



#### LOSANNA (SUI), Gennaio 2022

#### Codice dei Punteggi Ginnastica Ritmica 2022-2024

Il Comitato Tecnico GR FIG coglie l'occasione per fornire una spiegazione su alcuni punti delle nuove regole di competizione alla comunità mondiale della ginnastica ritmica.

L'obiettivo principale del CdP 2022-2024 è raggiungere un equilibrio tra tutte le componenti del punteggio GR: Difficoltà (elementi del corpo ed elementi dell'attrezzo), Artistico, Esecuzione con particolare attenzione all'Artistico ed Esecuzione Tecnica.

Il Comitato Tecnico FIG di Ritmica chiede ai giudici e agli allenatori di prendere atto di questo fatto e di leggere la Newsletter, che indirizzerà chiarimenti e solleciti sia ai giudici che agli allenatori per una corretta comprensione del Codice dei Punteggi in preparazione alle gare del nuovo ciclo Olimpico.

I membri del Comitato Tecnico GR della FIG ringraziano le Unioni Continentali per i webinar ospitati nell'autunno del 2021 con i membri del CT come "anteprima" del nuovo Codice dei Punteggi. Le domande pervenute dai continenti, così come i feedback forniti dalle Federazioni Nazionali a seguito dei Campionati Mondiali 2021, hanno contribuito a ispirare la versione finale del Codice dei Punteggi e di questa Newsletter.

Si ricorda agli allenatori e ai giudici di tutto il mondo che la valutazione degli esercizi GR è una novità nel 2022 e che le valutazioni effettuate prima della certificazione dei giudici che hanno seguito le istruzioni e superato un esame potrebbero non essere accurate.

Con il nostro sincero apprezzamento per il lavoro della disciplina ritmica e un nuovo sguardo al futuro,

Comitato Tecnico FIG GR

[NdR] – le "Note di Redazione" tra le parentesi quadre sono state aggiunte per maggiori chiarimenti.





#### **DOMANDE E RISPOSTE**

#### **ESERCIZI INDIVIDUALI**

#### **GENERALITÀ**

1. Qual è la penalità per gli attrezzi non conformi?

Nessuna penalità. Nessuna ginnasta è autorizzata a gareggiare con attrezzi non approvati (#8.1.2).

2. Penalità del Giudice di Linea: #3 (Tabella #14) "se una ginnasta finisce l'esercizio fuori dalla pedana ufficiale = 0.30." Il giudice di linea attribuisce anche la penalità per la ginnasta che esce dalla pedana ufficiale?

Esempio: la ginnasta lascia cadere l'attrezzo che rotola fuori pedana. La ginnasta esce dalla pedana per recuperarlo e la musica finisce prima di rientrare in pedana. Qual è la penalità attribuita dal giudice di linea in questo caso?

#### Le Penalità sono:

- 0.30 punti per l'attrezzo che esce dalla pedana ufficiale
- 0.30 punti per la ginnasta che esce dalla pedana ufficiale
- 0.30 punti per la ginnasta che termina l'esercizio fuori della pedana ufficiale
- 3. Attrezzo iniziale perso fuori pedana e ritorno, attrezzo di riserva sostitutivo preso, attrezzo <u>iniziale</u> rimosso volontariamente. Quale dovrebbe essere la Penalità?

Penalità: 0.30 punti per l'attrezzo che esce dalla pedana ufficiale (nessuna penalità per attrezzo iniziale rimosso volontariamente).

4. L'attrezzo iniziale è perso fuori pedana e ritorna, l'attrezzo di riserva è stato preso, l'attrezzo sostitutivo è stato rimosso volontariamente e una ginnasta utilizza nuovamente il proprio attrezzo. Quale dovrebbe essere la Penalità?

#### Penalità:

- 0.30 punti per l'attrezzo che esce dalla pedana ufficiale
- 0.50 punti se una ginnasta utilizza nuovamente il proprio attrezzo dopo aver utilizzato un attrezzo di riserva posizionato intorno alla pedana ufficiale.
- 5. Come dovrebbero procedere i giudici se la ginnasta interrompe l'esercizio a causa di un infortunio o di un altro motivo. È possibile utilizzare lo stesso principio dell'arresto dovuto a un attrezzo rotto?

Se una ginnasta interrompe il suo esercizio a causa di un infortunio o di un imprevisto durante l'esecuzione, l'esercizio sarà valutato come per interruzione a causa di un attrezzo rotto (#9.6-9.7)





6. Penalità data dal Giudice Responsabile: #5 (Tabella #14) "Per ritardi eccessivi nella preparazione di routine che ritardano la competizione." Non esiste un paragrafo che spieghi come si misura questo ritardo. Potreste fornire delle linee guida?

Questa penalità si riferisce al # 8.3.2 Attrezzo inutilizzabile: prima dell'inizio del suo esercizio, se una ginnasta determina che il suo attrezzo è inutilizzabile (**Esempio**: nodi nel Nastro) e tenta di sciogliere il nodo o decide di prendere un attrezzo di riserva che ritarda la competizione (pausa più lunga del tempo consentito per una gara senza intoppi).

Penalità: 0.50 punti per eccessiva preparazione dell'esercizio che ritarda la gara.

- 7. Potreste specificare: la base del body può essere un body "corporeo" (color carne)?
  No, non è possibile (vedi #10.1).
- 8. Body (#10.1): 'L'area pelvica/inguinale deve essere ricoperta di materiale ed è tollerata una piccola area di pizzo per la connessione/decorazione." Potreste specificare se il requisito è tessuto colorato (non color pelle), quanto è consentito e dove?

Un body ginnico corretto deve essere in materiale non trasparente; pertanto, i body che presentano alcune parti in pizzo dovranno essere foderati (dal busto al petto). L'area pelvica/inguinale (con o senza gonnellino) deve essere coperta con materiale non trasparente fino alle ossa dell'anca ed è tollerato un piccolo pizzo o un'area trasparente per la connessione/decorazione. "Non trasparente" si riferisce a materiale del colore della pelle e "trasparente" o materiale che è simile al colore della pelle anche senza "trasparenza".

9. È possibile avere applicazioni sui costumi che pendono: la parvenza di una "sciarpa", applicazioni decorative sulle spalle, maniche a sbuffo?





Sono consentite applicazioni o dettagli decorativi sul body (come sopra): i dettagli decorativi non devono compromettere la sicurezza della ginnasta (esempio: catene, elementi decorativi pendenti, maniche o scollature rialzate che potrebbero impigliarsi sul viso, sulle orecchie, sui capelli o il suolo, ecc.).





10. Domanda generale su un tatuaggio: è consentito? e se si, deve essere coperto?

Non è prevista alcuna penalità nel regolamento per la presenza di un tatuaggio o requisiti per coprirlo. Tuttavia, in GR non è incoraggiato avere un tatuaggio.

11. Non si fa menzione di parole nella musica da nessuna parte nel CdP. Vuol dire che qualsiasi esercizio (anche tutti e 4) può avere una musica con le parole?

Tutte le norme per la MUSICA sono trattate nel capitolo "Artistico": il numero di esercizi con le parole è illimitato.





#### **DIFFICOLTÀ CORPOREE (DB)**

1. L'Equilibrio Passé può essere a piede piatto?

No, non è possibile.

- 2. Per l'Equilibrio "Fouetté" è richiesto un elemento tecnico dell'attrezzo Fondamentale o non Fondamentale in qualsiasi fase dell'equilibrio per validare la DB, che non può essere una ripetizione secondo #3.9.1; fintanto che questo requisito è soddisfatto, è possibile eseguire ulteriori elementi dell'attrezzo durante questo equilibrio?
  - Si, è possibile.
- 3. La ginnasta esegue: equilibrio Fouetté: 1^ forma con rimbalzo della palla davanti, 2^ forma senza maneggio, 3^ forma con rotolamento della palla dietro la schiena e dopo esegue il Pivot con lo stesso rotolamento dell'equilibrio Fouetté: sarà la seconda DB-Pivot valida?

