento tecnico fondamentale specifico per ogni attrezzo e/o un elemento dagli altri gruppi tecnici di attrezzo **durante la Difficoltà isolata** o durante ogni componente di una **Difficoltà di Rotazione Multipla (Pivots) e Difficoltà Mista**
- **Senza uno o più dei seguenti gravi falli tecnici:**
 - Maggiore alterazione delle caratteristica di base specifiche per ogni gruppo corporeo
 - Rotazioni: tutte le rotazioni eseguite dopo un 'saltello' o 'scivolamento' (fallo) non sono valide; soltanto le rotazioni eseguite prima del fallo sono valide
 - Perdita dell'attrezzo durante la Difficoltà, inclusa 1 o 2 Clavette
 - Perdita di equilibrio durante la Difficoltà con appoggio su mano/i o attrezzo o caduta
 - Attrezzo statico

1.1.7. Ogni Difficoltà con un valore inferiore a quanto indicato nella fiche non sarà conteggiata

- Eccezione per difficoltà di Rotazione: in casi di rotazioni incomplete rispetto al numero di rotazioni indicate sulla fiche, la Difficoltà è valutata in accordo al numero di rotazioni eseguite.
- Difficoltà eseguite con un valore più alto manterranno il valore indicato nella fiche.
- Ogni Difficoltà eseguita con ampiezza superiore a quella richiesta dalla definizione della Difficoltà corrispondente non cambierà il valore della Difficoltà.

1.1.8. In un esercizio una ginnasta può eseguire solo **una** Difficoltà con "Tour lent" in "relevé" o sul piede piatto. Valore: 0.10 punti + valore dell'elemento della Difficoltà (vedi Tavola).




















- Il "tour lent" non è autorizzato sul ginocchio, sulle braccia, o in posizione di "Cosacco".

1.1.9. Elementi con rotazioni corporee come rovesciamenti, rotolamenti e/o onde di tutto il corpo eseguiti sia in piedi, sia a terra (che non sono Difficoltà inserite nella Tabella) possono essere aggiunti prima o dopo le Difficoltà, a condizione che questi elementi si concludano con la corrispondente Difficoltà o comincino immediatamente dopo la Difficoltà, senza interruzione. In questi casi, il simbolo (⊖) e l'onda (∟) sono aggiunti **prima o dopo** il simbolo della Difficoltà. Valore: 0.10 punti + valore dell'elemento di Difficoltà.




- **Ripetere** lo stesso elemento di rotazione corporea (diversa tecnica o posizione iniziale) **non è permesso**.
 - In caso la ginnasta non esegua correttamente ⊖ o ∟, la Difficoltà è valida ma il valore dell'elemento aggiuntivo (+0.10 punti) è cancellato.

1.1.10. Una Difficoltà è in connessione con un lancio dell'attrezzo:



- se l'attrezzo è lanciato all'inizio, durante, o verso la fine della Difficoltà

	 Mills: at least 4 small circles of the Clubs with time delay and by alternating crossed and uncrossed wrists/ hands each time	<ul style="list-style-type: none"> Free rotations of 1 or 2 Clubs on the part of the body or on the floor Rolls of 1 or 2 Clubs on the part of the body or on the floor Rebound of 1 or 2 Clubs from the body "Sliding" movements" Tapping
	 Series (min.3) of small circles with both Clubs	 Series (min. 3) of small circles with 1 Club
	 The asymmetric movements of 2 Clubs must be different in their shape or amplitude and in the work planes or direction	 Small throw/catch of 1 Club
	 Small throws/ catches with rotation of 2 Clubs together simultaneously or alternating	 Throws/catches of 2 Clubs, simultaneous  (↔) Throw of 2 Clubs, asymmetric  "Cascade" throws/catches (double or triple)
	 Spirals (4-5 waves), tight and same height  Spirals on the floor	 "Echappé"
	 Snakes (4-5 waves), tight and same height  Snakes on the floor	 "Boomerang"
	 Passing through or over the pattern of the Ribbon	 -Rotational movement of the Ribbon stick around the hand - Roll of the Ribbon stick on the part of the body - Rebound of the stick from the part of the body

1.3.2. Tavola riassuntiva dei gruppi tecnici di attrezzo validi per tutti gli attrezzi

	Throws and catches
	Apparatus handling (apparatus in motion): <ul style="list-style-type: none"> Figure 8 with ample body movement Large circles Transmission of the apparatus around any part of the body or under the leg(s) Wrapping, rebounds, etc.
	Unstable balance on the part of the body

1.3.3. Equilibrio instabile di attrezzo:

- L'attrezzo non può essere schiacciato da alcuna parte del corpo, per poterlo considerare in posizione di equilibrio instabile .
- Elementi scorretti di equilibrio instabile  sono considerati attrezzo statico.
- Eccezione:** Palla e Clavette in equilibrio sulla schiena durante movimenti corporei con rotazione.

1.3.4. Attrezzo statico

- L'attrezzo è trattenuto con forza o strizzato da una/due mano/i.
- L'attrezzo è trattenuto con forza o strizzato da una o più parti del corpo durante più di un movimento corporeo
- L'attrezzo è trattenuto durante un movimento preparatorio per la Difficoltà e la Difficoltà stessa, o per due Difficoltà di fila.
- Penalità** del giudice di Esecuzione: 0.30 punti per attrezzo statico.

1.4. Gli elementi dinamici con rotazioni e lanci () consistono in un lancio di attrezzo e:

- Rotazioni del corpo attorno a un qualunque asse durante il lancio o il volo dell'attrezzo.
- Una perdita di contatto visivo con l'attrezzo.
- Con o senza passaggio al suolo.
- Una ripresa dell'attrezzo durante o immediatamente alla fine della/e rotazione/i senza fallo tecnico durante la ripresa.

1.4.1. Il valore degli elementi dinamici con rotazione () può essere incrementato dalle seguenti condizioni:

- tipo del lancio
- numero di rotazioni corporee durante il lancio o il volo dell'attrezzo
- tipo di ripresa durante o alla fine dell'ultima rotazione.















1.4.2. Valore Base e Criteri per R

Valore Base	Criteri
R 1 =0.10	1 elemento dinamico con rotazione del corpo
R 2 =0.20	2 elementi dinamici con rotazione del corpo
R 3 =0.30 o più	3 o più elementi dinamici con rotazione del corpo (+ 0.10 per ogni rotazione aggiuntiva)

1.4.3. Criteri addizionali per R :

- Criteri addizionali possono essere eseguiti durante il lancio e/o la ripresa dell'attrezzo e/o durante la rotazione del corpo (vedi Tavola riassuntiva dei Criteri addizionali).
- Per ogni criterio addizionale, il valore base del R è incrementato di 0.10 punti.
- In caso la ginnasta non esegua uno o più dei criteri o numero di rotazioni, il valore del R è ridotto del valore dei criteri che non sono stati eseguiti.

1.4.4. Tavola riassuntiva dei Criteri Addizionali R

Criteri addizionali R	
	Cambiamenti dell'asse di rotazione corporea sotto il lancio o durante la ripresa dell'attrezzo
	Fuori dal controllo visivo durante il lancio/la ripresa
	Senza l'aiuto delle mani durante il lancio/la ripresa
	Cambio di livello senza aggiustamenti o spostamento durante il lancio o la ripresa
	Passaggio attraverso l'attrezzo durante lancio/ ripresa
Lanci specifici dell'attrezzo	
	Con rotazioni attorno al suo diametro; sul piano orizzontale o verticale.
	Piano obliquo
	Lancio/ripresa di 2 Clavette
	Lancio asimmetrico di 2 Clavette Ripresa mista di Fune/Clavette
	Clavette: lanci a cascata o alternati
	Fune aperta
Riprese specifiche dell'attrezzo	
	Ripresa diretta in rotolamento
	Rilancio/rimbalzo
	Ripresa diretta in rotazione

1.4.5. Nelle combinazioni di R è possibile usare difficoltà corporee con rotazioni di un valore di 0.10 punti senza scriverle sulla fiche di Composizione ufficiale e senza prenderle in considerazione durante il calcolo del valore totale della Difficoltà Corporea.

1.4.6. Solo un elemento di rotazione (Chainée) si può usare durante R come sua parte, isolato o in serie di 2-3 elementi.

1.4.7. Se la ginnasta esegue un aggiustamento minore (1 piccolo passo in piedi o a terra) durante la ripresa di R e **tuttavia riprende l'attrezzo correttamente, il valore del R sarà ridotto di 0.10 punti.**

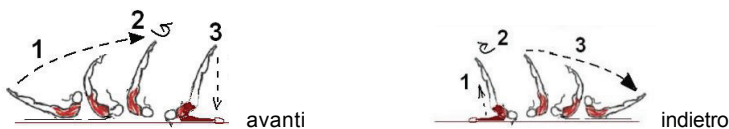
1.5. **Elementi preacrobatici:** possono essere eseguiti **una sola volta** in un esercizio:

- Come parte di una Difficoltà corporea con differenti tecniche di rotazione.
- Lo stesso elemento preacrobatico si può eseguire come parte di R , isolato o in una serie di 2-3 elementi.
- L'elemento preacrobatico che è stato eseguito in una serie non può essere eseguito di nuovo in isolamento come parte di R

- Tutti gli elementi preacrobatici devono essere eseguiti senza posizione di arresto o con una pausa molto breve durante una ripresa dell'attrezzo.

1.5.1. Solo i seguenti gruppi di elementi preacrobatici sono autorizzati:

- Rotolamenti avanti, indietro e di lato senza volo.
- Rovesciamento avanti, indietro, ruota senza volo.
- Rovesciamenti eseguiti con differenti tipi di appoggio (sul petto, sulle spalle, sulla/e mano/i) sono considerati come elementi preacrobatici differenti.
- «Rotolamento sul petto/ Pesce»: rovesciamento al suolo su una spalla con passaggio da verticale del corpo teso



- «Salto plongé»: salto con busto flesso in avanti seguito direttamente da uno o più rotolamenti è valido per R^{\uparrow} (elemento dinamico con rotazione del corpo)

Esempio: «Salto plongé» seguito direttamente da due rotolamenti = $R^{\uparrow} 2$ (2 elementi dinamici con rotazione)

1.5.2. I seguenti elementi sono autorizzati ma non considerati come elementi preacrobatici:

- Appoggio dorsale sulle spalle
- Spaccata frontale o laterale al suolo, senza arresto nella posizione
- Appoggio su una o due mani o sugli avambracci senza altro contatto col suolo, senza rovesciamenti/ruote e senza arresto nella posizione verticale.

