FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE

FIG Ginnastica Ritmica Codice dei Punteggi 2025-2028:

Questions & Answers #1

Pubblicato 22 Novembre 202

Generalità

1. **La ginnasta tocca l'attrezzo di riserva, senza toccare il suolo fuori dalla linea. C'è una penalità di linea?**
   Nessuna penalità di linea.

2. **La ginnasta riprende un attrezzo che si trova fuori pedana, bloccando l'attrezzo (palla o clavette) tra le gambe e il suolo. Il corpo non tocca il suolo fuori dalla linea, tocca solo la parte superiore dell'attrezzo. Qual è la penalità di linea?**
   0.3 p. per attrezzo fuori pedana, nessuna penalità per il corpo.

3. **La ginnasta si esibisce in pedana. L'attrezzo è tenuto dalla ginnasta, che si muove sulla pedana, ma tocca le pubblicità, le decorazioni o simili, al di fuori della pedana. L'attrezzo non è perso. C'è una penalità di linea?**
   Non si applica alcuna penalità di linea.

4. **Un attrezzo è perso fuori pedana, ma non tocca il suolo: tocca solo le pubblicità, le decorazioni, il giudice di linea, il tavolo dei giudici o simili. C'è una penalità di linea?**
   Sì, la penalità di linea si applica quando l'attrezzo è perso fuori pedana, indipendentemente da ciò che l'attrezzo tocca.

5. **Un attrezzo è perso fuori pedana. La ginnasta lascia la pedana per recuperare l'attrezzo e porta in mano un altro attrezzo (seconda clavetta o un attrezzo di squadra). Qual è la penalità di linea?**
   0.3 p. per l'attrezzo perso fuori pedana + 0.3 per la ginnasta che esce dalla pedana = 0.6 p.
   Nessuna penalità aggiuntiva per l'attrezzo aggiuntivo che non tocca il suolo.

Sport in the Olympic programme

Avenue de la Gare 12A, P.O. Box 630, 1001 Lausanne, Switzerland TÉL. (+41) 21 321 55 10 – FAX (+41) 21 321 55 19
www.gymnastics.sport – info@fig-gymnastics.org

6. **La ginnasta perde l'attrezzo verso la fine dell'esercizio. La ginnasta decide che non c'è abbastanza tempo per andare dietro all'attrezzo. La musica continua a suonare. La ginnasta dovrebbe continuare a esibirsi senza attrezzo?**
Si raccomanda alla ginnasta di continuare fino alla fine della musica.
   - Se la ginnasta si ferma mentre la musica continua a suonare, è applicata la penalità Artistico per non aver terminato in armonia con la musica.
   - Se la ginnasta si muove per 4 o più secondi tra la perdita e la posa finale, è applicata la penalità Artistico per "Interruzione della continuità"
   - Se la ginnasta si ferma prima del previsto, potrebbe esserci una penalità di Tempo per la durata dell'esercizio.

7. **L'attrezzo si rompe verso la fine dell'esercizio. La ginnasta decide che non c'è abbastanza tempo per prendere l'attrezzo di riserva. Cosa dovrebbe fare la ginnasta e come dovrebbero reagire i giudici?**
Ecco una panoramica delle diverse situazioni che possono verificarsi se la ginnasta non prende l'attrezzo di riserva (#9.4.2.):
   - Se la ginnasta interrompe l'esercizio abbandonando la pedana, questo è un esercizio interrotto e i giudici applicano il punto #8.1.
   - Se la ginnasta esegue una posa finale, rendendo la rottura dell'attrezzo "l'ultimo movimento", i giudici applicano il punto #9.4.5.
   - Se la ginnasta continua a eseguire gli ultimi elementi senza attrezzo, si tratta di una perdita di attrezzo e di una potenziale "interruzione della continuità" nell'Artistico.
   - Se la ginnasta continua a eseguire gli ultimi elementi con l'attrezzo rotto, questa non è un'opzione per #9.4.2. e il punteggio totale sarà 0.0 p. È tollerato eseguire pochi, brevi, esitanti movimenti prima di fermarsi, ma non è tollerato eseguire nuovi elementi con l'attrezzo rotto.

8. **Nella stessa azione, la ginnasta abbandona la pedana a causa della perdita di un attrezzo e termina l'esercizio fuori pedana. Qual è la penalità di linea?**
0.3 p. per la ginnasta che esce dalla pedana + 0.3 p. per terminare l'esercizio fuori pedana = 0.6 p.

9. **Un attrezzo è perso ma non esce dalla pedana. La ginnasta utilizza l'attrezzo di riserva. L'attrezzo sostituito rimane sul suolo fino alla fine dell'esercizio. Quali penalità vengono applicate?**
0.5 p. per uso non autorizzato dell'attrezzo di riserva (#9.2.7.) + 0.3 p. per attrezzo sostituito lasciato in pedana (#9.2.9.) = 0.8 p.

10. **La ginnasta ha perso in precedenza il suo attrezzo e ora si esibisce con l'attrezzo di riserva. Non perde questo attrezzo, ma decide di tornare al proprio attrezzo. Lascia l'attrezzo di riserva fuori dalla pedana e riprende il proprio attrezzo fuori dalla pedana. Quali sono le conseguenze?**
Non ci sono penalità da parte del giudice Responsabile per questo, le uniche possibili conseguenze sono in Difficoltà e Artistico.
#9.2.5.: "la ginnasta è autorizzata a riprendere il proprio attrezzo dopo aver usato un attrezzo di riserva." Questo paragrafo non è limitato alla perdita d'attrezzo. È generale, per tutte le situazioni.
#9.2.9.: "Se la ginnasta per qualsiasi motivo sceglie di cambiare l'attrezzo, l'attrezzo non più utilizzato deve essere completamente rimosso dalla pedana (nessuna penalità di Linea)".

Difficoltà corporee

11. **Per i salti sulla linea #25, salto enjambée laterale con flessione del busto avanti: qual è la corretta tecnica di arrivo? È accettabile arrivare in una posizione squat/accovacciata profonda?**
La tecnica di arrivo è libera, purché nessuna delle ginocchia tocchi il suolo. Tuttavia, l'allenatore deve prendersi cura della salute della ginnasta.