No, la DB Pivot non sarà valida a causa di una ripetizione del maneggio.

4. Se una ginnasta lancia un cerchio con la gamba sul 1° tour plongé, 2° tour plongé sotto il volo, ripresa all'inizio del 3° tour plongé: e fa un passo tra ogni tour plongé questi vengono contati come 3 DB separate valore 0.20 punti ciascuno, e se ci sono 9 elementi nella performance con il valore più alto, questi elementi non vengono conteggiati in DB? Tuttavia, se una ginnasta fa 3 tour plongé in avanti senza passi, allora la DB viene contata come 1 elemento di 0.60 punti?

Si, quanto sopra è corretto tranne per il fatto che il valore delle 3 DB tour plongé avanti senza passi è 0.40.

5. È necessario che un pivot Fouetté termini in posizione plié?

È possibile, ma non necessario, che l'ultima rotazione in un Pivot **Fouetté** finisca in plié se non ci sono più rotazioni dopo il Fouetté.

6. Pivot Fouetté con saltello: se c'è un saltello tra la forma in rotazione e la posizione aperta, la forma in rotazione conta?

Esempio: 360° - aperto - 360° - aperto - 360° - saltello - aperto. Questo è 0.2 o 0.3?

Sì, viene conteggiata la forma in rotazione. La forma successiva dopo il saltello non viene conteggiata.

Valore 0.30, Pivot Fouetté in passé.

7. La Difficoltà di Rotazione sarà valida se viene eseguita nella posizione di relevé basso (#12.1)?

Se il relevé non è alto ci sarà una Penalità di Esecuzione ma ciò non ha alcuna influenza sul valore della Difficoltà.





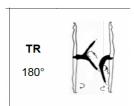
8. Come sarà giudicato il Pivot Fouetté con gamba tesa all'orizzontale? 0 punti se una gamba è inferiore a 90 gradi? O solo la penalità?

Questo Pivot sarà valutato secondo le regole generali per la Difficoltà #2.3 (vedi deviazioni).

9. Rotazioni #32 (Rotazione in grand écart con aiuto senza interruzione, busto avanti) e #33 (Rotazione in grand écart con aiuto senza interruzione, busto flesso indietro). Dobbiamo cambiare l'elemento dell'attrezzo ogni 2 rotazioni in grand écart?

#12.12 Durante ogni due rotazioni in grand écart con aiuto senza interruzione busto avanti (#32) e durante ogni due rotazioni in grand écart con aiuto senza interruzione busto flesso indietro (#33), è richiesto un Elemento Tecnico Fondamentale o Elemento attrezzo Non-Fondamentale.

10. Se una ginnasta esegue 360° gradi in Pivot «Trubnikova» invece di 180°, sarà una Difficoltà Combinata, o aggiungiamo solo 0.20 per ulteriori 180° gradi?



Non è combinata: affinché 360° siano validi la stessa forma di 180° deve essere presente nei 180° gradi aggiuntivi.

- 11. Salto "Butterfly" è definito con una quantità minima di rotazione richiesta dallo stacco all'arrivo. È ancora necessaria la rotazione?
  - Sì. Salto "Butterfly": la gamba libera passa in una posizione prossima all'orizzontale; la gamba di stacco passa per l'orizzontale. Durante il volo, il tronco è in una posizione prossima all'orizzontale o al di sotto dell'orizzontale. È richiesta una rotazione minima di 180° dallo stacco all'arrivo (#8.12).
- 12. Si può utilizzare solo la serie di Jeté en Tournant, oppure è possibile utilizzare in una serie anche Jeté en Tournant con flessione del busto indietro?

È possibile utilizzare una serie con qualsiasi variazione di Jeté en Tournant.

13. Due Salti identici in una serie. È possibile eseguire il 1° Salto della serie con il lancio, il 2° Salto sotto il volo dell'attrezzo?

No, non è possibile. Vedi #2.4.2: Se una **DB** isolata viene eseguita sotto il volo, non è possibile eseguire un'altra **DB** di qualsiasi valore con quel lancio e/o ripresa, indipendentemente dalla possibile presenza di un elemento **DA** sul lancio e/o sulla ripresa





14. DB isolata sotto al volo: se la ginnasta esegue una DB sotto il volo + una DB durante il lancio/ripresa, quale DB sarà valutata?

Verrà valutata la DB sotto il volo (la prima in ordine di esecuzione). Se viene eseguita una DB isolata sotto il volo, non è possibile eseguire un'altra DB di qualsiasi valore con quel lancio e/o ripresa.

15. È possibile utilizzare una DB sotto un lancio alto + una DB sotto un Boomerang (solo Nastro) o utilizzare DB isolate sotto più voli?

La DB isolata "sotto il volo" è un tipo di maneggio; pertanto, può essere eseguita una sola volta indipendentemente dal tipo di lancio/Boomerang.

16. Una ginnasta può eseguire 3 Salti Jeté in questo modo: lancio, poi 1° Salto sotto il volo, ripresa sul 2° Salto e 3° Salto con qualsiasi maneggio di attrezzo?

No, non è possibile. Vedi #2.4.2: Se una **DB** isolata viene eseguita sotto il volo, non è possibile eseguire un'altra **DB** di qualsiasi valore con quel lancio e/o ripresa, indipendentemente dalla possibile presenza di un elemento **DA** sul lancio e/o sulla ripresa.

Nel caso di una serie, il secondo salto non viene valutato, il terzo diventa solo una ripetizione (perché la serie non è più valida).

17. Per quanto riguarda il #3.3: due elementi per ogni gruppo tecnico Fondamentale specifico dell'attrezzo: il giudice dovrebbe verificare che questi due elementi siano diversi (es. due diversi rotolamenti lunghi del Cerchio, due diverse figure a otto, due diversi moulinets)?

Gli Elementi Tecnici attrezzo Fondamentali Specifici: possono essere uguali o diversi per soddisfare questi requisiti. Tuttavia, se questi Elementi Tecnici attrezzo Fondamentali Specifici vengono eseguiti durante una DB, ricordare #3.9.1 « Elementi identici d'attrezzo. »

18. Una ginnasta effettua un palleggio della Palla su DB. È obbligatorio dopo il rimbalzo prendere la palla sulla DB o è sufficiente solo far rimbalzare la Palla? Lo stesso vale per il lancio: è consentito effettuare un piccolo lancio sul salto e riprenderlo dopo il salto.

È sufficiente far rimbalzare la Palla, stesso principio per i piccoli lanci (vedi #3.4).

19. Elementi tecnici dell'attrezzo con due azioni #3.4: è sufficiente solo una della due azioni per convalidare la DB?

Esempi: piccolo lancio dell'attrezzo durante il Salto, ripresa dopo il Salto; Echappé del Nastro durante l'Equilibrio, ripresa dopo. Esiste ancora questo principio?

Si, una delle due azioni è sufficiente per convalidare la DB (vedi #3.4).





