



Chiarimenti e Istruzioni Tecniche

IN VIGORE DAL 15 FEBBRAIO 2005

ARTICOLO 7 Parallele Asimmetriche

Ampiezza del corpo negli slanci in verticale e negli elementi circolari

Principio: Gli elementi con o senza rotazioni devono raggiungere la posizione ATR entro 10° da ogni lato della verticale, prima che l'oscillazione di discesa avanti o dietro sia iniziata, per ottenere il riconoscimento dell'elemento di difficoltà.(ED) Altrimenti se l'elemento non esiste nel Codice, gli viene assegnato un ED di valore inferiore.

- Il criterio di ATR nei 10° ed il criterio riguardante i gradi delle rotazioni, non devono essere confusi e o mischiati: **Esempio:** nel giro d'appoggio libero all'ATR con ½ g.(180°), è essenziale che l'ATR sia raggiunta (nei 10°) e che il ½ g. (180°) sia eseguito prima dell'inizio dell'oscillazione.

Chiarimento:

- **7.504** L'ATR deve essere eseguito nei 10° gradi in rapporto alla verticale
- Se è fra i 10° - 45°. L'elemento è D
- Se è più di 45°, l'elemento diventa C

La posizione di ATR è considerata raggiunta quando tutte le parti del corpo arrivano entro 10° dalla posizione verticale rovesciata, altrimenti all'elemento viene assegnato un livello di valore immediatamente inferiore.

- Se le gambe sono aperte, si tratta di una posizione non caratteristica delle Parallele Asimmetriche e la penalità è da p. 0.05 a p. 0.20.

Ritmo: Se la continuità del giro nella fase di ATR è interrotta, la penalità è p.0.10.

Ampiezza del corpo durante i giri in ATR, i cambi di presa con salto.

L'angolo della rotazione AL in un elemento eseguito con la tecnica di accelerazione circolare è determinato dalla dinamica e dai principi biomeccanici del movimento.

Perciò, solo nella combinazione collegamento diretto giro + volo e giro + uscita diretta è possibile che al termine della rotazione l'angolo del giro sia entro i 10°-30° quando è terminato per non essere penalizzato.

ARTICOLO 7 – Collegamenti in Trave e Corpo libero

Riconoscimento:

Un collegamento diretto di salti divaricati sagittali o elementi acrobatici in una direzione viene riconosciuto quando:

- L'arrivo del 1° elemento è immediatamente seguito da una spinta/rimbalzo per eseguire il 2° elemento o
- L'arrivo del 1° elemento è eseguito su di una gamba e la gamba libera diventa immediatamente gamba di spinta per il 2° elemento.

Tempo:

Elementi acrobatici avanti/dietro (o viceversa) e ginnico/acro (avanti/dietro (o viceversa):

- Deve esistere una continuità nel ritmo senza rallentamento o arresto fra l'arrivo e la spinta. Non c'è un effetto di rimbalzo come quello che esiste fra due elementi acrobatici nella stessa direzione- avanti o dietro.

Ginnico:

Salti con giro: sono autorizzate varie tecniche nei salti con rotazione, compreso carpiare, raggruppare, o aprire le gambe all'inizio, a metà o alla fine del giro.

Salti: Anello & Montone: si fa riferimento alla descrizione del testo, **Articolo 6 - Penalità**, secondo le istruzioni tecniche per giudicare la posizione e l'ampiezza del corpo.

ARTICOLO 8 – Seconda fase di volo 8.6.3

Oltre alla penalità di “ insufficiente o ritardata estensione” aggiungere

- **8.6.4** penalità d'arrivo per “ fallo di posizione del corpo” fino a p. 0.20

ARTICOLO 9.4 – Valore di collegamento

L'abbuono di collegamento per gli elementi con volo comprende gli elementi con volo ben visibile – Sia in entrata che in uscita.

9.5 – Penalità specifiche di composizione (Giuria B)

Un utilizzo insufficiente dell'attrezzo sia nello spazio che nella direzione – va sostituito con:

- Scelta di elementi con cambi di direzione insufficiente = pen. p.0.05- p. 0.10

Nota: Slancio in ATR con gambe divaricate più di 1 volta = pen. p. 0.05 ogni volta

ARTICOLO 10 Abbuoni di collegamento ed Esigenze Specifiche

Nota: gli elementi acrobatici con volo **5.308 & 5.408** possono essere utilizzati in una serie come 2° elemento per l'abbuono di collegamento e/ o per soddisfare l'Esigenza Specifica.

TABELLA DEGLI ELEMENTI

Parallele Asimmetriche gruppo 3

- Tutti gli slanci sotto lo staggio possono essere eseguiti con o senza l'appoggio dei piedi nella fase discendente e sono considerati diversi anche se sono nello stesso casella..

Trave 2.307, 2.407, 2.507 e Corpo libero 1.210, 1.310, 1.211, 1.311

- Salti ad anello e salti del montone – è richiesta la posizione della testa reclinata per poter ottenere l'elemento di difficoltà

Trave gruppo 3 e Corpo libero gruppo 2 – Elementi

- Tutti i giri: con gli stessi gradi di rotazione interni o esterni = stesso elemento

Corpo libero 1.513

- Stesso grado di rotazione interno o esterno = stesso elemento

Trave 3.101, 3.401, 3.501 e Corpo libero 2.101, 2.201, 2.301, 2.401

- Descrizione della gamba libera in “ libera al di sotto dell'orizzontale”

Trave 3.302, 3.402, 3.303, 3.403 e Corpo libero 2.202, 2.302, 2.402

- Piroetta : “al di sopra “...” durante tutta la rotazione”

Trave 3.304, 3.404 e Corpo libero 2.304, 2.404

- Piroetta”durante tutta la rotazione”