12. **Tour plongé indietro: è richiesta la posizione di grand écart? Valutiamo la deviazione della posizione delle gambe?**
Sì, è richiesto il grand écart. Si applicano i principi di deviazione

13. **Rotazione in grand écart indietro senza aiuto: è possibile cambiare la posizione delle gambe durante la rotazione, ad esempio da divaricata a boucle (Sakura)?**
Deve essere fissata una forma. Non è possibile mescolare forme all'interno della stessa casella. Sarà valutata solo la prima forma.

14. **La ginnasta esegue un pivot fouetté che consiste in 8 x 360 gradi di rotazione. Le rotazioni numero 3-4 hanno una deviazione di oltre 20 gradi. Le ultime rotazioni sono eseguite correttamente. Le prime 2 rotazioni sono valide se l'elemento tecnico attrezzo è eseguito correttamente? Dovremmo invece dare le ultime 4 rotazioni (valore più alto)?**
Sono valide solo le prime 2 rotazioni. Si prega vedere #12.2.2.: "Una volta che la ginnasta ha perso la forma ben definita, o ha presentato una forma con una deviazione grande, non sono valutate ulteriori rotazioni."

Elementi tecnici attrezzo (principalmente per Difficoltà Corporee)

15. **Una ginnasta esegue un equilibrio con grand écart indietro, con trasmissione orizzontale del cerchio intorno alla gamba. Quindi, esegue un pivot con grand écart indietro, con trasmissione del cerchio intorno alla gamba mentre il cerchio è ruotato attorno al suo asse. Applicando il #3.6., queste trasmissioni sono "piani differenti"?**
Sì, queste due tecniche di trasmissione del cerchio sono "piani differenti" e quindi "elementi tecnici d'attrezzo differenti"; possono essere utilizzate in due DB con il tronco nella stessa direzione.

16. **L'equilibrio instabile della palla è valido se il gomito è flesso?**
Sì, l'equilibrio instabile è valido come elemento tecnico d'attrezzo. Per la maggior parte dei tipi di equilibrio instabile, flettere il gomito è una tecnica scorretta ed è penalizzata in Esecuzione.

17. **Il CdP spiega che un tentativo di equilibrio instabile, eseguito con la palla afferrata/schiacciata, non è valido come elemento tecnico d'attrezzo "equilibrio instabile". Che dire degli altri elementi tecnici (trasmissione, ripresa, ecc.) eseguiti schiacciando la palla - sono validi?**
Il principio menzionato è descritto solo per "equilibrio instabile". La trasmissione, la ripresa, ecc. sono altri elementi tecnici. Se la palla è schiacciata/afferrata durante questi elementi tecnici, gli elementi tecnici sono comunque validi, ma con una penalità di Esecuzione ogni volta. Se la palla è schiacciata/afferrata durante l'equilibrio instabile, l'elemento tecnico "equilibrio instabile" non è valido.

18. **Una ginnasta esegue una Difficoltà di pivot con rotazione di 1080 gradi. Durante i primi 720 gradi, la palla è afferrata/schiacciata, senza alcun elemento tecnico. Negli ultimi 360 gradi, la ginnasta esegue una trasmissione corretta. Come valutare questa Difficoltà?**
La Difficoltà è valida, perché eseguita con un elemento tecnico d'attrezzo (trasmissione) valido. I giudici di Esecuzione penalizzeranno la palla afferrata.

19. **Equilibrio instabile della palla con "cambio visibile": è possibile solo in una posizione sopra la testa o può essere utilizzato, ad esempio, davanti al corpo?**
Può essere utilizzato davanti al corpo, se la posizione è chiaramente instabile e con un cambio chiaramente visibile e non semplicemente una trasmissione da una mano all'altra davanti al corpo.

20. **Rotazioni delle mani intorno alla palla (min. 2): queste due rotazioni devono essere eseguite consecutivamente e/o direttamente? Oppure è possibile fare un equilibrio fouetté con una rotazione vicino alla prima forma e un'altra rotazione vicino all'ultima forma?**
Tutte le tecniche attrezzo devono essere eseguite senza alcuna interruzione. La natura delle rotazioni delle mani intorno alla palla è un movimento fluido, senza soste, eseguito con qualsiasi ritmo. È possibile eseguire due rotazioni lente, consecutive e dirette. Una rotazione + palla tenuta ferma con una o due mani + una seconda rotazione è un esempio di rotazioni interrotte (non valido).

21. **Battute delle clavette al suolo (min. 2): le due battute devono essere eseguite consecutivamente e/o direttamente? Oppure è possibile realizzare un doppio tour plongé indietro con una battuta in ogni rotazione?**
La natura delle battute consente sia battute veloci che lente. Purché il lavoro delle clavette non sia interrotto tra una tecnica di battuta e l'altra, è possibile una battuta in ogni tour plongé. Una battuta al suolo + una trasmissione da una mano all'altra + un'altra battuta al suolo è un esempio di battute interrotte (battute non valide come elemento tecnico attrezzo).

22. **Le battute delle clavette al suolo devono essere minimo due. Possono essere eseguite prima con una clavetta, poi con la seconda clavetta = due battute?**
Sì, si prega vedere #3.3.3., spiegazioni/esempi: "Battute 1 o 2 Clavette al suolo: minimo 2 battute consecutive (2 Clavette nello stesso momento non è sufficiente)."

23. **Quando si richiama indietro il nastro da un boomerang, è possibile rilasciare l'estremità del nastro?**
Sì, dopo il richiamo indietro l'estremità del nastro può essere rilasciata. Non è necessario tenere l'estremità del nastro in mano durante la ripresa.

24. **Una ginnasta esegue un pivot con una grande circonduzione sopra la testa. In seguito, esegue un equilibrio fouetté con la stessa grande circonduzione sopra la testa e anche con spirali. L'equilibrio fouetté è valido?**
Si prega vedere #3.6.1.2.: "Per essere valida, ciascuna DB deve essere presentata con minimo 1 nuovo (non eseguito in nessuna DB in precedenza nell'esercizio) elemento tecnico attrezzo; elementi tecnici attrezzo aggiuntivi possono essere ripetizioni". Se le spirali sono un nuovo elemento tecnico d'attrezzo, le spirali convalidano l'equilibrio fouetté.

25. **Una ginnasta esegue una serie di quattro salti/pivot. Il 1° e il 4° vengono eseguiti con il corretto maneggio d'attrezzo, il 2° e il 3° vengono eseguiti senza il corretto maneggio d'attrezzo. È possibile assegnare punti per la 1ª e la 4ª Difficoltà?**
Sì, secondo i principi di #8.10.1 (salti) e #12.8.1 (pivot), è possibile assegnare punti per tutte le forme eseguite.