- 20. Passare nel Cerchio con tutto il corpo e uscire dal Cerchio con tutto il corpo sono due diversi tipi di maneggio?
  - Sì, sono differenti (direzioni differenti: dentro-fuori e fuori-dentro).
- 21. In particolare, su una serie di Fouetté, una ginnasta potrebbe passare attraverso il cerchio con le braccia e il tronco nelle prime due rotazioni e poi uscire durante le due rotazioni successive?
  - Sì, è possibile perché sono diversi.
- 22. Sarà valida una "Trasmissione senza l'aiuto delle mani con almeno due diverse parti del corpo (non le mani)" se una ginnasta passa un attrezzo dal collo ad un braccio piegato (un gomito)? In alternativa, ad esempio, passare un cerchio dietro la schiena da gomito a gomito?
  - Sì, queste trasmissioni saranno valide.
- 23. Un Equilibrio Penché a gamba tesa + Equilibrio Penché a gamba flessa è valida come Difficoltà Combinata?
  - Vedi #2.5.11: L'Equilibrio Penché con gamba tesa + Equilibrio Penché con gamba flessa [Equilibri con forma differente] sono validi come Difficoltà Combinata se eseguiti senza cambio della gamba di appoggio, appoggio del tallone, plié o passo extra tra le Difficoltà e con entrambi DB e collegamento in relevé.
- 24. È possibile utilizzare un equilibrio Grand Écart indietro senza aiuto, busto all'orizzontale + equilibrio Grand Écart a boucle senza aiuto con busto all'orizzontale, come Difficoltà Combinata?
  - Sì, è possibile se soddisfano i requisiti di #2.5.11.
- 25. È possibile combinare Pivot Penché + Penché di Rotazione a piede piatto, con 2

diversi lavori dell'attrezzo e tutti i requisiti per queste DB?



No, non è possibile. Per favore vedi #12.4: Una Difficoltà eseguita con la prima rotazione di 360° arrivando in relevé è valutata come Pivot fintanto che è stata completata una rotazione di base di 360°; se, in qualsiasi punto, il tallone tocca il suolo, da quel punto non vengono contate ulteriori rotazioni.





26. È possibile eseguire questo: 3 Jeté in serie \_\_\_\_\_ + \_ (ultimo Jeté+Pivot come Difficoltà Combinata)?

No, non è possibile. #2.2.5 indica che « è possibile eseguire 2 o più identici (stessa forma) Salti o Pivots in serie. » Questo significa che in una serie ogni DB eseguita deve essere identica: in questo esempio i primi due salti sono salti en tournant ma la terza DB non è identica: è una [difficoltà] Combinata salto+pivot. Inoltre, secondo #2.5.9, «una DB utilizzata in una DB combinata non può essere ripetuta come DB isolata o in un'altra DB combinata; una ripetizione di una DB non sarà valida». In questo esempio, il salto en tournant utilizzato in una DB Combinata viene ripetuto isolato [in una serie]. Pertanto, questo tipo di Combinazione di DB non è possibile.

27. Difficoltà Combinata di Equilibrio + Equilibrio. È possibile eseguire: lancio alto, poi 1° Equilibrio sotto il volo dell'attrezzo, ripresa sul 2° Equilibrio?

No, non è possibile: # 2.4.2 va rispettato.

28. È possibile utilizzare come Difficoltà Combinata: Equilibrio Fouetté Italiano + Equilibrio Fouetté Italiano

No, non è possibile. L'Equilibrio Fouetté può essere eseguito come **prima parte** di una Difficoltà Combinata una volta (#10.9 Eccezione [#2.5.11]).

- 29. È possibile utilizzare come Difficoltà Combinata: Equilibrio Fouetté Italiano come prima forma + Tour plongé indietro?
  - Sì, è possibile se soddisfano i requisiti di #2.5.12
- 30. È possibile utilizzare Pivot Attitude + Pivot Arabesque come Difficoltà Combinata?
  - Sì, è possibile se soddisfano i requisiti di #2.5.14
- 31. Colleghiamo un Pivot Fouetté Passé e un Pivot Fouetté con gamba in avanti è una Difficoltà Combinata o una rotazione isolata.

2 o più forme Fouetté identiche o diverse collegate con l'appoggio del tallone sono contate come una Difficoltà (#12.9). Questo è un Pivot Fouetté isolato.





32. Difficoltà di Rotazione Fouetté può essere eseguita come parte della Difficoltà Combinata, se dopo il Pivot Fouetté, il collegamento con un altro Pivot verrà eseguito in relevé senza appoggio del tallone o plié. Queste Difficoltà Combinate sono valide?

33. Equilibrio Fouetté: questa Difficoltà può essere eseguita come prima parte di una Difficoltà Combinata, se dopo l'Equilibrio Fouetté, il collegamento con un altro Equilibrio viene eseguito in relevé senza appoggio del tallone o plié. Queste Difficoltà Combinate sono valide?

Saranno valide se soddisfano i requisiti di #2.5.11

34. Difficoltà di Rotazione Tour Plongé può essere eseguita come parte della Difficoltà Combinata se il Tour Plongé stesso e il collegamento con un altro Pivot vengono eseguiti in relevé senza appoggio del tallone o plié. Queste Difficoltà Combinate sono valide?

35. È necessario eseguire un solo maneggio d'attrezzo in una Difficoltà Combinata?

Ciascuna delle 2 DB di Difficoltà Corporee Combinate deve essere eseguita con un Elemento dell'attrezzo Fondamentale e/o Non-Fondamentale (#2.5.4).





36. Ciascuna delle 2 DB di Difficoltà Corporee Combinate deve essere eseguita con un elemento dell'attrezzo Fondamentale e/o Non-Fondamentale. È possibile eseguire lo stesso lavoro con l'attrezzo durante entrambe le DB di Difficoltà Combinata?

No, non è possibile. In questo caso, vale la regola di base: " non saranno valide DB con elementi di attrezzo identici; la prima DB con l'elemento attrezzo (In ordine di esecuzione) sarà valutata (#3.9.1) [nessuna penalità]

37. Esistono alcune regole per il collegamento tra due DB in una Difficoltà Combinata? Ad esempio: una ginnasta esegue una Difficoltà Combinata con 2 equilibri, ma ha una "oscillazione" del corpo/gamba durante il collegamento mantenendola comunque in relevé senza saltelli: questo tipo di connessione è tollerata?

Finché i requisiti scritti per il collegamento sono rispettati (#2.5.10, 2.5.11, 2.5.12, 2.5.13, 2.5.14), e questo movimento non contraddice tali requisiti, è possibile.

38. Onda totale del Corpo (#2.7): le due onde devono essere diverse?

Il testo non afferma che le due onde debbano essere diverse; pertanto, le onde totali del corpo possono essere diverse o uguali (a meno che non siano contate entro le 9 DB [SR] o 7 DB [JR] più alte provenienti dalle Tabelle DB che non possono essere ripetute in modo identico).

- 39. È possibile fare un'onda sotto il lancio?
  - Sì, è possibile (vedi #2.7.3: l'attrezzo in volo è in movimento).
- 40. Possiamo contare come onda i seguenti movimenti:
  - a. Un'onda totale in posizione al suolo, ginnasta sul petto?

    Come l'onda break dance sì, se partecipano tutti i segmenti del corpo
  - Al suolo, movimento di onda verso il basso dall'appoggio sulle mani al petto?
     Sì, se partecipano tutti i segmenti corporei
  - c. Onda totale all'indietro dalla posizione sul petto alla posizione in ginocchio (fish flop)?
    - Sì, se partecipano tutti i segmenti
  - d. Onda completamente all'indietro dalla posizione sulla schiena alla posizione sulle ginocchia (Fish flop)?
    - No, l'onda del corpo non è totale perché le gambe non possono svolgere completamente il loro ruolo nell'onda
- 41. Se viene eseguita un'onda al suolo, questa sarà un criterio per "Posizione al suolo"?

La posizione al suolo è valida solo con le onde se tutto il corpo è al suolo durante questo movimento.





42. Il Giro in Spirale su una gamba soddisfa il requisito dell'onda totale del corpo?

Il giro in spirale su una gamba ("Tonneau") è un'onda parziale (#12.15) e quindi non soddisfa "l'onda totale del corpo"

43. Onde: Tecnica di Esecuzione: quando applichiamo la penalità "Movimento incompleto (insufficiente) o mancanza di ampiezza nella forma delle onde 0.10"?