1.5.3. Tutti i gruppi di elementi preacrobatici autorizzati possono essere inclusi nell'esercizio, purché:

- siano coordinati con un elemento tecnico di attrezzo.
- La ginnasta dovrebbe essere in contatto con l'attrezzo all'inizio, alla fine o durante l'intero elemento.

1.6. Una maestria d'attrezzo (M)) consiste di un elemento d'attrezzo combinato:

- con o senza lancio;
- con un rischio di perdita;
- necessariamente include elementi d'attrezzo non-ordinari/originali.

1.6.1. Il valore di elementi di maestria può essere dato dalla somma del valore di lancio e ripresa durante R^{\uparrow} , così come durante una Difficoltà corporea (D) e Combinazione di passi di danza S^{\rightarrow} (vedi Annessi)

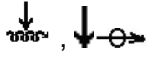









- Calcolo: per somma dei criteri per ogni elemento di maestria.
- La maestria è valida solo quando eseguita senza penalità di esecuzione.

1.6.2. Criteri di maestria

- Nella fiche ufficiale dell'esercizio la Maestria è identificata come M2 (0.20) e M3 (0.30)
- M3 deve includere una rotazione del corpo.

1.6.3. Tavola riassuntiva dei criteri di maestria

Criteri per Maestria (M)	
	Senza controllo visivo
	Senza aiuto delle mani
	Passaggio attraverso l'attrezzo durante lancio/ripresa (Fune/Cerchio)
	Doppia rotazione di / durante la difficoltà Rotazioni molto veloci della/e clavetta/e durante il volo.
	Con rotazione del corpo
	3 trasmissioni senza l'aiuto delle mani con almeno 2 differenti parti del corpo
	«Echappé» e ripresa; Spirali
	Rotolamento dell'attrezzo su differenti segmenti del corpo ,
	Con trasmissione da una mano all'altra, senza interruzione; spirali o disegni a serpentine del Nastro sul piano orizzontale al di sopra della testa.

Lanci/ripresе specifici di attrezzo (↗ o ↓)	
	Ripresa diretta con rotolamento dell'attrezzo sul corpo Ripresa diretta con passaggio attraverso l'attrezzo
	Ripresa diretta del cerchio in rotazione
	Lanci/ripresе di 2 Clavette, simultaneamente
	Lanci/ripresе in "Cascade" (doppia, tripla) ↓↓
	Piccoli lanci/ripresе con rotazione di 2 Clavette assieme, simultaneamente o alternate
	Lancio asimmetrico di 2 Clavette
	Lancio/ripresе sotto la gamba
	Rilancio
	Lancio della fune aperta e tesa
	Lancio "Boomerang" del nastro, ripresa durante una difficoltà corporea o durante un elemento con rotazione del corpo

1.6.4. Presentazione degli elementi di maestria d'attrezzo e delle difficoltà corporee originali

- Tutti gli elementi di maestria d'attrezzo e le difficoltà corporee originali devono essere dichiarati almeno due mesi prima dei Campionati del Mondo per farli valutare dal Comitato Tecnico.
- Prima dei Campionati del Mondo, alla Federazione Nazionale coinvolta sarà richiesto di spedire un video dell'elemento di maestria d'attrezzo o della difficoltà corporea originale alla FIG, assieme a un testo descrittivo in 2 lingue (Francese e Inglese), con disegni degli elementi di maestria d'attrezzo e delle difficoltà corporee originali.
- Le ginnaste che non partecipano ai Campionati del Mondo avranno la possibilità di sottoporre alla FIG un video degli elementi di maestria d'attrezzo e difficoltà corporee originali per la valutazione.
- Il valore della maestria d'attrezzo approvata sarà valido per l'attrezzo specifico sottoposto dalla ginnasta interessata per la durata del ciclo olimpico; è possibile per ogni altra ginnasta eseguire lo stesso elemento senza il valore di M2 o M3.
- Una difficoltà corporea originale deve essere collegata con l'attrezzo. Il valore della difficoltà corporea originale approvata sarà valido per tutti gli attrezzi nella tavola delle difficoltà per la durata del ciclo olimpico; tuttavia, il bonus di "Originalità" (+0.30) sarà assegnato solo allo specifico attrezzo sottoposto per la ginnasta interessata.

1.7. Uso dello Spazio: La pedana deve essere utilizzata per intero:

- Differenti **livelli** (ginnasta in volo, in piedi, al suolo, etc.)
- Varietà di **direzioni** dei movimenti di corpo/attrezzo (avanti, indietro, etc.)
- Varietà nelle **modalità** di spostamento
 - **Penalità** del Giudice di Composizione: 0.30 punti per mancanza di varietà nell'uso di livelli, direzioni e modalità.

1.8. Punteggio di composizione (C)

Il giudice (C) valuta la Composizione dell'esercizio nel seguente modo:

- Valuta tutte le difficoltà corporee (max. ,9) nel loro ordine di esecuzione, verificando che siano eseguite in modo valido.
- Aggiunge, se necessario, le difficoltà corporee non dichiarate sulla fiche ufficiale dell'esercizio.
- Verifica l'esecuzione di almeno 1 Combinazione di passi di danza **S**→
- Verifica l'esecuzione di un massimo di 3 elementi dinamici con rotazione **R**↗
- Verifica la maestria d'attrezzo (**M**)
- Applica il punteggio corrispondente
- Sottrae le penalità

1.9. Penalità dei giudici C

Penalties	0.30	0.50
	<ul style="list-style-type: none"> Fiche/esercizio consiste di meno di 2 Difficoltà di ogni gruppo corporeo, penalità per ogni difficoltà mancante Fiche/esercizio consiste di oltre 4 Difficoltà di ogni gruppo corporeo, penalità per ogni difficoltà oltre il numero di difficoltà autorizzate (Tutte le difficoltà, nell'ordine della loro esecuzione oltre il limite, sono cancellate) Se l'esercizio è accidentalmente interrotto per lungo periodo (serio fallo di esecuzione) e la ginnasta non ha tempo di eseguire gli elementi dichiarati sulla fiche, non c'è penalità per le difficoltà mancanti. 	<p>Per assenza di predominanza dei gruppi fondamentali (meno del 50%)</p> <p>Più di 9 Difficoltà dichiarate (soltanto le prime 9 Difficoltà eseguite saranno conteggiate)</p> <p>Fiche/esercizio mancante di 1</p> <p>Combinazione di passi di danza S⁻ →</p> <p>Fiche/esercizio ha meno di 3 elementi dinamici con rotazione R[↑]</p>
	<p>Per calcolo sbagliato di:</p> <ul style="list-style-type: none"> Valore totale di tutte le difficoltà Valore di ogni componente dell'esercizio: D, R[↑], S⁻ → 	
	Più di una difficoltà "tour lent" per esercizio	
	Per ogni Difficoltà eseguita ma non dichiarata sulla fiche ufficiale.	
	Per utilizzo insufficiente dello spazio	

1.9.1. Se il simbolo è scritto in modo sbagliato, la Difficoltà non è conteggiata (**nessuna Penalità**)

1.9.2. In caso ci sia una differenza tra la descrizione testuale della difficoltà e il disegno nella tabella delle difficoltà, il testo prevale.






1.10. Tabella delle difficoltà

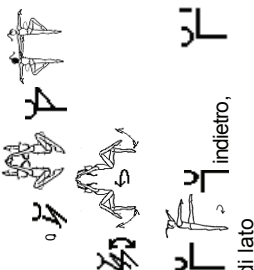
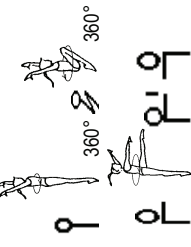
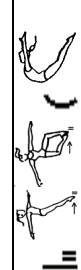





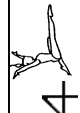




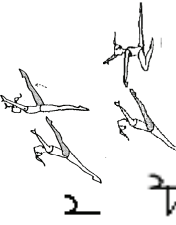
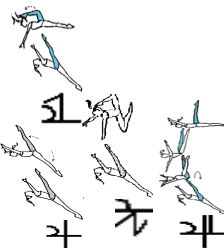


1.10.1. Tavola delle difficoltà di salto (^)

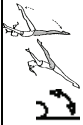
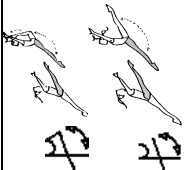








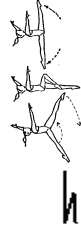








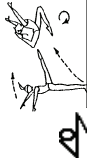







1.10.1.1. Caratteristiche di base:

- **forma definita e fissa** durante il volo
- altezza sufficiente a mostrare la forma corrispondente

1.10.1.2. Per i salti che non hanno rotazione, flessione indietro, o anello nella base, ogni 180° o flessione indietro +0.20, anello +0.10.