Elementi dinamici con rotazione

26. #4.10.5: "Lancio di 2 Clavette non incastrate: questo criterio è assegnato una sola volta per lancio che sia eseguito simultaneo, asimmetrico o a cascata." Cosa significa "solo una volta"?
Il criterio è dato una volta per R, per qualsiasi tipo di lancio di 2 clavette: non diamo +0.1 p. per il lancio di 2 clavette + 0.1 p. per le stesse 2 clavette lanciate a cascata.

27. L'uso dei lanci a cascata è limitato e deve essere eseguito al massimo in due R?
No, l'uso dei lanci a cascata non è limitato. La spiegazione "Per R con cascata, sono valutati massimo 2 lanci" si riferisce alla valutazione di ogni R separato.

28. La ginnasta esegue un elemento pre-acrobatico: nella fase iniziale la ginnasta appoggia le mani sul suolo, a sinistra e a destra della gamba. Nella fase intermedia, i fianchi sono aperti come in una ruota. A quale gruppo di elementi pre-acrobatici appartiene?
Si prega vedere #4.5.3., "la 1ª fase di rotazione definisce la classificazione dell'elemento pre-acrobatico". Quando le mani sono posizionate una di fianco all'altra (perpendicolarmente alla direzione di spostamento), questa è una rovesciata.

Difficoltà d'Attrezzo

29. "Rotazione libera del cerchio attorno al suo asse: intorno a una parte del corpo": Questa base può essere eseguita con rotazione intorno alla mano?
No, la rotazione intorno alla mano non è una base valida, ma solo un elemento tecnico d'attrezzo valido.

30. Per l'elemento tecnico "piccoli lanci delle clavette non incastrate", il testo consente clavette "in alternanza". Per la base DA "piccoli lanci delle clavette non incastrate", non c'è alcuna menzione di "alternanza". Per favore potreste chiarire le opzioni per l'elemento tecnico rispetto alla base DA?
In entrambi i casi, entrambe le clavette devono essere in volo contemporaneamente, in qualche momento del piccolo lancio. Se la clavetta A è lanciata e ripresa, dopo la clavetta B è lanciata e ripresa: si tratta di due elementi tecnici/basi successivi, con un piccolo lancio di una clavetta.

31. Una ginnasta tenta una DA con i moulinets, ma le braccia sono troppo distanti tra loro. Il giudice dovrebbe invece assegnare una DA con piccoli circoli di due clavette?
No, quando è chiaro che la ginnasta stia tentando dei moulinets, il giudice può solo valutare i moulinets. Il giudice non può "cambiare" i moulinets in circoli.

32. "Bacchetta tenuta senza mani (...) durante movimenti o Difficoltà con rotazione (...), creando il disegno di un circolo completo della stoffa intorno al corpo": è possibile dare il criterio "senza mani" quando questo fa parte della definizione di base?
Sì, la base deve essere eseguita senza mani ed è assegnato il criterio "senza mani". Si prega vedere #5.8.-5.11. (tabelle DA) per capire quali criteri sono adoperabili.

33. Per considerare le spirali e le serpentine del nastro fuori campo visivo: è sufficiente che la mano sia nella posizione corretta solo per l'impulso, o la mano dovrebbe rimanere lì finché le forme non sono completate?
La posizione della mano deve rimanere fino a che la forma (4 anelli/onde) sia completata.

34. “Il braccio che lancia (...) deve trovarsi nella zona definita come ‘fuori campo visivo’”. È necessario che l'intero braccio si trovi in questa zona o è sufficiente che una parte del braccio sia nella zona?
Per il lancio la ginnasta può utilizzare differenti tecniche. Per ricevere “fuori campo visivo”, la maggior parte del braccio dovrebbe essere nella zona definita.

35. “Fuori campo visivo non è riconosciuto per la palla ripresa con 2 mani dietro la nuca e con entrambe le braccia flesse”. Se questo tipo di ripresa è eseguita con una mano, sarà assegnato il criterio “fuori campo visivo”?
Sì

36. La ginnasta esegue un equilibrio planche dorsale in grand écart con un rotolamento lungo, partendo da dietro la gamba. Questo rotolamento inizia “fuori campo visivo” e quindi riceve questo criterio?

No, il braccio che lavora non si trova nella zona definita “fuori campo visivo”, solo la mano si trova in questa zona.

37. La ginnasta fa rotolare il cerchio durante un equilibrio planche laterale. La mano fa rotolare il cerchio dalla parte posteriore del tronco. Questa può essere considerata una DA (DB e fuori campo visivo)?
Sì, se il braccio che lavora è dietro la schiena, il rotolamento è “fuori campo visivo”.

38. La ginnasta esegue un saut plongé, lanciando il nastro all’indietro sotto la gamba con la mano vicino all’anca. Questo è fuori campo visivo? Dove deve essere posizionato il braccio che lancia per ottenere “fuori campo visivo”?
No, questo non sarebbe fuori campo visivo. Per il boomerang, la maggior parte del braccio deve trovarsi nella zona definita. Ma questo elemento sarebbe sotto la gamba e durante un elemento pre-acrobatico.

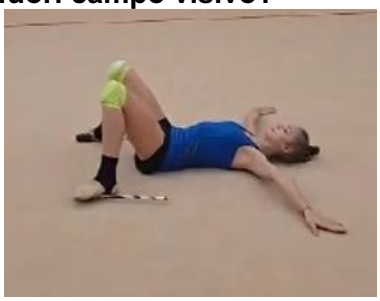
39. Le illustrazioni generali per “fuori campo visivo” mostrano una zona sotto le gambe in un salto enjambée. Ciò significa che una spirale sotto la gamba durante un salto enjambée è “fuori campo visivo”?
No, questo non sarebbe fuori campo visivo. Per le spirali, la mano deve essere nella zona definita, non solo i disegni.

40. La ginnasta è sdraiata al suolo, supina: basi eseguite senza l’aiuto delle mani, utilizzando le braccia sopra la testa. Questo è considerato “fuori campo visivo"?
Le riprese tra le braccia e il suolo sono fuori campo visivo. Altre basi non sono proibite dalle regole, ma probabilmente non sono tecnicamente possibili da eseguire in questa posizione.

41. Lancio obliquo o piatto del cerchio: mentre è sdraiata completamente sulla schiena, la ginnasta riprende il cerchio bloccandolo contro il suolo con i polpacci, gambe all'interno del cerchio. È fuori campo visivo?