Partecipazione insufficiente di uno o più segmenti alla "catena" e/o ampiezza insufficiente nel movimento: Onda valida, Penalità di esecuzione 0.10

- 44. È possibile fare un'onda totale durante i Passi di Danza?
  - Sì, è possibile durante i passi di danza, se conforme alla natura della musica.
- 45. Un elemento non viene conteggiato quando la palla si prende o si afferra con le dita, errore 0.10?
  - Sì, paragrafo # 3.7.5.1. La Palla non può essere schiacciata o afferrata. Questo non è considerato un equilibrio instabile.
- 46. Per le Junior, DB obbligatoria con la mano non dominante: si prega spiegare come deve essere eseguito l'elemento.

L'intero elemento dell'attrezzo deve essere eseguito con la mano non dominante (il che significa, che la trasmissione non è valida per questa esigenza né il rotolamento lungo che non viene eseguito interamente con la stessa mano.)

- 47. Se in 2 DB di una Difficoltà Combinata gli Elementi attrezzo vengono eseguiti in modo valido con la mano non dominante, possono entrambi soddisfare il requisito?
  - Sì, è possibile.





#### **ELEMENTI DINAMICI DI ROTAZIONE (R)**

1. Possiamo ripetere lo stesso gruppo pre-acrobatico in R e in Combinazione di Passi di Danza (S)?

La Combinazione di Passi di Danza (S) <u>non</u> sarà valida con l'elemento pre-acrobatico eseguito durante S (#4.4. Artistico)

2. Possiamo usare DB Tour plongé una volta in R e ancora una volta in DA?

Se il Tour plongé identico viene eseguito due volte nell'esercizio, una volta in R e una volta in DA:

- Il giudice DB non convaliderà la seconda DB Tour plongé
- Il DA registrerà un elemento DA con DB Tour Plongé come "criterio delle 9 DB"; non si preoccupa della ripetizione di una DB identica
- L'elemento pre-acrobatico come Tour plongé (Gruppo #13) può essere ripetuto una volta in R e una volta in DA.
- 3. Il Tour plongé con l'appoggio della mano è un elemento pre-acrobatico?
  - Sì, lo è (gruppo pre-acrobatico #13).
- 4. Salto Passé con rotazione e «Sforbiciata» /Salto Verticale a gambe tese e con giro (Blinchik) appartengono a un gruppo di rotazione verticale o a gruppi diversi?
  - Sì, questi sono un gruppo di rotazione (gruppo #1).
- 5. È possibile utilizzare la seguente combinazione in R: lancio dell'attrezzo, Pivot Attitude, DB tour plongé, ripresa dell'attrezzo? E ottenere 0.10 per la DB per il Pivot Attitude e per DB tour plongé?

No, non è possibile. R non valido. DB con rotazione 360° o più con valore 0.20 o più potrà essere utilizzata al massimo una volta in ogni R e sarà valida come elemento di rotazione e DB. La DB con rotazione 360° o più con un valore di 0.20 o più può essere eseguita durante il lancio o la ripresa dell'attrezzo.

6. Rischio con serie di tre DB identiche con rotazione: lancio sul 1° tour plongé, passo, 2° tour plongé sotto il volo, 2 passi e ripresa durante il 3° tour plongé: questo R è valido?

Una serie è definita da rotazioni « ininterrotte ».

Per i tour plongé eseguiti con passi intermedi: è consentito un passo tra ogni tour plongé; due passi è un'interruzione.

Pertanto, in questo esempio, viene eseguita solo 1 rotazione sotto il volo prima della interruzione: il R non è valido

Se vengono eseguite due rotazioni di base sotto il volo ma la serie viene interrotta, il R sarà valido e il criterio "serie" non sarà valido.





7. Sono presenti criteri "senza l'aiuto delle mani" quando una ginnasta esegue la ripresa di una Clavetta in una mano in cui c'è già una Clavetta?

No, il criterio "senza l'aiuto delle mani" non è valido (vedi #5.13).

8. È possibile eseguire il Rischio in una tale combinazione: tour plongé con la rotazione in appoggio sulla mano, quindi DB tour plongé?

Sì, è possibile. Se una ginnasta prenderà l'attrezzo durante DB tour plongé, il primo "tour plongé con appoggio sulla mano" è un elemento pre-acrobatico (gruppo 13) e DB tour plongé è DB.

[Naturalmente deve esserci un altro elemento di rotazione sotto il volo, per essere valido il rischio]

9. L'elemento "Chainé" può essere conteggiato per una "serie" nel Rischio?

No. Una serie di tre o più rotazioni pre-acrobatiche identiche e ininterrotte dovrebbe essere attorno all'asse frontale o sagittale (#4.3.2), tour plongé sotto il volo.

10. La definizione della rotazione è determinata dalla prima posizione di partenza. Quindi, se le ginnaste iniziano in piedi e si siedono durante una rotazione verticale, viene conteggiata come una rotazione in piedi?

Vedi 4° gruppo di rotazioni verticali - Seduti (#4.3.6): "Tronco in posizione verticale; la rotazione può iniziare in piedi o seduti ma termina sempre in posizione al suolo". Iniziare a ruotare in piedi e terminare seduta è un cambiamento di livello.

11. Se la ginnasta esegue R con lancio alto nel salto da "saut plongé" ed esegue sotto il volo dell'attrezzo la capovolta di questa pre-acrobatica + altre due capovolte, riceverà + 0,20 punti per tre elementi pre-acrobatici identici sotto l'attrezzo?

No. La serie ha bisogno di 3 elementi pre-acrobatici ininterrotti <u>identici</u> [sotto il volo. in questo esempio ce ne sono soltanto 2]

12. Non è consentito eseguire DB senza rotazione in R, significa R non valido o ci sarà Penalità?

Nessuna Penalità, R con DB senza rotazione non è valido. La DB è valida se coordinata con lancio o ripresa (vedi #4.9).

- 13. È possibile eseguire Chainé (gruppo di rotazione verticale 2) e DB Pivot Passé 360° (gruppo di rotazione DB) in diversi R?
  - Sì, è possibile. Questi sono diversi tipi di rotazioni del corpo (#4.3)
- 14. È possibile eseguire durante 1 R due Difficoltà Corporee (una del valore di 0.20 e più, la seconda del valore di 0.10 come rotazione)?

Sì, è possibile.

Esempio: Salto Biche en tournant a boucle (valore 0.40) [durante il lancio] + Salto verticale con gamba flessa (Passé) e rotazione (valore 0.10) + Rotazione verticale da seduti [sotto il tempo di volo]

R3+0.10+0.10





15. Possiamo ripetere la stessa DB con rotazione del valore 0.10 due volte di seguito, in 1 R?

Sì, come rotazioni (#4.3.4; 4.3.7)

Esempio: Pivot Passé 360° + Pivot Passé 360° con passo intermedio tra ciascuno

- 16. È possibile utilizzare nel R salti en tournant in serie come 3 Salti Biche en Tournant, o 3 Salti Biche en Tournant a boucle o con busto flesso indietro, ecc.?
  - Sì, è possibile qualsiasi forma di Salto en Tournant.
- 17. È possibile eseguire qualsiasi salto che includa una rotazione di 360° in una serie di salti nel R?

Una serie (#4.8.4.1) è qualsiasi forma di Salti en Tournant (salti #42-46). Qualsiasi salto con rotazione di 360° può essere eseguito in R sia sul lancio che sulla ripresa come DB con valore di rotazione 0.20 o più purché ci siano 360° (calcolati dallo stacco all'arrivo). Un salto eseguito con 180° non è valido come criterio di rotazione in R. [ma conta come difficoltà e il R non è valido]

18. È possibile eseguire in un esercizio un R con una serie di Salti en Tournant e un R con una serie di Tour plongé?

Sì, una sola serie di Salti en Tournant e/o Tour plongé può essere usata ciascuna in un R nell'esercizio, eseguite secondo # 4.8.4.1.

19. Una ginnasta può eseguire 3 Salti Jeté più capovolta laterale seduta e ripresa dopo capovolta laterale seduta ed essere contato come R4?