In questo caso, il simbolo seguente deve essere aggiunto al simbolo del salto: rotazione 180°:  , flessione indietro:  , anello:  . Ex:  (0.2) + rotazione 180° =  (0.40)

	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
1. Salti verticali con rotazione del corpo a 180°, così come a 360°					
2. «Cabriole» (avanti, di lato, indietro); arco					
3. Salto "Ciseaux" con cambio di gamba in varie posizioni; ad anello					
4. Stacco a due piedi					
5. «Cosacco» Gambe in varie posizioni; ad anello					
6. Boucle			(stacco e arrivo sullo stesso piede)		
7. «Fouette» Gambe in varie posizioni					





	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
8. "Entrelace". Gambe in varie posizioni					
9. Enjambée e biche in: boucle; con flessione dietro; con rotazione del busto. (stacco a 1 o 2 piedi)		 	 	 2— 	3— 
10. Gambe tese con cambio passaggio con gamba tesa o flessa in: biche; boucle; fless. dietro e/o con rotazione del busto		 	 	 	
11. Jeté en tournant (gambe in varie posizioni), anche con flessione indietro e/o con cambio di gamba			 	  	  
12. «Butterfly»					


1.10.2. Tavola delle difficoltà di equilibrio (T)

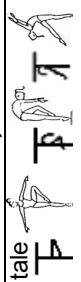


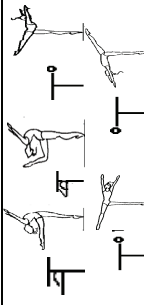

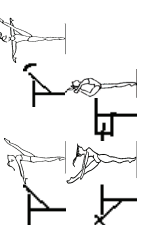
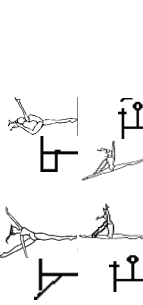
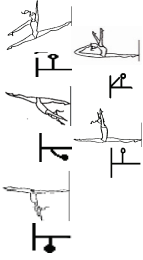





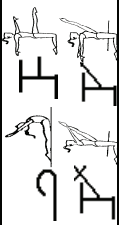



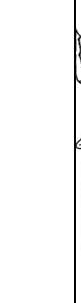




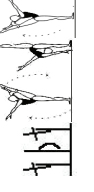
1.10.2.1. Caratteristiche di base:

- forma bel definita e fissa (posizione d'arreesto)
- eseguita sulle punte, piede piatto, o differenti parti del corpo

1.10.2.2. Tour lent:

- è possibile eseguire 1 tour lent in "relève" o piede piatto con un equilibrio nell'esercizio. Il valore dell'equilibrio è dato sommando 0.10 al valore di base di questo equilibrio per tour lent di 180 gradi o più durante la difficoltà. Il simbolo seguente è aggiunto al simbolo dell'equilibrio eseguito:  or  (Esempio:  )
- In caso il tour lent non sia eseguito correttamente durante la difficoltà di equilibrio, il valore di difficoltà + tour lent non sarà valido.
- **Non è consentito eseguire un tour lent sul ginocchio, sulle braccia, o in posizione di "Cosacco"**

1.10.2.3. Le Difficoltà #2 & #3 possono essere eseguite sul piede piatto. Il valore è ridotto di 0.10 e il simbolo di equilibrio dovrà includere una freccia in basso (Esempio:  = 0.40 punti)

	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
1. Gamba libera sotto l'orizzontale in: "Passe," con corpo flessio in avanti o indietro					
2. Gamba libera all'orizzontale in differenti direzioni, corpo flessio avanti, indietro, lateralmente					
3. Gamba libera in alto in differenti direzioni; corpo al livello orizzontale o inferiore, con o senza aiuto					
4. Fouetté (min. 3 differenti forme, in "relève" con un minimo di 1 giro di 90° o 180°). Ogni forma di equilibrio deve essere chiaramente fissa					
5. "Cosacco": gamba libera al livello orizzontale; in alto; con ginnasta che cambia livello					
6. Balances with support on various parts of the body					
7. Equilibrio dinamico con onda totale del corpo					
8. Equilibrio dinamico con o senza movimento di gamba con appoggio su varie parti del corpo.					

1.10.3. Tabella delle difficoltà di rotazione (D)

1.10.3.1. Caratteristiche di base

- **rotazione minima di base di 360°** (eccetto per rotazione #3 $\downarrow, \uparrow, \downarrow$)
 - **forma definita e fissa** durante l'intera rotazione
 - eseguita sull'avampiede (pivot), piede piatto, o in appoggio su differenti parti del corpo
 - **nota:** in caso di interruzione nella rotazione (slittamento o salto), il valore delle rotazioni già eseguite prima dell'interruzione sarà valido
- #### 1.10.3.2. Rotazioni supplementari:
- Ogni rotazione supplementare in **releve** di 360° aumenta il livello della difficoltà del valore base per difficoltà di rotazione multiple e isolate e come parte di difficoltà miste
 - Ogni rotazione supplementare di 360° su **piede piatto** **altra parte del corpo** accresce il livello della difficoltà di 0.20 punti
 - Rotazioni con **flessione indietro del busto** (#3, valore 0.40 e 0.50): posizioni di partenza differenti ("Partenza in piedi", «Partenza a terra») richiedono tecniche diverse; pertanto, queste rotazioni sono considerate differenti. E' possibile eseguire 1 volta per esercizio una rotazione con posizione di "Partenza in piedi", e 1 volta - posizione di «Partenza al suolo», indipendentemente dalle rotazioni di base scelte (180°/360°).
- #### 1.10.3.3. Rotazioni multiple (Pivots): Calcolo e iscrizione
- Calcolo: valore di base del 1° Pivot + valore di base del 2° Pivot + 0.20 per la connessione tra le differenti forme senza appoggio del tallone, etc.
 - Iscrizione: sulla fiche ufficiale **dopo il simbolo di ogni pivot, indicare il numero di rotazioni**. Esempio: (\downarrow 1 \downarrow 2) = 0.20 + 0.20 + 0.20 = 0.60
 - **Per il possibile cambio di livello della ginnasta** (gamba d'appoggio che si flette progressivamente, ritorno in posizione tesa) + **0.10 punti ciascuno**.
- #### 1.10.3.4. Fouetté: Calcolo e iscrizione
- E' possibile eseguire 2 o più forme identiche una volta o differenti forme in **Fouetté combinate una volta** (0.10 per connessione non è aggiunto).
 - Iscrizione: sulla fiche ufficiale dopo il simbolo per il Fouetté, indicare il numero di rotazioni in ognuno dei pivots che comprendono il **Fouetté**. Esempio: (\downarrow 122)=0.50

	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50
1. Gamba libera dietro alla orizzontale in: "Passé;" corpo flessa avanti o dietro; giro a spirale con onda ("tonneau")					
2. Gamba libera tesa o flessa sul livello orizzontale; corpo flessa sul livello orizzontale.					
3. Gamba libera in alto con o senza aiuto; corpo flessa sul livello orizzontale o sotto l'orizzontale					
4. «Cosacco» (gamba libera sul livello orizzontale); corpo flessa avanti.					
5. «Fouetté»					
6. "Illusione" avanti, di lato, indietro; gori in spirale con onda totale del corpo; rotazione "penché"					
7. Rotazione su varie parti del corpo					

ESECUZIONE DEGLI ESERCIZI INDIVIDUALI (E)

2. ESECUZIONE (E) degli esercizi individuali consiste di:



2.1. Componenti artistiche

2.1.1. Unità della Composizione

- 2.1.1.1. L'obiettivo principale è quello di creare una immagine artistica, espressa tramite i movimenti del corpo e dell'attrezzo e il carattere della musica.
- 2.1.1.2. Il carattere della musica deve definire l'idea guida/il tema della composizione, e la ginnasta dovrà esprimere questa idea guida agli spettatori, dall'inizio alla fine del suo esercizio.
- 2.1.1.3. La composizione deve essere sviluppata con elementi di connessione tecnici ed estetici, dove un movimento scorre fluido nel successivo, includendo i contrasti nella velocità/intensità (dinamismo), ampiezza e livello dei movimenti, eseguiti in relazione con la musica.
- 2.1.1.4. La composizione non deve essere una serie di elementi di difficoltà corporee o di attrezzo scollegati, ma le transizioni da un elemento all'altro devono essere logiche e connesse con fluidità, senza pause non necessarie o prolungati momenti di preparazione prima degli elementi corporei o di attrezzo.
- 2.1.1.5. All'inizio e alla fine dell'esercizio la ginnasta deve trovarsi in contatto con l'attrezzo. La posizione della ginnasta all'inizio dell'esercizio deve essere giustificata e utilizzata per il movimento iniziale dell'attrezzo. Le posizioni iniziali e finali non devono essere estreme.

2.1.2. Musica e Movimento

- 2.1.2.1. Deve esserci una totale correlazione tra i movimenti e la musica, ottenuta con:
 - Il contrasto dei movimenti in accordo col **tempo, ritmo** e gli **accenti musicali**.
 - L'abilità di esprimere il carattere e le risposte emozionali della musica attraverso tutti i movimenti corporei e il continuo lavoro di attrezzo.
- 2.1.2.2. Un esercizio che è connesso con la musica soltanto all'inizio e alla fine è considerato un esercizio che utilizza "musica di sottofondo."

2.1.3. L'espressività corporea è caratterizzata da:

- Una sintesi di forza, bellezza ed eleganza dei movimenti
- Partecipazione di tutti i segmenti corporei in movimento (testa, spalle, busto, mani, braccia, gambe)
- Le espressioni facciali devono anche comunicare il tema della musica e il messaggio della composizione
- Varietà nella velocità e intensità (dinamismo) dei movimenti di ginnasta/attrezzo, che devono riflettere il dinamismo del movimento
- Una continuità di movimenti senza interruzioni o pause non necessarie o lunghi elementi di preparazione

2.2. Falli tecnici

2.2.1. Lavoro della mano destra/sinistra

- Deve essere distribuito equamente nell'esercizio
- Esercizio individuale: per cerchio, palla e nastro.
- Non richiesto per l'esercizio di gruppo

2.3. Penalità di esecuzione (Artistiche e Tecniche)

Penalità	0.10	0.30	0.50/0.70
Falli artistici			
Unità della Composizione	Interruzioni isolate nel carattere, dinamismo, e idea guida	Maggior parte di esercizio manca di carattere, dinamismo, e idea guida	Totale assenza di carattere, dinamismo e idea guida
		Estrema posizione iniziale o finale	
		Posizione di partenza non giustificata dal movimento iniziale dell'attrezzo	
Musica - movimento	Assenza di armonia tra: <ul style="list-style-type: none"> il ritmo della musica e dei movimenti il carattere della musica e dei movimenti (ogni volta 0.10 fino a 2.00 punti per uso di musica come musica di sottofondo)		
Espressione corporea	Movimenti isolati e segmentari	Assenza di espressione corporea e facciale nella maggior parte dell'esercizio	Totale assenza di espressione corporea (movimenti segmentari) e facciale
Falli tecnici			
Movimenti corporei			
Generali	Movimento incompleto		
	Spostamento senza lancio: aggiustamento della posizione del corpo al suolo		
Tecnica di base	Tenuta scorretta di segmento corporeo durante movimento (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Perdita di equilibrio: movimento supplementare senza spostam.	Perdita d'equilibrio: movim. supplementare con spostam.	Perdita d'equilibrio con appoggio su una o due mani o sull'attrezzo
		Ginnasta statica *	Perdita totale di equil. con caduta – 0.70
Salto	Mancanza di ampiezza nella forma; arrivo pesante		
Equilibri	Mancanza di ampiezza nella forma; Forma non fissa né tenuta		
Rotazioni	Mancanza di ampiezza nella forma; Forma non fissa né ben definita		
	Appoggio del tallone durante una parte della rotazione quando eseguita in "relevé"	Asse del corpo non in verticale e finale con un passo	
	Spostamento (slittamento) durante la rotazione	Saltelli durante la rotazione o interruzione	
Elementi Preacrobatici	Arrivo pesante	Elementi preacrobatici non autorizzati	
	Tecnica scorretta	Elemento preacrobatico autorizzato, eseguito con tecnica non autorizzata	