No

42. Piccolo lancio di due clavette: mentre è sdraiata completamente sulla schiena, la ginnasta riprende le clavette bloccandole contro il suolo con i polpacci o i piedi. È fuori campo visivo?



No

43. Per un piccolo lancio per ricevere il criterio "sotto la gamba", cosa deve esserci esattamente sotto la gamba? Il braccio che lavora, parte del braccio, la mano o solo l'attrezzo?

La spiegazione sul "braccio che lavora" o "parte del corpo che lavora" è data solo per il fuori campo visivo. Per "sotto la gamba", almeno la mano deve essere sotto la gamba.

44. La ginnasta esegue un pivot fouetté con rotazioni multiple. Nella rotazione 4, la ginnasta esegue una grande deviazione. Nella rotazione 6, la ginnasta tenta una DA. Il criterio DB è valido?

No, se la DB non è più eseguita in accordo alla sua definizione, il criterio DB non è valido.

45. La ginnasta esegue un pivot fouetté con rotazioni multiple. Nella rotazione 4, la ginnasta schiaccia la palla. Nella rotazione 6, la ginnasta tenta una DA. Il criterio DB è valido?

Sì, il criterio è valido se tutti gli altri aspetti sono in accordo alla definizione. Si prega vedere #2.7.: lo schiacciamento non invalida una DB. I giudici Esecuzione penalizzeranno la palla schiacciata.

46. La ginnasta esegue un pivot fouetté con rotazioni multiple. A metà del pivot, l'attrezzo è statico. Alla fine, la ginnasta tenta una DA. Il criterio DB è valido?

Sì, il criterio è valido se tutti gli altri aspetti sono in accordo alla definizione. Si prega vedere #2.7.: l'attrezzo statico non invalida una DB. I giudici Esecuzione penalizzeranno l'attrezzo statico.

47. La ginnasta tenta di eseguire un echappé durante una DB di equilibrio. La ginnasta riprende la bacchetta prima di aver fissato-bene la posizione, ma la posizione è entro i 20 gradi di tolleranza. Il criterio DB è valido?
Sì, questa è la fase iniziale della DB, il criterio è attribuito.

48. DA con onda completa del corpo: è accettabile completare la base (es., un rotolamento lungo) prima che l'onda sia completata, nello stesso modo come per la rotazione del corpo?
Sì, è accettabile.

49. Un'onda totale del corpo può includere una discesa sul(e) ginocchio(a)?
Sì, si prega vedere #5.4.3. (esempi di onde).

50. "2 basi d'attrezzo eseguite durante lo stesso elemento corporeo/difficoltà corporea sono valutate come 2 DA, la 2ª DA conta come un tentativo di DA e non è valido" (#5.5.3.). L'elemento corporeo comprende anche gli elementi pre-acrobatici?
Sì

51. Una ginnasta riprende il cerchio con un rotolamento fuori campo visivo. Questa è una base combinata che vale 0.4 p., dal momento che un normale rotolamento della palla/cerchio sulla schiena è fuori campo visivo?
Normalmente no, perché il momento della "ripresa" non è normalmente eseguito fuori campo visivo. Si prega vedere #5.4.4., "Se la ripresa/rotolamento inizia con il braccio in avanti o di lato, il criterio 'fuori campo visivo' non è valido per la ripresa".

52. Una ginnasta riprende il cerchio da un lancio alto, in una DB, con un rimbalzo sul braccio. Questa è DA 0.3 p. per ripresa + DB + senza mani? Oppure è una DA non valida con un tentativo di base combinata (ripresa + rimbalzo, ma il rimbalzo non è eseguito in accordo con la definizione)?
Questa è una DA 0.3 p. con due criteri validi (DB e senza mani). Non dobbiamo tenere conto del rimbalzo.

53. Una ginnasta riprende il cerchio da un lancio alto, con una rotazione attorno al collo. La ginnasta è piegata in avanti al momento della ripresa, in modo che il cerchio arrivi sul suo collo e poi continui a ruotare intorno al collo. Questo è fuori campo visivo?
No. La "rotazione" di base completa deve essere eseguita fuori dal campo visivo. Una rotazione attorno al collo non è mai fuori dal campo visivo perché passa sempre nella parte anteriore del corpo.

54. Una ginnasta riprende il cerchio da un lancio alto e passa attraverso il cerchio con le braccia e il tronco, così il cerchio ruota attorno alla vita. La ginnasta è piegata in avanti al momento della ripresa, così che il cerchio arrivi sulla sua schiena e poi continui a ruotare intorno alla vita.
Questo è fuori campo visivo?
No. Il "passaggio" di base completo deve essere eseguito fuori dal campo visivo. Quando si passa attraverso il cerchio in caduta, partendo dalla testa/braccia che entrano per prime nel cerchio, questo non è "fuori campo visivo".

55. Un ginnasta tenta una ripresa da un lancio alto con una seconda base. L'altezza del lancio non è sufficiente. Qual è la conseguenza per la DA?
Se una o entrambe le basi vengono eseguite con due criteri validi, la base con il valore più alto e due criteri determina il valore della DA. Esempio: Lancio piccolo + rotolamento lungo con due criteri = 0.3 p.

56. La ginnasta esegue una ripresa con tre criteri: fuori dalla visuale, senza mani e al suolo. Questa ginnasta può eseguire altre 3 DA al suolo, perché la ripresa può essere valutata senza "al suolo"?
No, si prega vedere #5.4.6., "Un massimo di 3 DA consecutive possono essere eseguite in una posizione al suolo". Anche se la DA ha altri due criteri, la ginnasta la esegue in una posizione al suolo.

57. La ginnasta ripete una DB. Durante la DB, la ginnasta esegue una DA che ha altri due criteri, quindi questa DA non ha bisogno del criterio DB.
Come dovrebbe reagire il giudice DA?
Se la DB è stata eseguita in precedenza nell'esercizio, il giudice DA non registra alcun tentativo di DA, anche nel caso in cui ci siano altri due criteri esclusa la DB. Eccezione: sono consentite serie di DB. Durante tali serie è possibile presentare alcune DA utilizzando il criterio DB. Tuttavia, una ripetizione identica di una DA non è valida

58. La ginnasta esegue un rotolamento lungo in un equilibrio passé, quindi esegue lo stesso identico rotolamento in una DB differente. Si tratta di una ripetizione identica di DA?
No, non identica. Si prega vedere #5.6.2., "Una ripetizione identica di una DA (ripetizione di un'intera combinazione di base/i e criterio/criteri, eseguita in modo identico) conta come un tentativo di DA e non è valida". Quando la DB è in una casella diversa, il criterio DB non è eseguito in modo identico, quindi le due DA non sono identiche.