No, l'eccezione di 3 DB identiche con rotazione è la ripresa dopo la 3<sup>^</sup> DB.

- 20. Le ginnaste possono usare per le serie in R Tour plongé con gamba flessa (non DB)? Con gli stessi criteri per la serie +0.20?
- Sì, se queste rotazioni saranno sotto il volo come una serie di tre rotazioni pre-acrobatiche identiche e ininterrotte (#4.6, #4.8.4.1)
- 21. Le ginnaste possono lanciare l'attrezzo sul 1° rovesciamento in avanti, 2° rovesciamento sotto il volo, ripresa sul 3° rovesciamento? E hanno gli stessi criteri per la serie di +0.20?

No. Devono esserci 3 rovesciamenti identici sotto il volo (#4.6)





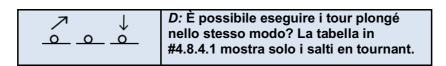
22. A) Tre Tour plongé all'indietro senza passi intermedi: lancio, 2 Tour Plongé all'indietro sotto il volo, ripresa sul 3° Tour Plongé all'indietro. Qual è il valore del R e qual è il valore della DB?

R3+serie+DB=0.30+0.20+0.10=0.60 1 DB, valore 0.70 (0.30+0.20+0.20).

B) Lancio, tre tour plongé in avanti senza passi intermedi sotto il volo, ripresa subito dopo il terzo tour plongé. Qual è il valore del R e qual è il valore della DB?

R3+serie=0.30+0.20=0.50 1 DB, valore 0.40 (0.20+0.10+0.10)

23.



Sì, è possibile. Si prega di consultare il testo di #4.8.4.1 che spiega questo. La tabella include « etc », il che significa che la tabella contiene alcuni esempi ma non coglie tutte le possibilità.

24. Quando una ginnasta esegue il salto con il jeté seguito da 2 Chaines, il criterio del cambio di livello è valido poiché è in volo per il salto?

Il CdP indica due livelli: 1. volo/in piedi e 2. Suolo (vedi #4.6) quindi questo esempio non è un cambio di livello.

25. Durante un elemento R con un lancio a cascade/asimmetrico, è richiesto che entrambe le Clavette siano un « lancio alto »?

Il lancio che è collegato alle 2 rotazioni di base minime deve essere un lancio alto al minimo.

26. Come è possibile riprendere la Fune in R?

È possibile riprendere la Fune in R: aperta con un capo in ogni mano senza aiuto di nessuna parte del corpo, o mista, o annodata; ma riprendendo solo 1 estremità, il R non è valido (vedi allegato JR RGI #4.2.2.1).





#### **DIFFICOLTÀ DI ATTREZZO**

- 1. Se ci sono 2 basi nella DA allora è sufficiente 1 criterio?
  - 2 Basi dell'attrezzo (solo quando 1 delle 2 basi è "ripresa da un lancio alto") + minimo 1 criterio che viene eseguito durante entrambe le basi (vedi #5.4).
- 2. DA con 2 basi: una delle due basi deve essere "ripresa da un lancio alto". Vuol dire che è possibile combinare DA solo con "ripresa da un lancio alto"?
  - Sì: Quando la DA è composta da 2 Basi d'attrezzo (una delle quali deve essere "ripresa da un lancio alto"): il valore della Base più alta + un ulteriore 0.10 per la seconda Base determina il valore della **DA**.
  - Quando la DA viene eseguita con 2 Basi di attrezzo (nessuna Base è "ripresa da un lancio alto") e 2 criteri: sarà valida la Base che viene eseguita con 2 criteri; se entrambe le basi vengono eseguite con 2 criteri, la base più alta determinerà il valore.
- 3. Se il "lancio alto" è eseguito correttamente per gli elementi DB o DA, ma durante la ripresa la ginnasta perde l'attrezzo, la DB o DA eseguita durante il lancio sarà valida?
  - Sì, in particolare con "lancio alto" e "ripresa da un lancio alto" (vedi #3.5)
- 4. Il criterio "fuori dal campo visivo" è valido per il lancio a Boomerang con il Nastro su un jeté en tournant (lancio indietro)?
  - Sì, se il braccio che lancia il Nastro ha superato la linea verticale al momento del lancio.
- 5. Equilibrio con spirale del Nastro: mano con la bacchetta dietro la schiena, ma il disegno è di lato è valido il criterio "fuori campo visivo"?
  - Sì. Vedi #5.7.3: La posizione del braccio che esegue l'elemento o gli elementi dell'attrezzo secondo le zone di cui sopra determina il criterio "fuori dal campo visivo". In questo esempio, la mano tiene la bacchetta dietro la schiena così la posizione del braccio che esegue l'elemento dell'attrezzo dietro la schiena (nella zona di fuori del campo visivo). Se il braccio fosse di lato, anche se il disegno fosse dietro, questo non sarebbe al di fuori del campo visivo.
- 6. Le rotazioni verticali su DA non sono limitate e possono essere ripetute, il che significa che è possibile esequire Chainé in DA due volte?
  - Sì, è possibile. [#5.8.7.]





7. Si può ridurre il valore di un elemento se il lancio non è alto durante la DA con "lancio" e la DA con la base "ripresa?" Cosa verrà conteggiato: il lancio o la ripresa?

Se il lancio non è alto questa DA sarà valutata come "piccolo lancio/ripresa" di base con tutte le conseguenze che ne derivano: per il "piccolo lancio/ripresa" di base: i 2 criteri minimi devono essere entrambi sul lancio o entrambi sulla ripresa (non uno sul lancio e uno sulla ripresa). Vedi #5.5.1.

8. C'è un piccolo lancio/ripresa per DA. È possibile fare 1 criterio sul lancio e 1 criterio sulla ripresa per essere valida/accettata? Ad esempio, c'è un piccolo lancio da dietro la schiena e una ripresa sotto la gamba, oppure sono necessari 2 criteri durante il lancio o 2 sulla ripresa?

Per la Base "piccolo lancio/ripresa:" i 2 criteri minimi devono essere entrambi sul lancio o entrambi sulla ripresa (non uno sul lancio e uno sulla ripresa). Vedi #5.5.1.

9. Se il moulinet viene eseguito sopra la testa è valido il criterio per DA "fuori campo visivo"?

No, questo criterio è valido solo se le braccia sono oltre la posizione verticale (direttamente sopra la testa non sono oltre la linea verticale).

10. Le DA con 9 DB contano in odine di esecuzione, indipendentemente dal valore della difficoltà?

Sì, nell'ordine di esecuzione delle 9 DB per SR e nell'ordine di esecuzione delle 7 DB per JR

11. Nell'esercizio una ginnasta può eseguire 3 elementi pre-acrobatici in DA e prima della DB. Nel caso in cui una pre-acrobatica venga utilizzata prima della DB (rovesciata alla sgambata di equilibrio) e questo sia già il 4° elemento pre-acrobatico - cosa succede? DB si cancella?

La DB è valida perché la rotazione precedente non fa parte della definizione o del valore della DB.

Per DA: i primi tre elementi pre-acrobatici in ordine di esecuzione sono considerati per il criterio « rotazione » indipendentemente dal fatto che venga eseguita o meno una DA (vedi #5.8.6).

12. La ginnasta rilancia il Nastro alla fine del R in modo che il nastro si distenda al suolo. R è valido?

R non è valido. Alla fine del R la bacchetta del Nastro deve essere ripresa dopo il lancio (vedi #4.2.2.3)

13. Le ginnaste possono usare lo stesso tipo di moulinet in due DA differenti? Esempio: la ginnasta esegue i moulinet dietro la schiena una volta durante un Equilibrio per DA e poi fa lo stesso stile di moulinet mentre fa un'onda del corpo per una seconda DA?