*Ginnasta statica: la ginnasta non deve restare ferma (senza movimento) se in una qualsiasi fase non si trova in contatto con l'attrezzo (per esempio: lanci, rotolamenti al suolo, etc)

Penalità	0.10	0.30	0.50/0.70
Attrezzo			
Perdita dell'attrezzo (per la perdita di 2 Clavette in successione: il giudice penalizzerà una volta, in base al numero totale di passi effettuati per recuperare la clavetta più lontana)	Perdita e recupero immediato (dopo un rimbalzo) senza spostamento	Perdita e recupero senza spostamento	Perdita e recupero dopo breve spostamento (1-2 passi) Perdita e recupero dopo grande spostamento (3 o più passi) o fuori dalla pedana (a prescindere dalla distanza) – 0.70
			Perdita dell'attrezzo e uso dell'attrezzo di riserva - 0.70
			Perdita dell'attrezzo (nessun contatto) alla fine dell'esercizio - 0.70
Tecnica	Traiettoria imprecisa e ripresa in volo con 1 - 2 passi	Traiettoria imprecisa e ripresa in volo con 3 o più passi	
	Ripresa scorretta o con l'aiuto di una mano o del corpo Involontario contatto col corpo con alterazione della traiettoria	Attrezzo statico **	
	Involontaria ripresa della palla con entrambe le mani (Eccezione: ripresa fuori del campo visivo)		
		Mancanza di equilibrio tra lavoro di mano destra/sinistra	
Fune			
Tecnica di base	Maneggio scorretto: ampiezza, forma, piano di lavoro, o per la fune non tenuta a entrambi i capi (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Perdita di un capo della fune con breve pausa nell'esercizio		
	Piedi impigliati nella fune durante salti o saltelli		
	Nodo nella fune	Involontario avvolgimento attorno al corpo o parte di esso con interruzione dell'esercizio	
Cerchio			
Tecnica di base	Maneggio scorretto: alterazione nel piano di lavoro, vibrazioni (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto) Rotazione irregolare sull'asse verticale		
	Ripresa dopo lancio: contatto con l'avambraccio	Ripresa dopo lancio: contatto col braccio	
	Rotolamento scorretto con rimbalzo e involontario, incompleto rotolamento sul corpo		
	Slittamento lungo il braccio durante rotazioni		
	Passaggio attraverso il cerchio: piede impigliato nel cerchio		

Penalità	0.10	0.30	0.50
Palla			
Tecnica di base	Maneggio scorretto: palla tenuta contro l'avambraccio (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Rotolamento scorretto con rimbalzo e involontario, incompleto rotolamento sul corpo		
Clavette			
Tecnica di base	Maneggio scorretto (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Movimenti irregolari o interruzione del movimento durante piccoli cerchi e moulinets, e braccia troppo distanti durante i moulinets		
	Alterazione della sincronia nella rotazione delle 2 clavette durante lanci e riprese		
	Manca di precisione nei piani di lavoro delle clavette, durante movimenti asimmetrici		
Nastro			
Tecnica di base	Alterazione del disegno formato dal nastro (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Maneggio scorretto: impreciso attraversamento/trasmissione, bacchetta tenuta involontariamente al centro, legame scorretto tra disegni, schiocco del nastro (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)	Involontario avvolgimento attorno al corpo o a parte di esso, con interruzione nell'esercizio	
	Serpentine e spirali: cerchi o onde insufficientemente stretti/ cerchi od onde non della stessa ampiezza (altezza, lunghezza) (ogni volta, fino a un massimo di 1.00 punto)		
	Nodo senza interruzione nell'esercizio	Nodo con interruzione nell'esercizio	
	La coda del nastro rimane al suolo involontariamente durante l'esecuzione di disegni, lanci, echappes, etc.		

**** Attrezzo statico** (vedi esercizio individuale # 1.3.4)

2.4. Punteggio di esecuzione (E): Ogni giudice di Esecuzione (E) registra tutti i falli di esecuzione e assegna il totale delle sottrazioni.

ESERCIZI DI GRUPPO GENERALI

1. NUMERO DI GINNASTE

- 1.1. Ogni gruppo consiste di 6 ginnaste; 5 ginnaste partecipano a ogni esercizio e la ginnasta restante è autorizzata a stare nella zona di gara durante l'esecuzione di un esercizio (in caso di un incidente a una o più compagne).
- 1.2. Se durante un esercizio una ginnasta lascia il gruppo per valide ragioni:
- a) **La ginnasta può essere rimpiazzata da un'altra ginnasta**
- **Penalità** del Giudice Coordinatore:
 - o 0.20 punti- per "ginnasta che lascia la pedana"
 - o 0.50 punti- per "uso della ginnasta di riserva"
- b) **La ginnasta non è sostituita**
- **L'esercizio non è valutato**

2. INGRESSO

- 2.1. Il posizionamento del gruppo sulla pedana deve svolgersi:
- Con passo rapido e senza accompagnamento musicale
 - **Penalità** del Giudice Coordinatore: 0.50 punti, se questa regola non è rispettata.
 - Con le 5 ginnaste aventi ognuna un attrezzo, o una o più ginnaste con n mano i 5 attrezzi, che saranno immediatamente lanciati alle compagne

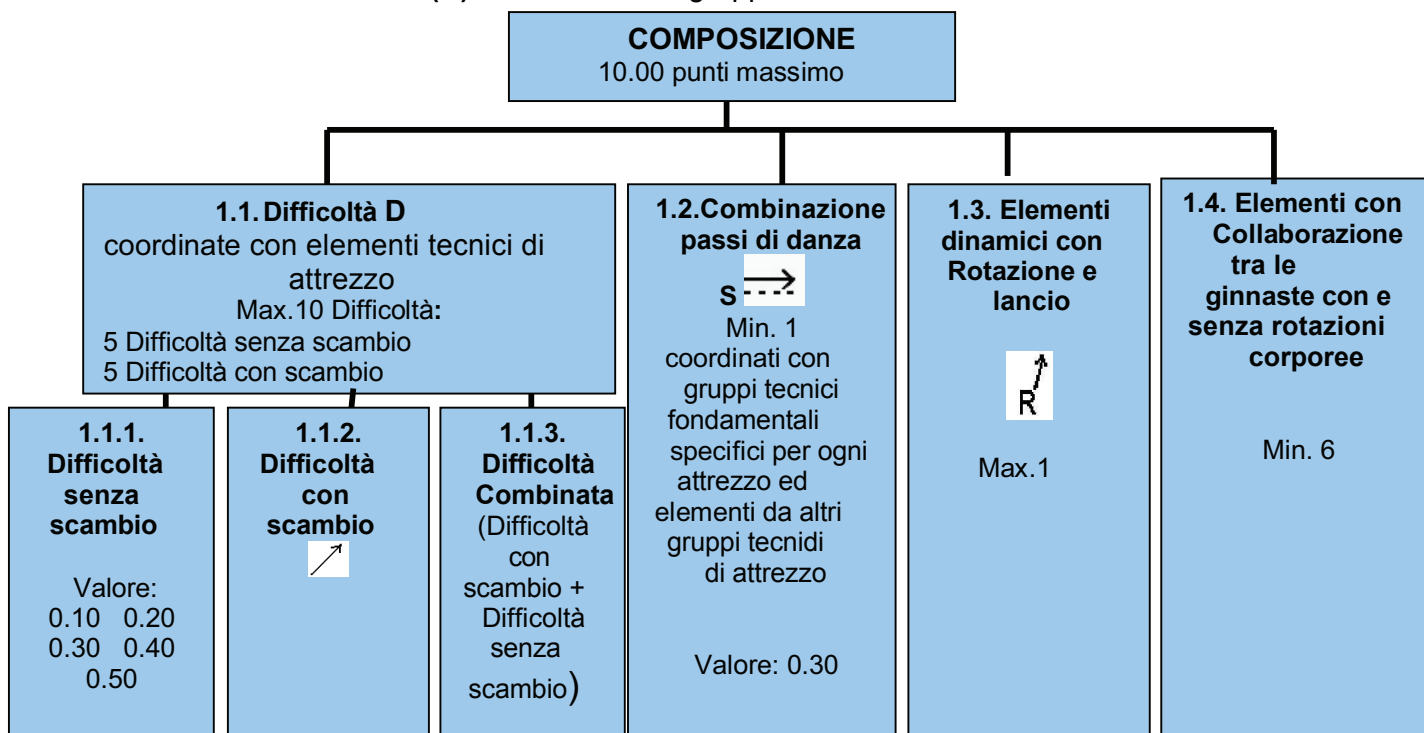
3. CONTATTO CON L'ATTREZZO

3.1. Inizio e fine dell'esercizio

- 3.1.1. All'inizio dell'esercizio, una o più ginnaste non possono rimanere senza attrezzo per più di 4 movimenti corporei (più di 4 secondi)
- **Penalità** dei Giudici di Esecuzione: 0.30 punti, se una o più ginnaste sono senza attrezzo per più di 4 movimenti (più di 4 secondi)
- 3.1.2. Se gli attrezzi e le ginnaste non cominciano a muoversi assieme, i vari movimenti devono susseguirsi l'un l'altro rapidamente, in un massimo di 4 movimenti per evitare l'immobilità visibile di una o più ginnaste o attrezzi.
- **Penalità** dei Giudici di Esecuzione: 0.30 punti per immobilità visibile più lunga di 4 movimenti (più di 4 secondi) di una o più ginnaste o attrezzi.
- 3.1.3. Alla fine dell'esercizio, ogni ginnasta può tenere o essere in contatto con uno o più attrezzi. In questo caso, una o più ginnaste possono essere senza attrezzo nella posizione finale.
- **Penalità** del Giudice di Esecuzione: 0.30 punti se tutte e 5 le ginnaste non sono in contatto con gli attrezzi nella posizione finale.