59. La ginnasta esegue un pivot fouetté con la gamba a 90 gradi. In seguito, esegue un pivot fouetté con la gamba in passé con una DA. La seconda difficoltà non è valida come DB, ma non è una ripetizione della stessa DB, quindi la DA è valida?
Non è consentito eseguire un secondo pivot fouetté. Questa è considerata una ripetizione e il giudice DA non registra alcun tentativo di DA.

60. La ginnasta esegue un lancio alto e un salto en tournant sotto il volo. Poi fa tre passi e riprende l'attrezzo senza mani in un elemento pre-acrobatico. È una DA valida?
No, queste rotazioni rientrano nella definizione di R. Si prega vedere #5.6.4.2., "Quando la ginnasta non esegue una rotazione sotto il volo: un lancio durante una rotazione e/o una ripresa durante una rotazione, sarà valutata come DA, se la definizione di DA è soddisfatta".

RGG: Difficoltà Corporee

61. Quattro ginnaste eseguono una DB con trasmissione, con rotazione del cerchio attorno al suo asse. Una ginnasta esegue la stessa DB, solo con rotazione del cerchio attorno al suo asse, senza trasmissione. Questa DB è valida?
La DB è valida: tutti le cinque ginnaste hanno eseguito un gruppo tecnico d'attrezzo. Non è obbligatorio eseguire elementi tecnici identici.

RGG: Scambi

62. La Squadra può ripetere una rotazione identica all'interno della stessa DE; una volta durante il lancio e una volta sotto il volo (variazione uguale o differente)?
No, non è possibile ripetere alcun gruppo di rotazioni. Si prega vedere #4.5., tabella: "Ogni rotazione in ogni DE deve essere differente (da un differente gruppo di elementi pre-acrobatici o rotazioni verticali)".

63. Ciascun gruppo di rotazioni verticali può essere usato due volte in DE differenti (stesso principio di RGI R)?
No, questo principio non è menzionato per RGG. Ciascun gruppo di rotazioni verticali può essere usato in una sola DE (una volta).

64. Ciascun gruppo di rotazioni verticali può essere usato una volta in DE e una volta in R?
Sì, si prega vedere #5.3.2., "Lo stesso gruppo di elementi pre-acrobatici e/o lo stesso gruppo di rotazioni verticali possono essere utilizzati sia in R che in DE".

65. Una Squadra esegue una rotazione verticale durante la ripresa di una DE. Questo tipo di rotazione è registrato dai giudici?
Sì, è registrato. Tutte le rotazioni eseguite durante una DE (indipendentemente che le rotazioni siano eseguite come criterio di rotazione, di altri criteri o non come criteri) sono registrate dai giudici DB e non possono essere ripetute.

66. Due ginnaste eseguono una DB cabriole durante la ripresa di una DE. Le altre ginnaste non tentano la DB. Questa DB è registrata dai giudici?
La DB eseguita da solo due ginnaste non è registrata: si prega vedere #2.3.5., "Una DB eseguita da 3 o più ginnaste conta come un tentativo di DB". Questo si applica indipendentemente che la DB sia coreografata o meno.

67. In accordo con #4.4.4., "Non può essere eseguita una ripetizione identica degli stessi criteri". Potreste spiegare come determinare se gli stessi criteri sono ripetuti in modo identico?
#4.4.4. Non è possibile eseguire una ripetizione identica dello stesso criterio: la ripetizione dello stesso criterio non è valutata (nessuna penalità). Lo Scambio potrebbe essere ancora valido.
Esempi:

- Una Squadra esegue una ripresa con le braccia dietro al corpo e una seconda ripresa con le braccia dietro al corpo, dove tentano di eseguire una rotazione del corpo, ma la rotazione è troppo in ritardo. Queste riprese sono differenti, perché per composizione le riprese erano differenti.
- Una Squadra esegue un lancio con la gamba dietro al corpo, gamba d'appoggio tesa e un secondo lancio con la gamba dietro al corpo, gamba d'appoggio piegata. Questi lanci sono identici. La gamba d'appoggio, sia tesa che piegata, non cambia la difficoltà.
- Una Squadra esegue una ripresa in piedi e la stessa ripresa sedute sulle ginocchia. Questi lanci sono diversi.

RGG: Collaborazioni

68. Un ginnasta partecipa a una DC eseguendo un lancio all'inizio della DC. Dopo di che, la ginnasta è senza attrezzo per 5 secondi. La DC è valida?
La DC può essere valida fintanto che tutte le ginnaste sono in contatto con un attrezzo, in qualsiasi momento. Solo se una ginnasta esegue l'intera DC senza alcun contatto con alcun attrezzo, la DC non è valida (#6.11.).

69. CR in cui la ginnasta che esegue l'azione principale è aiutata da una seconda ginnasta durante la ripresa: entrambe le ginnaste devono eseguire i criteri di ripresa?
Sì, si prega vedere #6.7.7., nota per i criteri generali: "Quando la ginnasta che esegue l'azione principale è aiutata da una compagna nell'esecuzione del lancio o della ripresa con criteri, entrambe le ginnaste devono eseguire il criterio affinché sia valido".

70. CR con passaggio attraverso: è sufficiente entrare nella costruzione/attrezzo e uscirne di nuovo, purché passino due grandi segmenti?
No, il passaggio parziale non è un'opzione per CR. La ginnasta deve completare il passaggio attraverso la costruzione/attrezzo per ricevere questo criterio.

71. CR con passaggio attraverso: il passaggio deve avvenire durante il volo dell'attrezzo che la ginnasta dell'azione principale prenderà, oppure può avvenire sotto il volo dell'attrezzo che la ginnasta dell'azione principale lancia a una compagna?
Ambedue le opzioni sono consentite: il passaggio può avvenire sia durante il volo dell'attrezzo lanciato dalla ginnasta dell'azione principale, sia durante il volo dell'attrezzo che la ginnasta dell'azione principale prenderà.