Per DA: Sì





- 14. È possibile eseguire due diversi rotolamenti della palla di seguito sdraiati? Esempio: una ginnasta fa un rotolamento dai piedi alle mani (fuori campo) mentre è sdraiata prona, potrebbe quindi fare un altro rotolamento dalle mani ai piedi?
  - Sì, è possibile perché le DA non sono identiche.
- 15. Quanti dei quattro giri obbligatori nei moulinets dovrebbero trovarsi fuori dal campo visivo per poter contare il criterio?

Per un moulinet completo (min. 4 giri) sarebbe necessario eseguire un minimo di 2 dei 4 giri « fuori dal campo visivo » con la consapevolezza che tutti e 4 i giri possono essere « fuori dal campo visivo. »

- 16. "Tour plongé" è una DB con valore 0.20 punti non un elemento pre-acrobatico. È corretto?
  - Sì, è una DB.
- 17. Una ginnasta può usare "Tour Plongé" in DA come elemento non acrobatico (Tour plongé in DA come criterio "DB") e può eseguire 3 pre-acrobatiche in DA?
  Sì, può.
- 18. Tabella degli elementi pre-acrobatici (#4.3.2.). La rotazione #13 con la gamba sollevata (come Tour plongé ma non DB) è una rotazione pre-acrobatica?

  Sì.

Se la usiamo per 3 DA limitate con pre-acrobatica, possiamo usarne solo altri 2?

- Sì, è contato come un elemento pre-acrobatico e sono possibili altri due da gruppi differenti.
- 19. Ci devono essere 2 Figure a 8 nell'esercizio con la Palla, dovrebbero essere diverse?

Se eseguite nelle DB, non possono essere identiche; in caso contrario, è una scelta della ginnasta e possono essere ripetute.

20. Se c'è una seconda base di lancio dopo i moulinets, la seconda Clavetta dovrebbe ruotare al momento del lancio?

Per "combinare" le basi, una delle due basi deve essere una "ripresa da un grande lancio". Questo esempio non sarà "combinato" quindi la performance è a scelta della ginnasta.





- 21. Per chiarire: Cerchio: una ginnasta può eseguire un rotolamento sulle mani [braccia] in una capovolta in avanti e lo stesso rotolamento in un rovesciamento in avanti?
  - Sì; l'elemento di rotazione è diverso, quindi questa non è una ripetizione identica.

#### 22. Le seguenti posizioni saranno valide per il criterio "posizione al suolo"?



Tutti questi esempi non rispondono al criterio per "Posizione al suolo".

<u>Posizione al suolo</u> – "Elementi attrezzo eseguiti sdraiati in una posizione al suolo **dall'inizio alla fine** dell'elemento: **tutto il tronco deve essere sdraiato al suolo** indipendentemente dal fatto che sia rivolto in alto o in basso o di lato (#5.8.3)

#### 23. Come valutare DA? Per quali errori non verrà conteggiata la DA?

Secondo #5.9:

Gli elementi DA non saranno validi nei seguenti casi:

- Una Base o criteri non eseguiti secondo la propria definizione
- Perdita dell'attrezzo durante un elemento DA
- Più di 9 DA con criteri "DB" di 0.10 e superiori, valutati in ordine di esecuzione
- Più di 3 DA con elementi pre-acrobatici come criteri di "rotazione", valutati in ordine di esecuzione
- L'elemento pre-acrobatico dello stesso gruppo eseguito in più di 1 DA
- Perdita di equilibrio con appoggio su una o entrambe le mani o sull'attrezzo
- Perdita totale di equilibrio con caduta della ginnasta durante l'esecuzione di DA
- Eseguita durante qualsiasi fase del R



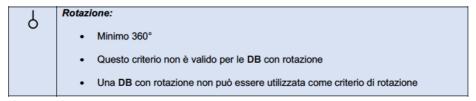


- 24. È possibile eseguire diverse rotazioni verticali dello stesso gruppo di rotazioni verticali in differenti DA? (salto/saltello/saltello con rotazione con diverse posizioni delle gambe) con base e criteri diversi?
  - Sì, in DA il limite è solo nell'uso di elementi pre-acrobatici.
- 25. È possibile eseguire (ripetere) una base e criteri identici durante differenti rotazioni verticali? esempio: lungo rotolamento della Palla braccio-dorso-braccio [passa dietro la testa] con chainé e poi lo stesso lungo rotolamento con rotazione sulle ginocchia di 360°?
  - Sì, è possibile.
- 26. È possibile eseguire (ripetere) in DA una base identica e criteri identici durante DB diverse? Esempio: lungo rotolamento della Palla braccio-dorso-braccio [passa dietro la testa] con Fouetté all'italiana (valore 0.50) e poi lo stesso lungo rotolamento con Pivot Passé Pivot 360° (valore 0.10)?
  - Sì, è possibile, entrambe le DA saranno valide perché la DB (per il criterio DB) non è identica DB: la seconda DB non sarà valida con identica ripetizione del maneggio.
- 27. In una Difficoltà Combinata una ginnasta esegue 2 DA, 1 su ogni DB. I giudici del sottogruppo DB1-DB2 valutano la Difficoltà Combinata come 1 DB.
  - Sì, se tutti i requisiti sono soddisfatti.

I giudici del sottogruppo DA1-DA2 valutano i criteri DB come 1 o 2 Difficoltà su 9 elementi DA possibili con DB?

Nella Difficoltà Combinata i criteri DB sono valutati due volte (una volta per ciascuna delle 2 basi).

28. Critieri per DA (5.8.3): Cosa significa esattamente l'ultimo punto? E rispetto al secondo punto qual è la differenza



DB con rotazione non sarà "validata" come elemento di rotazione (validata solo come "DB")

- 29. Durante un lungo rotolamento, metà del Cerchio o della Palla è al di fuori del campo visivo e l'altra metà no, si può affermare "fuori campo visivo"?
  - Sì, perché il Cerchio attraversa una zona valida "fuori campo visivo" durante il rotolamento descritto.





- 30. Cerchio e Palla: Lungo rotolamento su due parti: se una ginnasta esegue un lungo rotolamento sulle braccia davanti e un altro sulle braccia dietro la testa, sono validi entrambi i rotolamenti? Sono la stessa base?
  - Sì, stessa base (lungo rotolamento) ma non identica, quindi sono valide entrambe
- 31. Cerchio: il lungo rotolamento copre un braccio, quindi la rotazione sul collo, quindi immediatamente un rotolamento sul secondo braccio. Sono 2 basi lungo rotolamento + rotazione (sul collo, durante la rotazione del corpo 360°)?

No, questo non è un lungo rotolamento perché è interrotto (vedi spiegazioni #3.6.1). Lungo rotolamento: devono essere coperti almeno due grandi segmenti del corpo: dalla mano destra alla mano sinistra sul corpo.

32. Palla: il lungo rotolamento copre un braccio, poi l'equilibrio instabile sul collo, poi la Palla va immediatamente in rotolamento sul secondo braccio. Sono 2 basi – lungo rotolamento + equilibrio instabile (fuori campo, durante la rotazione sul corpo 360°)?

No, questo non è un lungo rotolamento perché è interrotto (vedi spiegazioni 3.6.2). Lungo rotolamento: devono essere coperti almeno due grandi segmenti del corpo: dalla mano destra alla mano sinistra sul corpo.

33. Se il Cerchio ruota attorno al proprio asse e allo stesso tempo rotola su due braccia e schiena, è possibile ottenere 2 basi "lungo rotolamento" + "rotazione attorno all'asse" (0.40+0.10)?

Si tratta di 2 basi: "rotazione attorno all'asse" e "scivolamento" (perché il cerchio non esegue un vero rotolamento; per lo scivolamento, due parti sono possibili ma non necessarie); verrà valutata solo la base più alta eseguita con due criteri (vedi #5.6.3).