ESERCIZI DI GRUPPO COMPOSIZIONE (C)

1. La **COMPOSIZIONE (C)** dell'esercizio di gruppo consiste di:



Sulla fiche ufficiale, il contenuto della Composizione (C) (vedi # 1.1, 1.2, 1.3, 1.4) deve essere scritto nell'ordine di esecuzione.

1.1. Difficoltà (D)

Ogni esercizio di gruppo può avere un massimo di **10 Difficoltà**

1.1.1. Difficoltà senza scambio (difficoltà corporee) – 5

Tutte le difficoltà corporee elencate per gli esercizi individuali sono valide anche per i gruppi
Solo le difficoltà corporee isolate sono valide.




1.1.1.1. Le difficoltà possono essere dello stesso tipo e livello per tutte e 5 le ginnaste o di diverso tipo e livello. La difficoltà dal valore più basso eseguita da una ginnasta determinerà il valore della difficoltà per il gruppo.

1.1.1.2. Le difficoltà non sono valide se non sono eseguite da tutte e 5 le ginnaste, sia per un fallo di composizione, sia per un qualunque fallo tecnico di una o più ginnaste (vedi Esercizi Individuali, articolo 1.1.6)

1.1.1.3. L'esecuzione simultanea di **3 o più difficoltà corporee differenti da tutte e 5 le ginnaste non è autorizzata. Esempio:** allo stesso tempo: «jeté en tournant» di 3 ginnaste, «Salto cosacco» di 1 ginnasta e onda di tutto il corpo con spirale ("Tonneau") di 1 ginnasta.

- **Penalità** del giudice di Composizione: 0.30 punti e le 3 Difficoltà non sono valutate

1.1.1.4. Una difficoltà corporea **non può essere usata una seconda volta come Difficoltà combinata.**

1.1.1.5. L'esercizio di gruppo deve essere rappresentato da tutti i gruppi corporei (; ; )
minimo 1 Difficoltà per ogni gruppo.

1.1.2. Difficoltà con scambio () – 5

1.1.2.1. **Le difficoltà con scambio devono essere contate** sulla fiche ufficiale come segue:

- 1 Difficoltà = 1 elemento corporeo o più durante lo scambio
- Valore della Difficoltà con scambio: **Valore base** 0.10 punti, eseguita con minimo 1 criterio. Esempio: 1 elemento corporeo.

1.1.2.2. **Gli scambi eseguiti mediante lancio degli attrezzi** sono gli unici considerati come difficoltà con scambio.

- Gli scambi possono essere dello stesso livello per tutte e 5 le ginnaste o di livelli differenti
- Il valore dello scambio più basso determinerà il valore dello scambio del gruppo

1.1.2.3. E' obbligatorio eseguire vari tipi di scambio con differenti lanci e riprese (5 tipi diversi)

- **Penalità** del giudice di Composizione: 0.30 punti se la regola non è rispettata

1.1.2.4. Gli scambi possono essere eseguiti:

- contemporaneamente o in molto rapida successione
- con o senza spostamento
- dalle 5 ginnaste assieme, o da sottogruppi
- fra uno o due tipi di attrezzi

1.1.2.5. Lo scambio di base è valido solo se tutte le ginnaste partecipano a entrambe le azioni di scambio:

- **Lanciando** il proprio attrezzo
- **Ricevendo** un attrezzo da una compagna

1.1.2.6. Se uno o più attrezzi cadono durante lo scambio, lo scambio non è più valido.

1.1.2.7. Gli elementi seguenti, eseguiti durante il lancio e/o durante la ripresa di un attrezzo possono incrementare il valore di uno scambio di 0.10 ciascuno:

- Distanza: 6 metri (\longrightarrow_6) durante il lancio e/o la ripresa (**quando è intesa come parte della coreografia**)
- Ripresa al suolo: (\equiv) la ginnasta deve già trovarsi al suolo e non muoversi verso il suolo durante la ripresa
- Lancio e/o ripresa di 2 Clavette assieme (\nearrow)
- Lancio e/o ripresa eseguita al di fuori del campo visivo (\otimes) o senza l'aiuto delle mani (\dagger)
- Elemento di rotazione (Non Difficoltà) durante il volo dell'attrezzo (\circ)
- Rilancio (\downarrow)

1.1.2.8. Precisazioni tecniche relative agli scambi:

- **Fune/Nastro**: Uno scambio con lancio di fune o nastro è valido solamente se l'attrezzo è del tutto libero nello spazio per un qualsiasi periodo di tempo.
- **Clavette**: lo scambio è valido col lancio di 1 Clavetta, così come col lancio di 2 clavette.
- **Nastro**: Quando si scambiano i nastri con un lancio, le ginnaste devono solitamente riprendere gli attrezzi per la base della bacchetta. Tuttavia, è permesso riprendere intenzionalmente il nastro per la stoffa, in un'area di circa 50 cm dall'attaccatura, a condizione che questa ripresa sia giustificata dal successivo movimento.

1.1.3. **Difficoltà combinata**

- Una difficoltà con scambio combinata con una difficoltà senza scambio.
- La difficoltà combinata conta come una difficoltà **senza** scambio.
- Le ginnaste che non partecipano allo scambio possono eseguire solo 1 difficoltà corporea individuale.
- Se 2 difficoltà individuali sono eseguite, solo la prima difficoltà sarà conteggiata.
- In caso di difficoltà corporea individuale non valida, l'intera difficoltà è cancellata.
 - **Penalità** dei Giudici di Composizione: 0.30 punti per difficoltà combinata non in regola

1.2. **Combinazione di passi di danza S \dashrightarrow : (minimo 1)**

- Identica o differente per tutte e 5 le ginnaste
- Identica o differente per sottogruppi(vedi anche Esercizi Individuali)

1.3. Elementi dinamici con rotazione e lancio ^{R ↗} (massimo 1) che coinvolgono 5 ginnaste:
(vedi Esercizi Individuali)

1.4. Elementi con collaborazione tra le ginnaste con e senza rotazione (minimo 6)

- **Penalità** dei giudici di Composizione: 0.30 punti per ogni elemento mancante con collaborazione (in aggiunta allo scambio)

1.4.1. Collaborazioni senza rotazione corporee – C, CC, C ^{↗ ↘}

1.4.1.1. Gli elementi con collaborazione implicano:

- Tutte e 5 le ginnaste, assieme o in sottogruppi (coppia, trio, etc.) devono essere in contatto o direttamente o tramite gli attrezzi
- Eseguiti con modalità differenti da una o più ginnaste (con o senza lancio di attrezzo da parte di una o più ginnaste, direzioni differenti, varietà di spostamento e formazioni, etc.)
- Gli elementi di cooperazione sono ben organizzati col lavoro di attrezzo

1.4.1.2. Gli elementi con collaborazione sono validi alle seguenti condizioni:

- Se i sottogruppi eseguono una collaborazione di valore differente, conterà il valore più basso.
- Eseguiti senza falli tecnici di esecuzione (**Esempio: traiettoria imprecisa durante una Collaborazione e ripresa in volo con 2 o più passi**).
- In caso di numero di ginnaste o tipo di collaborazione diversi rispetto al numero dichiarato sulla fiche, la collaborazione non è valida.

1.4.2. Collaborazioni con rotazione del corpo - CR, CRR, CRRR

- Tutte e 5 le ginnaste devono partecipare all'azione di collaborazione.
- La "perdita di contatti visivo" durante il volo dell'attrezzo con rotazione del corpo attorno a un asse si riferisce sempre alla ripresa dell'attrezzo, sia esso il proprio attrezzo, sia l'attrezzo di una compagna.

1.4.3. Contatto con l'attrezzo durante le collaborazioni:

- E' possibile per una o più ginnaste essere in possesso di due o più attrezzi mentre le loro compagne non ne hanno alcuno, a condizione che questa situazione non duri più di 4 movimenti (4 secondi)
- Durante tutte le collaborazioni, i vari movimenti devono susseguirsi rapidamente, in un massimo di 4 movimenti (4 secondi), per evitare una immobilità visibile di una o più ginnaste e/o uno o più attrezzi.
- **Penalità** dei Giudici di Esecuzione:
 - 0.30 punti se una o più ginnaste sono senza attrezzo per più di 4 movimenti (più di 4 secondi)
 - 0.30 punti per immobilità visibile di una o più ginnaste e/o attrezzi per più di 4 movimenti (più di 4 secondi).



