

## FAQ – PT SILVER 2018 - aggiornate maggio 2018

### GENERALITA':

- 1) La penalità per esercizio senza uscita viene detratta dal punteggio finale?

R: Sì, come da codice

### VOLTEGGIO:

- 1) Esiste una penalità relativa all'altezza per la capovolta saltata?

R: Deve esserci una fase di volo altrimenti non è una capovolta saltata (da 0,1 a 0,3)

- 2) Capovolta saltata: quale penalità per mancanza di continuità nel rotolamento?

R: penalità 0,30 (interruzione del rotolamento)

- 3) Anche ai salti di matrice ginnica, come il pennello o il salto carpiato divaricato, si applica la penalità specifica di arrivo al volteggio "lunghezza insufficiente"?

R: No

- 4) Salto in estensione e salto carpiato divaricato: la ginnasta arriva su 1 piede. Si riconosce il salto e lo si penalizza o si assegna "0"?

R: Si penalizza

- 5) Si penalizzano i falli di arrivo negli elementi di matrice ginnica, come il salto in estensione (anche dalla rondata) o il salto carpiato o valgono le regole degli arrivi per eccesso?

R: Si penalizzano

- 6) Rondata + salto in estensione: si assegna il salto se il corpo della ginnasta non è in estensione, ma in atteggiamento squadrato, con gambe piegate e aperte e la ginnasta arriva su 1 piede?

R: Se il salto è riconoscibile si assegna. Si applicano le penalità di esecuzione.

- 7) Salti con tappeto supplementare 40 cm: quale penalità se la ginnasta durante il superamento tocca il tappeto con i piedi?

R: Se sfiora il tappeto nessuna penalità (come da codice), se arriva con i piedi sul tappeto è come se arrivasse con i piedi sulla tavola, quindi si assegna "0".

- 8) Verticale spinta e arrivo supino: quale penalità se la ginnasta arriva seduta e poi si distende?

R: Si applicano le penalità per falli di posizione del corpo: 0,1 – 0,3 - 0,5 (0,5 per l'arrivo seduto o di schiena con le gambe a squadra a 90°).

9) Ruota con arrivo a gambe unite: salto nullo?

R: Sì

10) LB - 6.00 Ruota: Quale penalità se la ginnasta rimane con una mano sul tappeto da 80 cm?

R. Tutte le penalità relative al 2° volo

11) L D - 9.50 Ruota + 1/4 giro con arrivo dorso al tappeto: Quale penalità se la ginnasta arriva a gambe divaricate?

R: Come da codice

12) Se la ginnasta esegue un salto nullo che tuttavia risulta riconoscibile, può ripetere lo stesso salto?

R: NO se il salto è stato dichiarato nullo dalla Giuria D non può in nessun caso essere ripetuto

13) C'è una penalità se la ginnasta esegue la Ruota con la posa delle mani come prevede la tecnica Kasamatzu che è indicata nel programma PT FGI GOLD 2018?

R: NO

14) Ruota: C'è una penalità se la ginnasta esegue il primo volo basso e radente?

R: NO

15) Ci sono penalità per fuori linea?

R: NO

16) Cosa fare se la ginnasta esegue per rincorsa solo 2 o 3 passi?

R.: Penalità 0,30 (fallo medio di esecuzione)

#### **PARALLELE:**

1) L'entrata deve essere necessariamente scelta tra le celle indicate nella riga 1 o si può utilizzare una kippe qualsiasi dalla riga 7 (per esempio l'infilata a 2 e stacco – cella 7H)?

R: L'entrata va scelta tra le celle della riga 1.

2) Kippe infilata a 1 gamba tesa: come comportarsi se la ginnasta non fa passare la gamba tra le mani, ma arriva in appoggio con la gamba infilata esternamente alle mani?

R: Non ha eseguito l'infilata.

3) Kippe SS: può essere eseguita con le gambe divaricate?

R: Sì

- 4) Entrata in capovolta partenza ppu: quale penalità se la ginnasta esegue un saltello di preparazione e poi sale in capovolta?

R: 0,30 per facilitazione

- 5) Entrata in capovolta: le gambe devono essere tese dal momento dello stacco o si possono flettere?

R: Non essendoci specifiche richieste, possono essere tese o flesse fino all'arf in cui vengono distese

- 6) Gli slanci dietro gu con gradi diversi sono tutti elementi diversi? Una ginnasta può eseguire nello stesso esercizio lo slancio gu (piedi sotto lo staggio), slancio gu (-0) e lo slancio gu (-45)?

R: Sono tutti sulla stessa riga e quindi si assegna solo una volta, quello di maggior valore

- 7) E' possibile assegnare l'elemento "Slancio d gu (piedi sotto lo staggio)" della riga 3 o 4 e anche l'elemento "slancio d gu a -45°" o qualsiasi altro angolo di completamento della riga 5?

R: No.