72. CR2 con passaggio attraverso: se una ginnasta passa attraverso il cerchio e la seconda no, è CR1 + passaggio attraverso o è CR2?
È CR2. Si prega vedere #6.7.7., spiegazioni/esempi: "Ogni collaborazione è valutata in base al numero di ginnaste che eseguono con successo la definizione di base (lancio alto, rotazione, ripresa)".

73. Una squadra tenta una CR2. A causa di errori tecnici, solo una ginnasta principale riprende, l'attrezzo lanciato alla seconda ginnasta principale è ripreso da un'altra ginnasta. Questo è CR1 o non è valido?
È una CR1. Si prega vedere #6.7.7., spiegazioni/esempi: "Ogni Collaborazione è valutata in base al numero di ginnaste che eseguono con successo la definizione di base (lancio alto, rotazione, ripresa)".

74. CR con serie: le rotazioni possono essere dello stesso gruppo, ma essere eseguite con variazioni differenti?
Le rotazioni devono essere identiche, si prega vedere #6.7.7., nota per S: "'Identici' significa che gli elementi pre-acrobatici sono dello stesso gruppo ed eseguiti con la stessa variazione".

75. CR con serie: è possibile per la ginnasta principale riprendere con un rilancio alla compagna?
Sì, si prega vedere #6.7.5.5. sotto "ripresa di CR": "Un rilancio o rimbalzo dell'attrezzo sul corpo può essere la "ripresa" dell'attrezzo…purché il rilancio o il rimbalzo sia ripreso da una qualsiasi ginnasta". In altre parole, le Serie possono essere date quando c'è una ripresa del proprio attrezzo, con rilancio o rimbalzo a una compagna.

76. **Una squadra esegue una Collaborazione Combinata con una serie. La Collaborazione non è chiaramente valida, ma la serie è registrata come la prima di due serie possibili?**
Sì, l'esecuzione di una serie è registrata.

77. **CR: la ginnasta principale lancia, esegue una rotazione, ma le compagne non riescono a lanciarle indietro un attrezzo. Riceve un attrezzo per trasmissione. Questo è riconosciuto come un tentativo di CR?**
Sì, perché esegue il lancio alto/lungo e la rotazione, questo è un tentativo di CR.

78. **Lancio multiplo: la ginnasta principale lancia due attrezzi, quindi esegue una rovesciata sotto il volo e riceve, senza alcun lancio, un attrezzo da una compagna. Questo** è **valutato come un lancio multiplo isolato o è una collaborazione combinata (non valida)? L'elemento pre-acrobatico** è **registrato?**
Questa è valutata come una collaborazione combinata (non valida) e l'elemento pre-acrobatico è registrato. La ginnasta principale non deve eseguire alcuna rotazione completa sotto il volo per il lancio Multiplo/la ripresa Multipla. Se la ginnasta principale esegue una rotazione completa sotto il volo, esegue la definizione di una CR.

79. **Ripresa multipla: la ginnasta principale non lancia alcun attrezzo, ma completa un elemento pre-acrobatico sotto il volo, quindi riprende due attrezzi. Questo è valutato come una collaborazione combinata? L'elemento pre-acrobatico** è **registrato?**
Questa è valutata come una collaborazione combinata (non valida) e l'elemento pre-acrobatico è registrato. La ginnasta principale non deve eseguire alcuna rotazione completa sotto il volo per il lancio Multiplo/la ripresa Multipla. Se la ginnasta principale esegue una rotazione completa sotto il volo, esegue la definizione di una CR

80. **Lancio multiplo: la ginnasta principale, che lancia due attrezzi, non esegue alcun elemento pre-acrobatico. Ma durante questa collaborazione, un'altra ginnasta esegue un elemento pre-acrobatico. Questo elemento pre-acrobatico è registrato?**
Sì. Qualsiasi elemento pre-acrobatico eseguito da qualsiasi ginnasta durante una collaborazione di lanci Multipli è registrato dai giudici e non può essere ripetuto.

81. **Ripresa multipla: tre ginnaste prendono insieme un attrezzo e una di loro prende un secondo attrezzo. È una ripresa Multipla?**
Sì, se tutti gli altri requisiti della ripresa Multipla sono soddisfatti.

Artistico (RGI+RGG)

82. **Se la musica ha testi, parole parlate e motori di auto non etici, la penalità per "musica non conforme alle regole" è assegnata una volta o tre volte?**
La penalità è assegnata una volta. Ogni esercizio ha un solo brano musicale, che è conforme o non conforme.

83. **Idea guida: è necessario eseguire ogni Difficoltà con carattere, per ottenere una valutazione di 0.0 p. per l'idea guida?**
No, alcune Difficoltà possono essere senza carattere e l'esercizio può comunque ottenere 0.0 p., purché nessuna PARTE dell'esercizio sia senza carattere. Si prega vedere #3.2.2., "'Pienamente sviluppato e realizzato' non significa che ogni singolo movimento abbia dettagli di carattere, significa che non c'è nessuna parte in cui il carattere sembri assente".

84. Idea guida e identificazione delle parti: esattamente quante Difficoltà e/o collegamenti sono necessarie per identificare "una parte"?

#2.7.2. menziona 2-4 Difficoltà con collegamenti. Come elaborato in STS, il motivo di "2-4" è che in molti casi, due Difficoltà sono eseguite contemporaneamente (es., una DB con una DA), e questo non è già una "parte". In altri casi, due Difficoltà sono separate da un collegamento (es., DB + collegamento + R), e questo è sufficiente per una parte. Il punto è trovare Difficoltà/collegamenti con carattere consecutivi (non isolati/scollegati).

Questi sono esempi di "una parte":

- Collegamento con carattere + DA con carattere + DA con carattere.
- DB&DA con carattere + DA con carattere + collegamento con carattere. (DB&DA; stesso momento)
- DB con carattere + DA con carattere + DA con carattere.
- Collegamento con carattere + R&DB con carattere + collegamento con carattere.

Questi sono esempi che NON sono una parte:

- Collegamento con carattere + DB senza alcun carattere + collegamento con carattere.
- DA con carattere + collegamento con carattere + DA senza alcun carattere.
- Collegamento con carattere + Collegamento con carattere + Collegamento con carattere (a meno che questa non sia una combinazione completa di passi di danza)

85. Idea guida e identificazione delle parti: in quale parte di una Difficoltà deve essere presentato il carattere, per essere una "Difficoltà con carattere"?