1.4.4 Elementi proibiti con una collaborazione

- Azioni o posizioni che comportano una o più compagne senza contatto col suolo, mantenute per più di 4 movimenti (4 secondi)
- Trasportare o trascinare una ginnasta al suolo per più di 2 passi
- Camminare - con più di un appoggio - sopra una o più ginnaste raggruppate assieme
- Formare piramidi
- **Penalità** dei Giudici di Esecuzione: 0.30 punti per ogni elemento proibito; la collaborazione non è valida

1.4.5. Criteri e Valore degli Elementi con Collaborazione tra le ginnaste

Valore					Tipo di Collaborazione
0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	
C					Collaborazione con o senza lancio di attrezzo: <ul style="list-style-type: none"> • Di tutte le 5 ginnaste • In sottogruppi (coppia, trio, 4+1.) • Con "sollevamento" di una o più ginnaste • Con appoggio sull'attrezzo e/o su ginnaste
CC					Scambi multipli: <ul style="list-style-type: none"> • Min. 2 scambi per ogni ginnasta • Differente maneggio di attrezzo (rimbalzi, rotolamento al suolo, lancio etc.)
	C ↗				Lancio di 2 o più attrezzi <ul style="list-style-type: none"> • Simultaneamente o in rapida successione dalla stessa ginnasta (max 2 volte)
	CR				Lancio del proprio attrezzo da una o più ginnaste e immediata ripresa del proprio attrezzo o di quello di una compagna, dopo: <ul style="list-style-type: none"> • Elemento dinamico di rotazione corporea sotto il volo dell'attrezzo con perdita di controllo visivo dell'attrezzo • Con l'aiuto di una compagna/appoggio/ sollevamento o l'attrezzo (questa opzione non è richiesta)
		CRR 1-2 ginnaste	CRR3 3 ginnaste		Lancio del proprio attrezzo da una o più ginnaste e ripresa del proprio attrezzo o di quello di una compagna dopo: <ul style="list-style-type: none"> • Elemento dinamico con rotazione corporea sotto il volo dell'attrezzo con perdita di controllo visivo dell'attrezzo • Con passaggio sopra, sotto o attraverso uno o più attrezzi e/o compagne • O, passando col supporto di una o più compagne e/o l'attrezzo di una o più compagne • O, afferrando l'attrezzo di una ginnasta che è sollevata dalla/e compagna/e
				CRRR	Lancio del proprio attrezzo di una o più ginnaste e ripresa immediata del proprio attrezzo o di quello di una compagna, dopo: <ul style="list-style-type: none"> • Passaggio attraverso l'attrezzo di una compagna durante il volo (attrezzo tenuto né dalla compagna, né dalla ginnasta che lo attraversa) con elemento dinamico di rotazione corporea con perdita cont. vis

Criteri addizionali:

- La collaborazione è aumentata di +0.10 per ognuno dei seguenti quando più di 1 ginnasta lancia e/o riprende l'attrezzo:
-  - Senza l'aiuto della/e mano/i
-  - Senza controllo visivo

1.5. Uso dello spazio: L'intera superficie di pedana deve essere usata

- Formazioni: minimo 6 (varietà di ampiezza e disegno)
- Direzioni
- Livelli/ altezza
- Modalità di spostamento
- **Penalità** del Giudice di Composizione: 0.30 per assenza del minimo di 6 formazioni (varietà di ampiezza e disegno)
- **Penalità** del Giudice di Composizione: 0.30 punti per assenza di varietà nell'uso dei livelli, direzioni e modalità di spostamento.

1.6. Punteggio di Composizione (C)

Il giudice valuta la Composizione (C) dell'esercizio nel modo seguente:

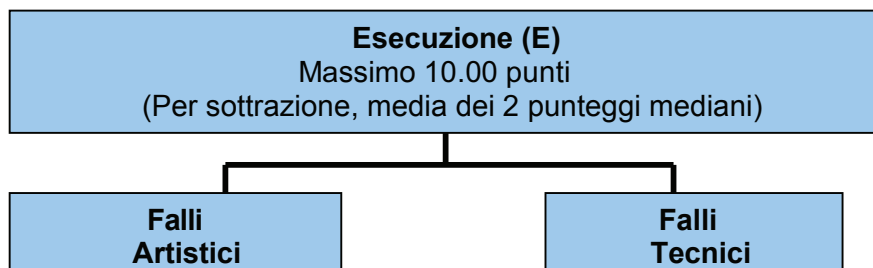
- Valuta le 10 Difficoltà nel loro ordine di esecuzione, verifica che siano eseguite in modo valido
- Aggiunge, se necessario, le difficoltà non dichiarate sulla fiche ufficiale della composizione
- Verifica l'esecuzione delle 5 Difficoltà senza scambio
- Verifica l'esecuzione delle 5 Difficoltà con scambio ↗ con 5 differenti tipi di lancio o ripresa
- Verifica l'esecuzione di almeno 1 Combinazione di passi di danza **S** →
- Verifica l'esecuzione di massimo 1 elemento dinamico con rotazione **R** ↗
- Valuta gli elementi con collaborazione fra ginnaste con e senza rotazione del corpo (minimo 6)
- Verifica l'esecuzione di almeno 6 formazioni
- Applica il punteggio corrispondente
- Sottrae le penalità

1.7. Penalità dei giudici C

Penalità	0.30	0.50
La fiche/esercizio ha più di 2 difficoltà corporee nella Difficoltà senza scambio e più di 1 difficoltà corporea individuale nella difficoltà combinata (per ogni errore)		La fiche ha più di 10 Difficoltà (in questo caso, solo le prime 10 Difficoltà eseguite saranno valutate)
Se sulla fiche è sbagliata: <ul style="list-style-type: none"> • la somma dei valori totali di tutte le Difficoltà • il valore di una Difficoltà 		La fiche/esercizio ha meno di 5 Difficoltà senza scambi
Più di 1 «tour lent»		La fiche/esercizio ha meno di 5 Difficoltà con scambio ↗
Per ogni difficoltà eseguita ma non dichiarata sulla fiche ufficiale.		
Assenza dei 5 tipi differenti di lancio o ripresa durante le difficoltà con scambio		La fiche/esercizio non contiene 1 combinazione di passi di danza S →
Assenza di un gruppo corporeo o di attrezzo		
Per ogni elemento mancante con Collaborazione (in aggiunta allo scambio)		La fiche/esercizio contiene più di 1 R ↗
Uso dello spazio: <ul style="list-style-type: none"> • Assenza del minimo di 6 formazioni • Assenza di varietà nei livelli, direzioni e modalità di spostamento 		

ESECUZIONE DEGLI ESERCIZI DI GRUPPO (E)

2. La ESECUZIONE (E) degli esercizi di gruppo consiste di:



2.1. Componente artistica

2.1.1. Unità, Espressività, Musicalità:

Tutte le norme menzionate per gli esercizi individuali sono valide anche per gli esercizi di gruppo

2.1.2. Organizzazione del lavoro collettivo:

Il carattere tipico dell'esercizio di gruppo è la partecipazione di ogni ginnasta al lavoro omogeneo del gruppo in uno spirito di cooperazione.

2.1.3. Ogni composizione deve avere tipi differenti di organizzazione del lavoro collettivo:

Quando tutte le ginnaste eseguono gli **stessi** movimenti:

- Organizzazione con esecuzione sincronizzata
- Esecuzione in rapida successione
- Esecuzione in "canone"
- Esecuzione in "contrasto"

Quando tutte le ginnaste eseguono movimenti **differenti**:

- Organizzazione con esecuzione "corale"
- Esecuzione in collaborazione

N^..~}[Áá^·cā āā·^&: ā}^ ā^c^Á [][][ā: æ^Ácā{][·āā}^

2.1.4. Varietà di movimenti, dinamismo incluso (velocità e intensità dei movimenti)

2.2. Penalità di esecuzione (Artistiche e Tecniche)

Penalità	0.10	0.30	0.50
Falli Artistici			
Unity of the Composition	Interruzioni isolate nel carattere, dinamismo, e idea guida	Maggior parte dell'esercizio manca di carattere, dinamismo, e idea guida	Totale assenza di carattere, dinamismo e idea guida
		Posizione iniz. o finale estrema	
Music - movement	Assenza di armonia tra: <ul style="list-style-type: none"> • il ritmo della musica e i movimenti • il carattere della musica e i movimenti (each time 0.10 up to 2.00 points for using the music as background music)		
Body Expression	Movimenti segmentari isolati	Assenza di espressione corporea nella maggior parte dell'esercizio	Totale assenza di espress. corporea (movimenti segmentati)
Organization of the collective work	Violazioni isolate nel lavoro collettivo	Maggior parte dell'esercizio manca varietà nel lavoro collettivo	Totale assenza di varietà nel lavoro collettivo
		Elementi proibiti con Collaborazione	

Penalità	0.10	0.30	0.50
Falli tecnici			
Music - movement (each gymnast)	Mancanza di sincronia tra il ritmo individuale e quello del gruppo		Assenza di armonia tra musica e movimento alla fine dell'esercizio: 0.50
		Assenza di armonia tra musica e movimento alla fine dell'esercizio dovuta alla perdita di un attrezzo: 0.30 (+ perdita dell'attrezzo)	
Synchronization and harmony	Mancanza di sincronia nella velocità, ampiezza o intensità dell'espressione (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
Formations and travelling	Alterazione della formazione	Lunga pausa in una formazione	
	Imprecisione nella direzione e nella forma dello spostamento		Collisione tra le ginnaste (+ tutte le conseguenze)
Movimenti corporei			
Generalities	Movimento incompleto		
	Spostamento senza lancio: correzione della posizione del corpo a terra		
Basic technique	Segmento corporeo tenuto in modo scorretto durante un movimento (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
	Perdita di equilibrio: movimento supplementare senza spostamento (each gymnast)	Perdita di equilibrio: movimento addizionale con spostamento (each gymnast)	Perdita di equilibrio con appoggio su una o due mani o sull'attrezzo (each gymnast) Perdita totale di equilibrio con caduta – 0.70 (each gymnast)
		All'inizio dell'esercizio una o più ginnaste sono sprovviste di attrezzo per più di 4 movimenti (più di 4 secondi)	
		Durante la collaborazione una o più ginnaste sono prive di attrezzo o sono immobili per più di 4 movimenti (più di 4 secondi)	
		Ginnasta statica * (each gymnast)	
		Alla fine dell'esercizio, tutte le ginnaste non sono in contatto con gli attrezzi.	
Leaps/Jumps	Mancanza di ampiezza nella forma; arrivo pesante al suolo		
Balances	Mancanza di ampiezza nella forma; Forma né fissa né tenuta		
Rotations	Mancanza di ampiezza nella forma; Forma né fissa né ben definita		
	Appoggio sul tallone durante parte della rotazione eseguita in relevé	Asse del corpo non in verticale e conclusione con un passo	
	Spostamento (slittamento) durante la rotazione	Saltelli durante la rotazione o interruzione	

Penalità	0.10	0.30	0.50
Pre-acrobatic Elements	Arrivo pesante al suolo	Elementi preacrobatici non autorizzati	
	Tecnica scorretta	Elemento preacrobatico autorizzato eseguito con una tecnica non autorizzata	

***Ginnasta statica: la ginnasta non deve rimanere statica (senza movimento) se in un qualsiasi momento non si trova a contatto con l'attrezzo (per esempio: lanci, rotolamenti al suolo, etc)**