- 8) 6F (mezza volta di petto) e righe 2-3-4-5 E (dall'appoggio slancio dietro e portarsi alla sospensione) e (dall'oscillazione salire all'appoggio in capovolta d sullo SS): se si esegue 2 volte la mezza volta, si possono prendere le due celle, la 6F e la 5E, per esempio?

R: I movimenti contenuti nelle righe 2-3-4-5 E devono essere usati in collegamento con altri movimenti ma non insieme. Se collegati tra loro, si considera eseguita la cella 6F

- 9) La cella 6B (dalla sospensione SS effettuare un'oscillazione con frustata) prevede un'oscillazione di ritorno (indietro)?

R: Sì

- 10) La ginnasta esegue la cella 3C da 0,50 (dall'appoggio, posa successiva dei piedi sullo staggio) in questo modo: posa il primo piede e poi sposta una mano per consentire il passaggio del secondo piede tra le mani. Esegue quindi un fioretto a gambe unite (cella 10D da 0,60): si possono assegnare entrambe le celle?

R: La posa successiva dei piedi (3-4-5 C) si esegue per salire ritti sullo S.I. e non per l'uscita che è specificata per il Fioretto a g. divaricate. Laddove ciò accadesse, la ginnasta si vedrà riconoscere solo l'uscita (10 D) con penalità di 0,30 (appoggio supplementare per soddisfare l'esigenza tecnica)

- 11) 10F: salto dietro d'uscita (raccolto o carpiato) dall'oscillazione. Deve essere solo un'oscillazione o la ginnasta può oscillare 2 o 3 volte?

R: La ginnasta può eseguire l'oscillazione prevista nella riga 6B (anche ripetuta) e collegare l'oscillazione per l'uscita.

- 12) Uscita 10B (dall'oscillazione SS abbandonare le impugnature arrivo in piedi): deve esserci un'oscillazione del corpo in avanti e poi indietro prima di abbandonare le impugnature?

R: Sì

13) La ginnasta

- esegue uno slancio d gu (-0) = 5F
- posa i piedi sullo staggio basso = 4D
- da ritta salta alla sospensione allo SS = 3D
- esegue un'oscillazione con frustata = 6B
- sale subito in capovolta allo SS = 2E

Le viene assegnata la cella 6B se non effettua l'oscillazione di ritorno?

R: NO

14) L'uscita in salto raccolto è prevista dall'oscillazione SS in sospensione (10F) o senza richieste specifiche (10G). Il 10G può essere preso solo dalla granvolta?

R: NO, anche dallo slancio dietro dall'appoggio, o dalla verticale, o da un movimento circolare che finisca in sospensione

15) Partenza SS slancio dietro alla sospensione + salto raccolto: quali celle si possono assegnare?

R: Per non danneggiare chi esegue l'uscita (10G) e che prenderebbe una sola cella se non parte dalla sospensione, si assegna:

— Saltare alla sospensione SS (5D) + effettuare un'oscillazione con frustata avanti e indietro (6B) + effettuare frustata avanti e uscita in salto raccolto (10F)

— Oppure Dall'appoggio slancio d o di passaggio portarsi alla sosp. (2E) + uscita (10G)

15bis) Quando si effettua l'uscita in salto raccolto (10G), quali celle vengono assegnate?

R: Chi esegue l'uscita (10G) può veder conteggiate più celle, ad esempio:

- Saltare alla sospensione SS (5D) + effettuare frustata avanti e uscita in salto raccolto (10F)

- Saltare alla sospensione SS (5D) + effettuare un'oscillazione con frustata avanti e indietro (6B) + effettuare frustata avanti e uscita in salto raccolto (10F)

- Dall'appoggio slancio d o di passaggio portarsi alla sosp. (2E) + effettuare un'oscillazione con frustata avanti e indietro (6B) + uscita (10G)

- Dall'appoggio slancio d o di passaggio portarsi alla sosp. (2E) + uscita (10G)

16) Quali celle si assegnano nelle seguenti combinazioni:

1° combinazione:

- 3C (dall'appoggio posa successiva dei piedi sullo staggio)
- 4D (da ritti saltare alla sospensione SS)
- La ginnasta sale dalla sospensione in capovolta

Le si può assegnare la 5E (dall'oscillazione salire in appoggio in capovolta) o deve necessariamente eseguire prima l'oscillazione (7B – oscillazione con frustata)?

R: SI (non occorre faccia la 7B)

2° combinazione:

- 6C (dall'appoggio SS scendere in avanti alla sospensione)
- 7B (SS – dalla sospensione oscillazione con frustata)

- 10B (dall'oscillazione abbandonare le impugnature)

Deve eseguire una seconda oscillazione per ottenere la 10B o è sufficiente abbandonare le impugnature appena terminata la 7B, cioè l'oscillazione con frustata?

R: No, è sufficiente abbandonare le impugnature appena terminata la 7B.