34. Rotazione libera del cerchio a palmo aperto, e poi subito piccolo lancio/rimbalzo a palmo aperto – è possibile dare 2 basi "rotazione attorno all'asse" + "piccolo lancio" (valore 0.30+0.10)

Vedi #5.11: Questa Base può essere eseguita solo in DA senza mani, che include il palmo aperto che viene considerato la mano; inoltre, 2 Basi vengono convalidate insieme solo quando una viene ripresa da un lancio alto. Questo esempio verrebbe convalidato solo #5.6.3. se eseguito con due criteri.

35. Come valutare il lancio del Cerchio attorno al suo asse, se la ginnasta lo esegue a meno di 2 altezze? Abbiamo criteri "attorno all'asse" per il lancio piccolo? Valutazione come lancio piccolo? (valore 0.20)?

Qualsiasi lancio con un'altezza inferiore all'altezza richiesta viene valutato come lancio piccolo.

36. Ripresa con un lungo rotolamento: come valutare questa base?

Dopo il lancio alto – serve 1 criterio - valore 0.40+0.10





37. Lancio alto di 1 Clavetta con 2 criteri, (valore 0.20) quindi sotto la traiettoria si effettua un lungo rotolamento della seconda clavetta fuori dal campo visivo durante la rotazione del corpo (valore 0.30). Sono 2 DA differenti o 2 basi?

Queste sono due DA indipendenti.

38. Lancio alto di 1Clavetta (nessun criterio), durante il volo – rovesciamento all'indietro, una clavetta è in equilibrio instabile sui piedi (base – equilibrio instabile, criteri: fuori campo visivo, rotazione del corpo). È solo 1 DA con valore di equilibrio instabile 0.20 o 2 basi in 1 DA con valore 0.20+0.10=0.30?

Questo è solo 1 valore DA 0.20 (equilibrio instabile come base)

39. Trasmissione della bacchetta del Nastro attorno al piede, fuori campo visivo in Pivot Kb. È DA?

No, questa Base non è nella tabella DA (vedi #5.14). È maneggio per DB (vedi #3.7.4).

40. Cerchio: è possibile eseguire un piccolo lancio come seconda base sulla seconda DA? Dopo qualsiasi altra base o solo dopo il lancio alto?

Solo insieme ad una "ripresa da lancio alto" per utilizzare una seconda base (vedi #5.4)

- 41. Coma valuterà il giudice un tentativo di un elemento DA per sapere come contare un massimo di 20 in ordine di esecuzione?
  - #5.2. Requisiti: Minimo 1, Massimo 20 elementi DA saranno valutati in ordine cronologico (<u>indipendentemente dall'esecuzione tecnica del DA</u>). Ulteriori elementi DA non saranno valutati (Nessuna Penalità). Quando un giudice individua una Base valida (indipendentemente dall'esecuzione) e individua due criteri (anche se non sono eseguiti per definizione o eseguiti con falli tecnici), l'elemento è considerato una DA.
- 42. Si prega di chiarire come contare le max 20 DA (junior: 15) #5.2. dice che max 20 DA vengono valutate in ordine cronologico. Se una ginnasta esegue 23 DA e, le prime 3 sono con perdita di attrezzo: si possono valutare le successive 20? O 20 in ordine di esecuzione indipendentemente dal fatto che siano valide o meno?

Le prime 20 in ordine di esecuzione indipendentemente dal fatto che siano valide o meno (vedi #5.2).





#### **ARTISTICO**

- 1. Una ginnasta perde l'attrezzo durante i Passi di Danza. Il giudice dell'Artistico penalizza 0.5 per il fatto che non esiste alcun collegamento di danza. Il giudice E penalizza 0.7-1.0 per la perdita?
  - Sì, i Passi non sono validi (#4.4.6) e il giudice dell'Esecuzione da la penalità per la perdita a seconda della gravità.
- 2. Qual è la penalità per i passi di Danza della durata di meno di 8 secondi? Le regole dicono "per l'assenza di ogni Passo di Danza è 0.50."

La penalità è 0.50





#### **DIFFICOLTÀ SQUADRA**

1. È possibile eseguire 1 Difficoltà Combinata nella specialità di Squadra. Se le ginnaste eseguono 2 Difficoltà Combinate, la seconda Difficoltà viene conteggiata come 2 difficoltà isolate o non viene conteggiata affatto?

Non più di 1 Difficoltà Corporea Combinata può essere eseguita in un esercizio (# 2.8.7):

- Solo 1 Difficoltà Corporea Combinata verrà valutata
- Ulteriori DB Combinate verranno valutate come DB isolate (Nessuna Penalità)
- 2. Squadre: la Collaborazione CR è combinata con C con due o più lanci d'attrezzo. È possibile ottenere i criteri senza mani e fuori campo visivo sulla ripresa dopo il CR?
  - Sì, è possibile se non ci sono criteri sul lancio. Questa sarà una Collaborazione.
- 3. È possibile eseguire CC su una ginnasta rialzata [sollevata] (ginnasta sollevata ["sostenuta"] le Palle le rotolano sopra)?
  - Sì, è possibile purché sia soddisfatta la definizione di CC.
- 4. Si possono eseguire rotazioni pre-acrobatiche identiche su DE e R?

No, non è possibile; le rotazioni ripetute in ordine cronologico non verranno conteggiate (vedi #5.4.6).

- 5. Possiamo ripetere lo stesso gruppo pre-acrobatico in R e CR?
  - Sì, è possibile: queste due componenti sono giudicate da sottogruppi diversi di giudici e il testo non lo vieta.
- 6. Lanci multipli con gli attrezzi : se una ginnasta sta in un angolo della pedana ed esegue un lancio di 2 attrezzi. Sarà valida la Collaborazione?
  - La Collaborazione non sarà valida. Il lancio multiplo deve essere eseguito in *direzioni* opposte: ogni attrezzo viene lanciato in una direzione di 180° opposta all'altra.
- 7. Può una serie in CR essere eseguita da 1 ginnasta (es. solo CR1) o può essere eseguita anche in CR2 e CR3? Quante ginnaste dovrebbero fare la serie?

Una serie può essere eseguita da 1, 2 o 3 ginnaste. La serie deve essere eseguita da tutte le ginnaste che eseguono l'azione principale (vedi #6.5.11).





8. È possibile in CR "superare con rovesciamento" una ginnasta sdraiata al suolo?

Sì, è possibile passare sopra il "centro" di una ginnasta sdraiata al suolo come un "ostacolo" (vedi #6.5.11)

9. Collaborazione CL – è possibile per una ginnasta partecipare tramite l'attrezzo (non per tenere una ginnasta, ma per rotolarle una Palla)?

Finché è coinvolta in qualche modo nel sollevamento/supporto di una ginnasta (vedi #6.9.4.1), può anche rotolare una palla come parte della sua partecipazione.

- 10. Come vengono conteggiati i Tour plongé (Elemento Difficoltà Corporea valore 0.20)? Sono conteggiati nel minimo 4, massimo 6 DB.
- 11. Per favore spiegare come si misura in DE il doppio dell'altezza del lancio di 5 ginnaste, soprattutto se non tutte e 5 le ginnaste lo eseguono con la stessa altezza?

Se tutte le ginnaste non lanciano alla stessa altezza, sarebbe determinante l'altezza più bassa.

12. Possiamo ancora utilizzare elementi DB di rotazione con valore 0.10 (Salti, Pivot Passé, nelle DE come criterio per la rotazione, non per la DB)?

No, non è possibile. #4.4: Il criterio "rotazione" non è valido per **DB** che includono una rotazione.

13. Per favore, spiegare, come contare le DB che vengono eseguite durante le DE:

Le DB vengono conteggiate solo come DB; è possibile eseguirle insieme alle DE per scopi coreografici e non hanno alcun valore aggiuntivo, perché nelle DE non esiste più il criterio "DB".

Esempio DE: "grande lancio" su salto en tournant, ripresa dell'attrezzo sdraiate al suolo.