Il carattere può essere presentato in qualsiasi parte di una Difficoltà, non necessariamente nel "momento di picco". Esempi:

- In una DB di Rotazione, il carattere può essere mostrato nel passaggio dalla preparazione alla forma, nella forma fissata e/o mentre si lascia la forma fissata (passaggio fuori dalla forma). Se il carattere è visibile solo nei passi dopo la Rotazione, questo è un "collegamento" e non una "Difficoltà con carattere".
- In R, il carattere può essere mostrato al momento del lancio, sotto il volo, ad esempio durante uno o più elementi di rotazione e/o al momento della ripresa. Se il carattere è visibile solo dopo che la ripresa è stata completata, questo è un "collegamento" e non una "Difficoltà con carattere".

86. Idea guida e identificazione delle parti: un ginnasta esegue passi di danza per 12 secondi. Questo conta come una parte, oppure i primi 8 secondi sono una parte (S) + i successivi 4 secondi una seconda parte?

La danza consecutiva non diventa più parti. Ma se i 4 secondi includono o portano anche a una Difficoltà, che è anche eseguita con carattere, questa diventerebbe una nuova parte.

87. Idea guida e identificazione delle parti: se una combinazione di passi di danza non è valida, dovremmo comunque considerarla una "parte" eseguita con carattere?

Dipende dal tipo di problema durante la combinazione di passi di danza. Per l'idea guida, una "parte" è una sequenza di movimenti/elementi consecutivi CON carattere:

- Se l'intera S è eseguita con carattere, ma c'è una DA entro 8 secondi, la S non è valida (DA non consentita), ma è eseguita una parte con carattere e conteggiata per l'idea guida.
- Se l'attrezzo è perso nel mezzo della danza e la ginnasta corre per riprenderlo, la S non è valida (perdita dell'attrezzo) e non abbiamo una parte con carattere (non consecutiva; interrotta dalla corsa).
- Se l'attrezzo è perso verso la fine della danza con carattere e la ginnasta corre per riprenderlo, la S non è valida (perdita dell'attrezzo), ma è eseguita una parte con carattere e conteggiata per l'idea guida.

88. Idea guida: per applicare le penalità di 0.0 o 0.3 p., è necessario che "ci sia una buona varietà nell'uso delle diverse parti del corpo" (#3.2.3.). Potreste fornire delle linee guida su come distinguere "buona varietà" da "mancanza di varietà"?
Buona varietà significa che molte differenti parti del corpo contribuiscono ai dettagli del carattere: in momenti diversi dell'esercizio e/o combinate negli stessi momenti dell'esercizio. Non esiste una regola matematica per la varietà. Se una o più parti del corpo predominano, ad esempio, le braccia e le mani spesso creano il carattere, mentre le gambe, i fianchi, il collo/la testa raramente contribuiscono, la varietà è carente e la penalità minima per Idea Guida è di 0.6 p.

89. Idea guida: un esercizio è eseguito con un'interruzione di continuità (ad esempio, perdita d'attrezzo, 4 secondi o più). Ciò influisce sulla valutazione dell'idea guida?
Non c'è un incremento diretto della penalità "Idea Guida" a causa di una "Interruzione di continuità". Potremmo ancora trovare quattro parti con carattere (-0.6 p.). Potremmo trovare la "maggioranza" dell'esercizio con carattere (-0.3). La possibilità di raggiungere una penalità di 0.0 p. dipende dall'impatto dell'interruzione.

90. Espressività: la ginnasta perde l'attrezzo e corre a recuperarlo. I giudici dovrebbero considerare questo come un momento o una parte senza alcuna espressività del volto/corporea? La ginnasta può ricevere una penalità di 0.0 p. per l'espressività in questa situazione?
L'Espressività non è valutata durante il periodo di interruzione. Questo periodo non ha alcun impatto sulla valutazione dell'Espressività.

91. Espressività corporea: molte DB richiedono un tronco fisso e dritto. E in molte DB, la tecnica corretta è quella di posizionare le braccia in seconda posizione. Sono considerati momenti di "segmenti corporei rigidi"?
No, la ginnasta non è "punita" per aver eseguito le DB in modo tecnicamente corretto. I giudici dovrebbero prendere nota dei "segmenti corporei rigidi" in quei movimenti e collegamenti in cui sarebbe naturale coinvolgere le parti del corpo nella presentazione dell'espressività e non in particolare nelle forme fissate delle DB. Tuttavia, anche le braccia in seconda posizione dovrebbero essere naturali e morbide, non contratte e rigide quando entrano/escono dalla posizione.

92. Espressività del volto: ci sono numerosi momenti negli esercizi GR in cui la ginnasta è voltata dall'altra parte rispetto ai giudici. Come valutare l'espressività del volto in tali momenti?
Quando la ginnasta si gira, supponiamo che abbia una qualità di espressione simile a quella dimostrata prima/dopo "il voltarsi".

93. Passi di danza: si possono usare i lanci boomerang lungo il suolo?
Sì e anche i lanci boomerang in volo. Non è consentito solo l'elemento tecnico dell'attrezzo "lancio alto" (incluse tutte le variazioni di lancio alto di due clavette). Si possono usare altri elementi tecnici come qualsiasi tipo di boomerang.

94. Collegamenti: una ginnasta effettua un brusco cambio di livello e, allo stesso tempo, anche un brusco cambio di direzione di marcia e un brusco cambio del piano di lavoro dell'attrezzo. Questo è penalizzato 0.1 o 0.3 p.?
Le penalità di collegamento vengono assegnate "ogni volta", il che significa, in ogni momento in cui si verifica un errore. Se ci sono più errori nello stesso momento (ad esempio, livello + direzione + attrezzo), questa è una volta e una penalità di 0.1 p.

95. Interruzione: una ginnasta perde l'attrezzo verso la fine dell'esercizio. Continua a muoversi per 4 secondi, quindi presenta la posa finale, senza recuperare l'attrezzo. La penalità "Interruzione di continuità" si applica alla fine dell'esercizio?
Sì, è applicata la penalità Interruzione, se la ginnasta si muove per 4 o più secondi tra la perdita e la posa finale.

96. Lavoro collettivo: a causa del precedente errore tecnico, una delle ginnaste è leggermente in ritardo nell'esecuzione del contrasto, ma "recupera" rapidamente con la tempistica corretta. Il lavoro collettivo con contrasto è valutato, e quando i giudici dovrebbero iniziare a contarne la durata?
Si prega vedere #7.2.2., "Ciascun tipo di lavoro collettivo sarà riconosciuto con piccoli errori di esecuzione nella tempistica tra le ginnaste". La durata richiesta è di almeno 2 secondi con tutte le ginnaste in contrasto.

