



# Ginnastica Aerobica

## NEWSLETTER – NR. 05 – GENNAIO 2024

### CHIARIMENTI E SOMMARIO

#### PARTE 1 – Codice Abbigliamento - 2.3.: pag. 19

**Abbigliamento da donna** – È consentito il materiale trasparente per le maniche  
Un body da ginnastica corretto deve essere realizzato **in materiale non trasparente**; quindi i body che hanno alcune parti in pizzo (materiale trasparente) dovranno essere foderati (dal busto al petto). **Il materiale trasparente (trasparenza) è consentito solo per le maniche degli abiti femminili.**

**Uniforme vs Costume** - vedi Regolamento sull'Abbigliamento da Competizione e sulla Pubblicità, Introduzione.

Le divise per le competizioni FIG devono seguire le regole previste dalla Carta Olimpica ed i principi indicati nel Codice Etico FIG. Questi documenti indicano che i modelli di abbigliamento dovrebbero essere compatibili come uniformi sportive e non come costumi.

#### Uniforme sportiva



#### Costume adatto al mascheramento



#### Design

Il design dell'uniforme non può includere slogan o simboli politici, parole motivazionali o loghi. Disegni o oggetti raffiguranti guerra, violenza, temi sessuali o religiosi sono vietati e verranno penalizzati secondo il Codice dei Punteggi.

#### Capi morbidi e materiali aggiuntivi; 2.3.C.5

Non sono ammessi capi morbidi o materiali aggiuntivi all'abbigliamento.

Sono consentite applicazioni decorative o dettagli (es: diversi tipi di paillettes, pietre, ricami o pizzi) sul body, ma devono essere cuciti saldamente al body in modo che non si muovano durante la performance.

Inoltre non è consentito decorare il body con impianti luce (luci a LED). Come menzionato nella NL n. 2 (maggio 2022), quando sali sul palco con il tuo abbigliamento, devi lasciare il palco con lo stesso.

**PARTE 3 GUIDA ALLA DIFFICOLTÀ: pagina 47**

**Requisito minimo**

Requisito minimo per Famiglia 6; Scissor e Switch split (Enjambée con cambio gamba):

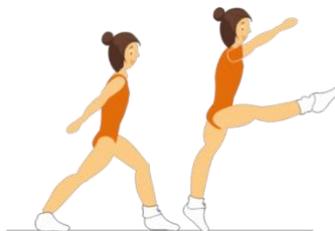
- La gamba anteriore deve essere almeno 45° rispetto al suolo, indipendentemente dall'orientamento del corpo.

**ESEMPI:**

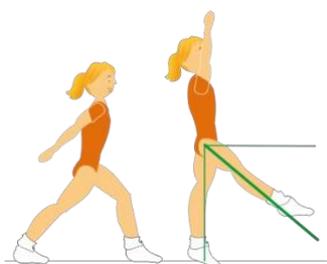
**Ex. 1 DIFF. OK.**



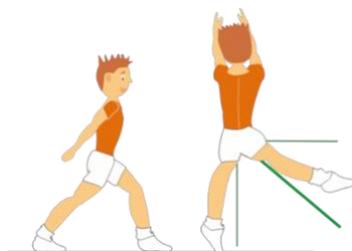
**Ex. 2 DIFF. OK.**



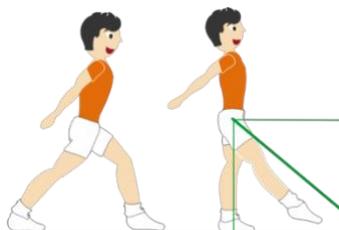
**Ex. 3 DIFF. OK.**



**Ex. 4 DIFF. OK.**



**Ex. 5 – NO DIFF.**



**NO 45°**