Attrezzi			
Loss of the apparatus (for the loss of 2 clubs in succession: the judge will penalize one time based on the total number of steps taken to retrieve the farthest clubs) (each gymnast)	Perdita e immediato recupero (after bounce) senza spostamento	Perdita e recupero senza spostamento	Perdita e recupero dopo un breve spostamento (1-2 passi)
			Perdita e recupero dopo un grande spostamento (3 o più passi) o fuori dalla pedana: - 0.70
			Perdita dell'attrezzo e uso dell'attrezzo di riserva: - 0.70
			Loss of the apparatus (no contact) at the end of the exercise 0.70
Technique (each gymnast)	Traiettoria imprecisa e ripresa in volo con 1- 2 passi	Traiettoria imprecisa e ripresa in volo con 3 o più passi	
	Ripresa scorretta o con l'aiuto di una mano o del corpo, contatto involontario col corpo con alterazione della traiettoria	Attrezzo statico **	
	Ripresa involontaria della palla con due mani (Eccezione: riprese al di fuori del campo visivo)		
Fune			
Basic technique	Maneggio scorretto: ampiezza, forma, piano di lavoro, o per fune non tenuta a entrambi i capi (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
	Perdita di un capo della fune con breve pausa nell'esercizio (each gymnast)		
	Piede impigliato nella fune durante salti o saltelli (each gymnast)		
	Nodo nella fune (each gymnast)	Involontario avvolgimento attorno al corpo o parte di esso, con pausa nell'esercizio (each gymnast)	
Cerchio			
Basic technique	Maneggio scorretto: alterazione nel piano di lavoro, vibrazioni (each time, up to a maximum of 1.00 point) Rotazione irregolare sull'asse verticale		
	Ripresa dopo lancio: contatto con l'avambraccio	Ripresa dopo lancio: contatto col braccio	
	Rotolamento scorretto con rimbalzo e involontario, incompleto ritolamento sopra il corpo		
	Scivolamento sul braccio durante rotaz.		
	Passaggio attraverso il cerchio: piedi impigliati nel cerchio (each gymnast)		

Penalità	0.10	0.30	0.50/0.70
Palla			
Basic technique	Maneggio scorretto: palla tenuta contro avambraccio (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
	Rotolamento scorretto con rimbalzo e involontario, incompleto rotolamento sul corpo		
Clavette			
Basic technique	Maneggio scorretto: each time, up to a maximum of 1.00 point		
	Movimenti irregolari o interruzione del movimento durante piccoli cerchio e moulinets e braccia troppo larghe durante il moulinet		
	Alterazione della sincronia nella rotazione delle 2 clavette durante lanci e riprese		
	Mancanza di precisione nei piani di lavoro delle clavette durante movim. asimmetrici		
Nastro			
Basic technique	Alterazione del disegno formato dal nastro (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
	Maneggio scorretto: passaggio/ trasmissione imprecisa, bacchetta tenuta involontariamente al centro, collegamento scorretto tra i disegni, schiocchi del nastro (each time, up to a maximum of 1.00 point)	Avvolgimento involontario attorno al corpo o a parte di esso con interruzione nell'esercizio	
	Serpentine e spirali: circoli e onde non sufficientemente stretti/circoli od onde non della stessa ampiezza (alt., lungh.) (each time, up to a maximum of 1.00 point)		
	Nodo senza interruzione in esercizio (each gymnast)	Nodo con interruzione in esercizio (each gymnast)	
	Lanci ed "echappe":nastro rimane involontariamente al suolo		

**** Attrezzo statico: immobilità visibile di una o più ginnaste e/o attrezzi per più di 4 movimenti (più di 4 secondi) durante le collaborazioni, vedi anche Esercizi Individuali #1.3.4.**

2.3. **Punteggio di esecuzione (E):** Ogni giudice di Esecuzione (E) registra tutti i falli di esecuzione e presenta il totale delle sottrazioni.



ANNEUUK

- Penalità del Giudice Coordinatore
- Programma di attrezzi: Senior
- Programma di gara: Junior
- Esempi: Fiche ufficiale di composizione: Esercizio Individuale **(C)**
Fiche ufficiale di composizione: Esercizio di Gruppo **(C)**

PENALITA' ASSEGNATE DAL GIUDICE COORDINATORE PER ESERCIZI INDIVIDUALI/GRUPPO

1	Per ogni secondo in più o in meno nel tempo della musica	
2	For music not conforming to regulations	0.50
3	For each crossing of the boundary of the floor area by the apparatus or gymnast	0.20
4	For changing the floor area	0.20
5	For ending the exercise outside the floor area	0.20
6	For leaving the floor area during the exercise	0.20
7	For any use of non-conforming apparatus (Individual and Group exercises)	0.50
8	For any additional replacement apparatus above what is authorized	0.50
9	For unauthorized retrieval of the apparatus	0.50
10	For an unauthorized use of replacement apparatus (original apparatus still in the floor area)	0.50
11	Dress of the individual and group gymnast not confirming to the regulations	0.20
12	For emblem or publicity not conforming to official norms	0.20
13	For early or late presentation by the gymnast(s)	0.50
14	For gymnast(s) warming up in the competition hall	0.50
15	For Group gymnasts communicating verbally with each other during the exercise	0.50
16	For excessive delays in routine preparation which delay the competition	0.50
17	For coach communication with the gymnast(s), musician, or judges during the exercise	0.50
18	For "use of a new gymnast" if a gymnast leaves a group for valid reason	0.50
19	Entry of the group to the floor area is not confirming to the Rules	0.50

















PROGRAMMA SENIOR

1. ETA' DELLE GINNASTE




2013: 1997 e più vecchie
2014: 1998 e più vecchie
2015: 1999 e più vecchie
2016: 2000 e più vecchie

2. PROGRAMMA DI ATTREZZI

2.1. Ginnaste Individuali: 4 esercizi

2013	—				
2014	—				
2015	—				
2016	—				

2.2. Gruppi: 2 esercizi

2013	5 	3  2 
2014	5 	3  2 
2015	5 	6  2 
2016	5 	6  2 

















PROGRAMMA JUNIOR

1. ETA' DELLE GINNASTE


2013: 2000 - 1999 - 1998
2014: 2001 - 2000 - 1999
2015: 2002 - 2001 - 2000
2016: 2003 - 2002 - 2001

2. PROGRAMMA DI ATTREZZI

2.1. Ginnaste individuali: 4 esercizi

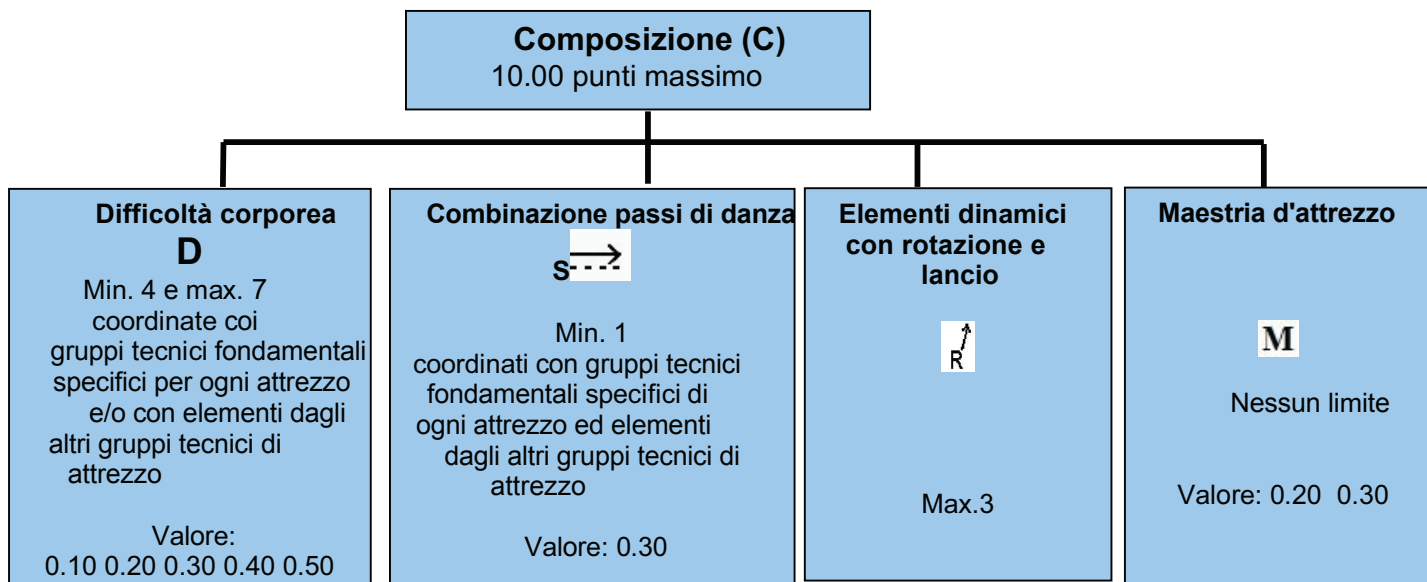
2013	—				
2014	—				
2015					—
2016					—

2.2. Gruppi: 2 esercizi

2013	5 	10 
2014	5 	10 
2015	5 	5 
2016	5 	5 



Nota: Per le ginnaste Junior la lunghezza del nastro è di 5m.

3. PROGRAMMA TECNICO PER ESERCIZI INDIVIDUALI JUNIOR



Sulla fiche di composizione ufficiale, gli elementi di composizione (**D**, **S** →, **R** ↑, **M**) devono essere scritti nell'ordine della loro esecuzione.

3.1. Difficoltà corporee: le Difficoltà da ogni gruppo corporeo devono essere presenti nell'esercizio

(Minimo 1, massimo 3 per ogni gruppo corporeo): **Salti** , **Equilibri** **T**, **Rotazioni** 

3.1.1. Ogni **Difficoltà corporea** è conteggiata solo una volta: sia isolata sia come parte di difficoltà multipla, sia come parte di difficoltà mista (**non può essere ripetuta**).