97. Lavoro collettivo: una squadra esegue un lavoro collettivo in rapida successione. Mentre le ultime ginnaste terminano i loro movimenti, la prima ginnasta inizia la difficoltà successiva (ad esempio, lancio per CR). Il lavoro collettivo è valido?
Si prega vedere #7.1.1.5., "il lavoro collettivo deve essere presentato al di fuori delle componenti di difficoltà". Il lavoro collettivo non è riconosciuto se una o più ginnaste iniziano a eseguire la difficoltà durante il lavoro collettivo.

98. Lavoro collettivo: una costruzione del corpo/posizione sollevata è mantenuta per 2-3 secondi. Quattro ginnaste di supporto sono tutte nella stessa posizione del corpo, con la quinta ginnasta sollevata in alto. Questo è considerato un lavoro collettivo con contrasto nei livelli?
No. Una posizione sollevata mantenuta in aria è un'azione collaborativa, non un lavoro collettivo.

99. Costruzioni del corpo: la ginnasta sollevata può saltare nella posizione sollevata?
No, si prega vedere #12.1.: "La ginnasta sollevata può essere alzata o salire nella posizione sollevata". Saltare nella posizione non è un'opzione.

100. Costruzioni del corpo: quando si è in appoggio sui piedi: l'intero piede/i deve/devono essere a contatto con il suolo oppure è accettabile un "appoggio parziale"?
Qualsiasi parte del piede (es., sulle dita o sul tallone) è accettabile.

101. Costruzioni del corpo: la durata di "meno di 4 secondi" è conteggiata dal momento in cui la ginnasta si stacca da terra o dal momento in cui assume la posizione sollevata?
"Sollevato dal suolo per meno di 4 secondi" (#12.1.) significa l'intera durata da quando il corpo perde contatto con il suolo fino a quando il corpo riprende contatto con il suolo.

102. L'attrezzo è lanciato con una traiettoria imprecisa e la ginnasta fa cinque grandi passi per riprendere l'attrezzo. Qual è la conseguenza per l'Artistico (Collegamenti e Ritmo)?
Questa è principalmente una penalità di Esecuzione (traiettoria imprecisa). L'Artistico non può essere giudicato in base alle penalità di Esecuzione, non esiste una conseguenza "standard" per l'Artistico: dipende dalla situazione e da come le ginnaste la gestiscono:

- I Collegamenti non vengono penalizzati quando la ginnasta interrompe chiaramente la coreografia prevista: correre cinque passi allo scopo di salvare l'attrezzo = nessuna penalità di Collegamento. Camminare cinque semplici passi senza alcun carattere e senza alcuno scopo = penalità di Collegamento. Dopo la ripresa, se la ginnasta apporta ulteriori modifiche quando ricomincia l'esercizio (esempio: camminare/correre verso una nuova posizione sulla pedana), è applicata una penalità di Collegamento.
- La valutazione del Ritmo dipende dalla musica durante l'errore. Se la corsa corrisponde al tempo e non ignora alcun chiaro accento, non è applicata alcuna penalità di Ritmo. Se la ginnasta corre a un tempo diverso dalla musica e/o perde un chiaro accento durante la corsa, il Ritmo è penalizzato (una o più volte).

103. Quando una ginnasta di squadra si ferma per aspettare le sue compagne (es., perché questa ginnasta ha terminato un movimento prima delle altre), l'Artistico penalizza per Collegamento. Anche il Ritmo è penalizzato?

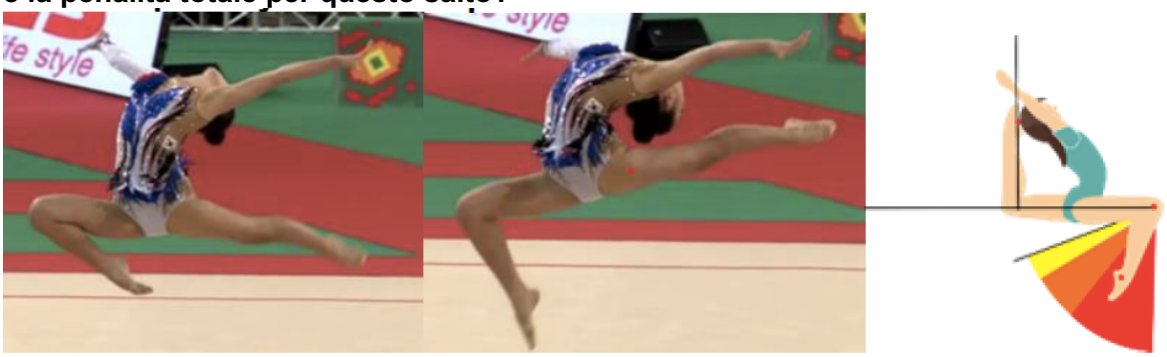
Dipende dalla musica. Se la musica ha un accento che le ginnaste dovrebbero sottolineare, è assegnata una penalità di Ritmo per la ginnasta che rimane ferma senza alcuna ragione coreografica. Se lo "stare ferma" si adatta alla musica in quel momento, non è assegnata alcuna penalità di Ritmo.

104. Quando le ginnaste di una squadra perdono la sincronia tra loro, l'Artistico penalizza per il Ritmo?

Dipende dal ritmo e dagli accenti musicali. È possibile che tutte le cinque ginnaste seguano il ritmo, nonostante si trovino in differenti fasi dei movimenti. Esempio: quattro ginnaste iniziano i pivot fouetté sul conteggio uno, una ginnasta inizia i pivot fouetté sul conteggio tre e tutte continuano a marcare gli stessi accenti. Una penalità di Esecuzione per la sincronia non comporta automaticamente una penalità di Ritmo.

Esecuzione (RGI+RGG)

105. In base alle foto sottostanti: quali forme vengono penalizzate per la deviazione e qual è la penalità totale per questo salto?



Le immagini che utilizziamo nei nostri materiali didattici servono solo per farsi un'idea delle linee del corpo. Ci sono immagini molto buone attraverso le quali ogni giudice può comprendere e apprendere i gradi di deviazione delle Difficoltà. Quando giudichiamo le deviazioni dei salti, cerchiamo la forma durante la fase più alta del salto.