Valore:

DB: 0.40 (1 DB)

DE: 0.20 (base DE) + 0.20 criterio "grande lancio" + 0.10 criterio "posizione al suolo" = 0.50

14. Se c'è una DB che si intende eseguire simultaneamente (es. l'unico Salto) ma, a causa di un errore tecnico, una ginnasta è un po' in ritardo e un'altra in anticipo, ecc.: dovrebbe essere applicata la penalità di 0.30

Questa penalità è applicata come un fallo dell'organizzazione delle Difficoltà (#2.2.6.3); **non** è applicata come una conseguenza del fallo(i) tecnico (es. perdita, mancata sincronizzazione, ecc.).





15. Nel CdP è scritto che se un elemento tecnico dell'attrezzo viene eseguito in modo identico durante due DB, la seconda DB in ordine di esecuzione non è valida. E se la DB viene eseguita sotto il lancio, come si definisce l'elemento tecnico diverso dell'attrezzo?

Una DB isolata "sotto il volo" è un tipo di maneggio; pertanto, può essere eseguita solo 1 volta in ogni esercizio indipendentemente dal tipo di lancio/boomerang. [#2.7.1.1.]

Serie di Salti: comprende il lancio dell'attrezzo durante la 1^ DB, 2^ DB sotto il volo e ripresa durante la 3^ DB. Se l'attrezzo viene perso durante la 3^ DB della serie, non sono valide né la DB sotto il volo né quella sulla ripresa. È valida solo la 1^ DB eseguita durante il lancio dell'attrezzo. Questa serie è possibile in aggiunta a una DB isolata eseguita una volta sotto il volo.

16. « Un'identica ripetizione dello stesso criterio non può essere eseguita e ripetizione degli stessi criteri non è valutata (Nessuna Penalità). Lo scambio potrebbe essere ancora valido » [#4.3.5.]

Che cosa è considerato come un'identica ripetizione di criteri in uno scambio? Esempio: lancio del Nastro dietro la schiena senza mani (con la gamba) durante la ruota e poi lo stesso lancio ma con rovesciamento avanti.

Questo non è considerato identico perché il secondo lancio è con una differente rotazione.

17. Per il Nastro: per essere valido il R deve essere ripresa la bacchetta (non la stoffa) negli esercizi Individuali (#4.2.2.3; #4.9) e di Squadra (#5.2.4.3; #5.10). È corretto?

Sì

- 18. Il giudice come dovrebbe valutare il R per l'esercizio 3+2: le ginnaste dovrebbero eseguire gli stessi criteri con ciascuno degli attrezzi?
  - Sì, è necessario per gli elementi di Difficoltà del primo sottogruppo (DB, DE, R) seguire lo stesso principio spiegato per DE #4.3.3, ovvero che:
    - Criteri identici, eseguiti con ciascun attrezzo (es.: 3 Nastri sono ripresi in modo identico "fuori dal campo visivo" e 2 Palle riprese in modo identico "senza l'aiuto delle mani")
    - Lo stesso numero di criteri per ogni tipo di attrezzo deve essere eseguito sul lancio e/o sulla ripresa

Gli elementi R dovrebbero seguire lo stesso principio di cui sopra in quanto si riferisce al numero e al tipo di criteri eseguiti.





19. C'è qualche limite per eseguire rotazioni verticali e rotazioni DB durante le Collaborazioni, ad esempio lo chainé può essere utilizzato più volte?

No, non c'è limite per eseguire rotazioni verticali e rotazioni DB. C'è un limite per gli elementi pre-acrobatici. Ogni gruppo di elementi pre-acrobatici. Può essere utilizzato una volta in CR, o isolato, o in serie o ripetuto all'interno di una CR in qualsiasi ordine (# 6.5.7.). Gli elementi pre-acrobatici possono essere utilizzati in CC; lo stesso gruppo di elementi pre-acrobatici può essere utilizzato una volta in CC e una volta in CR. [#6.4.4.2.]

- 20. Il criterio per CR deve essere eseguito dalla ginnasta che esegue l'azione principale? Sempre la ginnasta che esegue l'azione principale (#6.5.10.2)
- 21. Tre o più attrezzi lanciati nella stessa direzione o in direzioni opposte: possono essere lanciati in una costruzione unita purché vi sia un minimo di 3 attrezzi. Se tre o più attrezzi vengono lanciati in direzioni diverse, ma non esattamente opposte o nella stessa direzione, è valido?

Sì: 3 o più attrezzi possono essere lanciati in qualsiasi direzione(i) (vedi #6.6.1.2).

22. Entrambe le ginnaste che eseguono l'azione principale necessitano di eseguire anche lanci multipli nello stesso modo senza l'aiuto delle mani? Oppure è possibile eseguire il criterio in modo identico ma una ginnasta lo esegue con un attrezzo e l'altra ginnasta lo esegue nei lanci multipli?

Se la ginnasta che esegue il lancio di più attrezzi esegue un criterio, questo criterio è valido per la Collaborazione; se una seconda ginnasta esegue l'azione principale, lanciando solo 1 attrezzo, non è necessario per lei eseguire lo stesso criterio o alcun criterio (poiché lanciare 2 o più attrezzi è molto differente che lanciare 1 attrezzo).

23. Criteri nelle collaborazioni CR: se l'ostacolo da superare è sotto l'altezza del ginocchio, il criterio + 0.10 del passaggio sopra non viene assegnato. Ad esempio, con le Palle, una ginnasta supera l'ostacolo posto sotto il livello del ginocchio e la palla non si muove liberamente: non può essere assegnato + 0.10?

Sì, è corretto.

24. Quanti passi sono tollerati in CL?

Non è misurato in passi, ma non più di 4 secondi (vedi #6.9.3)

25. Se 2 ginnaste eseguono una serie in CR2, viene data una volta o per ginnasta?

Viene data una volta per Collaborazione (vedi #6.5.11).





- 26. Il Boomerang può essere utilizzato come ostacolo attrezzo per la CR?
  - Sì, è possibile, in quanto non è considerato un lancio.
- 27. In una Collaborazione CR2, può 1 ginnasta eseguire i criteri sotto il volo e l'altra eseguire i criteri ripresa senza mani e fuori campo visivo durante la ripresa in rotazione e sono entrambi validi?

Entrambe stanno eseguendo l'azione principale, quindi devono eseguire gli stessi criteri (vedi #6.5.10.2).

- 28. Per un lancio di due attrezzi: 1 attrezzo può essere "lungo" e l'altro "alto?"
  - Sì, questo è possibile.





#### **ARTISTICO e ESECUZIONE**

- 1. Può essere utilizzato il Boomerang nei Passi di Danza?
  - Sì, è possibile, in quanto non è considerato un lancio (può essere utilizzato in RGI durante i Passi di Danza).
- 2. Quante volte nell'Artistico si applica la penalità per le Formazioni se in un esercizio si verifica più di 2 volte? Esempio: mantenere la stessa formazione per più di 2 Difficoltà viene considerato più volte?

Questa è una penalità una tantum.

- 3. Come vengono applicate tutte le penalità della "Tecnica di Base" alla Squadra?
  - Si applicano come descritto al # 2, date ogni volta, indipendentemente dal numero di ginnaste.
- 4. Le penalità, specificate in grassetto, sono assegnate per ogni ginnasta della Squadra? Esempio: tenuta scorretta di un segmento corporeo durante un movimento corporeo.
  - Sì, le lettere in grassetto indicano una penalità per ogni ginnasta; "Tenuta scorretta di un segmento corporeo durante un movimento corporeo» non è in grassetto, quindi questa penalità viene assegnata ogni volta che si verifica l'errore, indipendentemente dal numero di ginnaste.
- 5. Durante un DE due ginnaste perdono l'attrezzo con 2 passi ciascuna. La penalità totale è 1.40?

Sì.