3.1.2. Valore di ogni **Difficoltà corporea** (Isolata, Multipla, o Mista): **1.00 punto massimo**

3.1.3. Sulla fiche di composizione ufficiale, tutte le difficoltà dichiarate devono essere massimo 1.00 punto

3.1.4. Ogni difficoltà che superi 1.00 punto non sarà valida (0.00 punti), nessuna penalità applicata.

3.1.5. Per le difficoltà con rotazione (Pivots), il valore della difficoltà è contato fino a 1.00 punto.

3.1.6. Le norme generali di composizione per esercizi individuali senior sono anche valide per gli esercizi individuali junior (da # 1.1.2 a # 1.7).

3.2. Punteggio di composizione (C)

Il giudice (C) valuta la composizione dell'esercizio nel seguente modo:

- Valuta tutte le difficoltà corporee (min 4 e max 7) nell'ordine di esecuzione, verificando che siano eseguite in modo valido.
- Aggiunge, se necessario, le difficoltà corporee non dichiarate sulla fiche di composizione ufficiale.
- Verifica l'esecuzione di minimo 1 Combinazione di passi di danza **S** →
- Verifica l'esecuzione di max. 3 elementi dinamici con rotazione **R** ↑
- Verifica le maestrie d'attrezzo (**M**)
- Applica i punteggi corrispondenti
- Sottrae le penalità

3.3. Penalità dei giudici C

Penalità	0.30	0.50
	<ul style="list-style-type: none"> Fiche/esercizio composto da meno di 1 Difficoltà per ogni gruppo corporeo, penalità per ogni difficoltà mancante Fiche/esercizio composto da più di 3 Difficoltà di ogni gruppo corporeo, penalità per ogni difficoltà oltre il numero delle difficoltà autorizzate (tutte le difficoltà, nell'ordine della loro esecuzione oltre la norma, sono cancellate) Se l'esercizio si interrompe accidentalmente per un lungo periodo (serio fallo d'esecuzione) e la ginnasta non ha tempo di eseguire gli elementi dichiarati sulla fiche, non c'è penalità per le difficoltà mancanti. 	Per mancata predominanza dei gruppi fondamentali (meno di 50%) Meno di 4 difficoltà o più di 7 Difficoltà dichiarate (solo le prime 7 Difficoltà eseguite saranno contate)
	Per calcolo scorretto di: <ul style="list-style-type: none"> Valore totale di tutte le difficoltà Valore di ogni componente della composizione: $D, R \overset{\uparrow}{S} \dashrightarrow$ 	Fiche/esercizio senza 1 Combinazione di passi di danza $S \dashrightarrow$
	Più di una difficoltà a "tour lent" per esercizio	Fiche/esercizio ha più di 3 elementi dinamici con rotazione $R \overset{\uparrow}$
	Per ogni difficoltà eseguita e non dichiarata sulla fiche ufficiale	
	Per uso insufficiente dello spazio	

3.3.1. Se il simbolo è scritto in modo sbagliato, la difficoltà non è contata (**nessuna Penalità**)

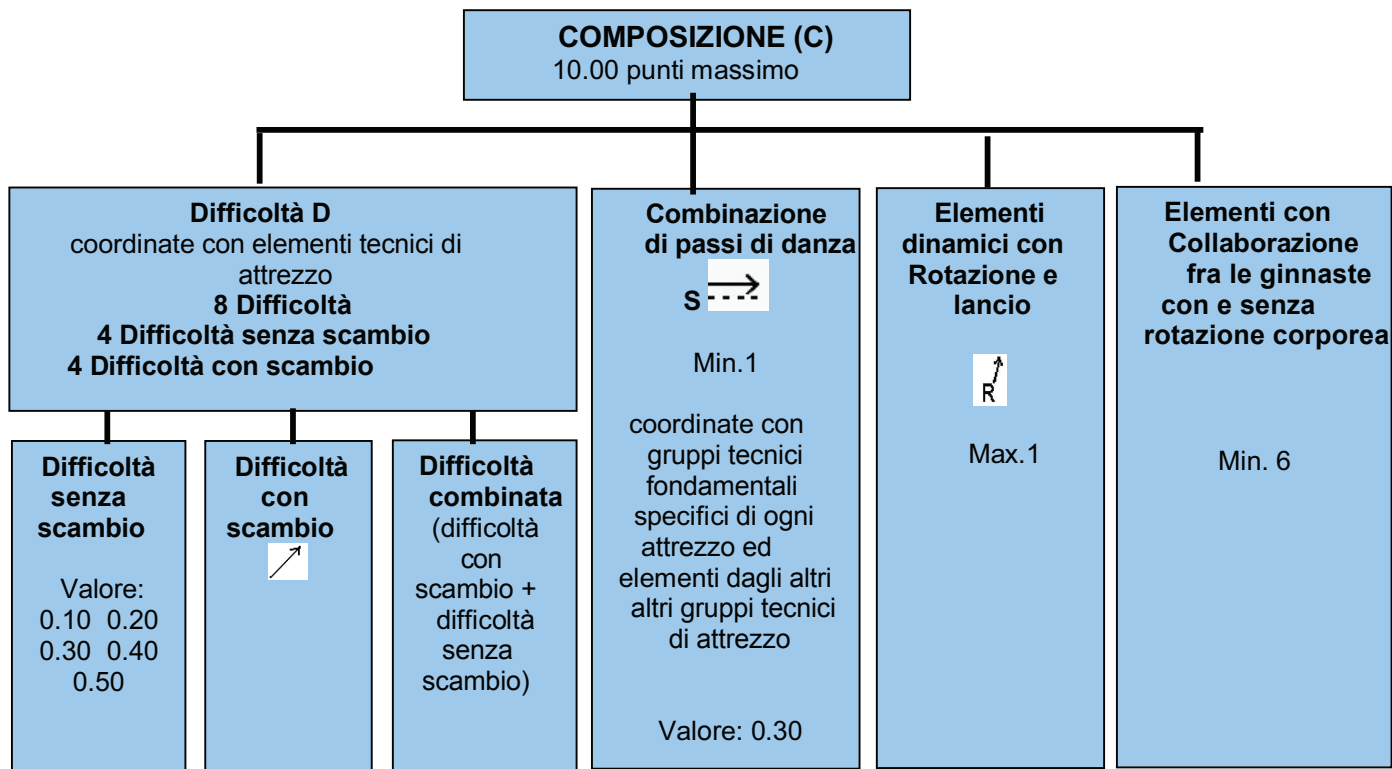
3.3.2. In caso di differenza tra la descrizione testuale della difficoltà e il disegno nella tavola delle Difficoltà, il testo prevale.

3.3.3. Tavole delle difficoltà: vedi esercizi individuali senior # 1.10.

4. ESERCIZI INDIVIDUALI: ESECUZIONE (E)

Le norme generali per l'Esecuzione per esercizi individuali senior sono valide anche per gli esercizi individuali junior (vedi da # 2 fino a # 2.4).

5. PROGRAMMA TECNICO PER ESERCIZI DI GRUPPO JUNIOR



Sulla fiche ufficiale il contenuto della Composizione (C) (vedi # 1.1, 1.2, 1.3, 1.4) deve essere scritto nell'ordine di esecuzione.

5.1. Difficoltà (D)

Ogni esercizio di gruppo può avere **8 Difficoltà**

- 5.1.1. Valore di ogni difficoltà senza scambio: **1.00 punto massimo**
- 5.1.2. Le norme generali di composizione per l'individuale Junior sono valide anche per gli esercizi dei gruppi junior (da # 3.1.1 a # 3.1.4.)
- 5.1.3. Le norme generali di composizione per gli esercizi di gruppo senior sono valide anche per gli esercizi di gruppo junior (vedi da # 1.1.1 a # 1.8).

5.2. Punteggio di composizione (C)

Il giudice valuta la composizione (C) dell'esercizio nel modo seguente:

- Valuta le 8 Difficoltà (D) nel loro ordine di esecuzione e verifica che siano eseguite in modo valido
- Aggiunge, se necessario, le difficoltà non dichiarate sulla fiche ufficiale di composizione
- Verifica l'esecuzione di 4 Difficoltà senza scambio
- Verifica l'esecuzione di 4 Difficoltà con scambio ↗ con 4 differenti tipi di lancio o ripresa
- Verifica l'esecuzione di minimo 1 Combinazione di passi di danza S → ↗ ↘ ↙ ↕
- Verifica l'esecuzione di massimo 1 elemento dinamico con rotazione R ↗ ↘ ↙ ↕
- Valuta gli elementi con collaborazione tra le ginnaste con e senza rotazione corporea (minimo 6)
- Verifica l'esecuzione di minimo 6 formazioni
- Applica il punteggio corrispondente
- Sottrae le penalità

5.3. Penalità dei giudici C

Penalità	0.30	0.50
	La fiche/esercizio ha più di 2 difficoltà corporee nella difficoltà senza scambio e più di 1 difficoltà corporea individuale nella difficoltà combinata (per ogni errore)	La fiche ha più di 8 Difficoltà (in questo caso, solo le prime 8 Difficoltà eseguite saranno valutate)
	Se sulla fiche è sbagliata: <ul style="list-style-type: none">• la somma dei punteggi totali di tutte le Difficoltà• il valore di una difficoltà	La fiche/esercizio ha meno di 4 Difficoltà senza scambio
	Più di 1 «tour lent»	La fiche/esercizio ha meno di 4 Difficoltà con scambio ↗
	Per ogni difficoltà eseguita ma non dichiarata sulla fiche ufficiale	La fiche/esercizio non contiene 1 combinazione di passi di danza S → ↗ ↘ ↙ ↕
	Mancanza dei 4 differenti tipi di lancio o ripresa durante le difficoltà con scambio	La fiche/esercizio presenta più di 1 R ↗ ↘ ↙ ↕
	Assenza di un gruppo d'attrezzo o corporeo	
	Per ogni elemento mancante con collaborazione (in aggiunta allo scambio)	
	Uso dello spazio: <ul style="list-style-type: none">• Mancanza del minimo di 6 formazioni• Mancanza di varietà nei livelli, direzioni e modalità di spostamento	

6. ESERCIZIO DI GRUPPO: ESECUZIONE (E)

Le norme generali di esecuzione per gli esercizi di gruppo senior sono anche valide per gli esercizi di gruppo junior (da # 2 a # 2.3).