3° combinazione:

- Fuchs (7C)
- Kippe (8H)

La fuchs termina quindi in sospensione?

R: Sì

4° combinazione:

- Slancio d gu -0 (5F)
- Fioretto (10D)

Lo slancio fa parte del fioretto stesso o la ginnasta può prendere entrambe le celle indicate?

R: Prende entrambe le celle

17) 10B: è un'uscita tra gli staggi o bisogna arrivare con spalle allo staggio alto?

R: Può essere sia un'uscita tra gli staggi con dorso rivolto verso lo staggio basso che rivolta con il dorso verso l'esterno.

18) Tempo di capovolta (-0 oppure -45°) + kippe: la ginnasta prende anche la cella della fuchs?

R: Sì

19) Infilata a 2 g e stacco (7H) e kippe SI (8H). Si assegnano entrambe le celle?

R: Sì

## TRAVE:

1) Si può usare la pedana per l'entrata anche alla trave bassa?

R: NO

2) Le ginnaste più piccole possono usare due pedane per la trave alta?

R: NO

3) Entrata in spaccata frontale: si può eseguire sistemando le gambe una alla volta?

R: Nel silver si penalizza 0,10 per mancanza di precisione; si assegnano, inoltre, eventuali altre penalità legate alla tenuta del corpo

4) Entrata in spaccata frontale: quale penalità se non stacca le mani? 0.10 di precisione come da CdP?

R: Nessuna penalità nel PT silver

5) Entrata in squadra o verticale d'impostazione: senza alternare le gambe come per il GOLD?

R: Se la ginnasta alterna le gambe, penalità 0,10

6) Entrata in squadra divaricata, trave bassa: quale penalità se le ginnaste la eseguono all'estremità della trave e piegano le gambe per raggiungere la posizione?

R: Se alla flessione delle gambe non corrisponde una perdita di tenuta, nessuna penalità

7) Quale penalità se nella capovolta avanti la ginnasta interrompe il rotolamento e passa dalla posizione supina?

R: 0,30 per tecnica scorretta ogni volta che il rotolamento viene interrotto

8) Capovolta avanti: ci si può fermare in posizione seduta?

R: Sì

9) Capovolta dietro: si può partire da posizione supina?

R: Sì

10) Si può eseguire la capovolta indietro anche con l'appoggio sulla spalla?

R: Sì

11) Verticale apertura sagittale (3 E) o 3G (verticale di slancio 2"): si può raggiungere la verticale anche da una "mezza ruota" (mani non in posizione longitudinale)?

R: Sì

12) Verticale con apertura sagittale e verticale di slancio - unire le gambe in verticale, presenti sia nella cella 2E che nella 3E: sono da considerare elementi diversi?

R: Se i due elementi eseguiti dalla ginnasta sono in righe diverse, si riconosceranno le due celle diverse.

13) Verticale di slancio 2" (riga 2 G 0,70) e semplice verticale di slancio (riga 3 E 0,50) sono due elementi diversi?

R: Se sono prese da righe diverse, si riconosceranno le due celle diverse.

14) 3D "verticale di slancio (sforbiciata)": si assegna se la ginnasta non raggiunge perfettamente la verticale? E' sufficiente che lo faccia con una gamba?

R: La ginnasta deve raggiungere la verticale sforbiciando con entrambe le gambe. Se lo fa solo con una gamba o non raggiunge la verticale riceverà una penalità (0,10 – 0,30 – 0,50).

15) Combinazione di giri: come per il gold senza demipliè?

R: Sì

16) Se la ginnasta esegue salto con posizione raccolta delle gambe o il salto divaricato sulla trave e lo stesso salto ginnico in uscita, le vengono assegnate entrambe le celle?

R: Sì, in quanto una delle due è l'uscita

17) Gli elementi ginnici non si possono ripetere. Se la ginnasta esegue salto del gatto (6A) e poi salto del gatto + verticale di slancio con sforbiciata (8F), si assegna la cella in base all'ordine cronologico o si va a favore della ginnasta?

R: Vale l'ordine cronologico (si assegna solo riga (6A))

18) Gli elementi acrobatici possono essere ripetuti più volte se in combinazione diversa. Anche se salto dietro raccolto (3L) e uscita in salto dietro raccolto da fermo (10 H) non sono in combinazione diversa, si possono eseguire entrambi?

R: Sì

19) Se la ginnasta esegue la cella 5F (enjambée sul posto + s.e.) e poi la 7H (enjambée sul posto apert.180° in posizione trasversale), avendo ripetuto il salto enjambée, riceve il valore una sola volta, secondo l'ordine cronologico, come nel Gold, anche se la posizione è diversa?

R: NO. A differenza del PT Gold, se nel Silver lo stesso salto ginnico viene eseguito in posizione trasversale e in posizione longitudinale, viene assegnato entrambe le volte.

20) Verticale sul piano sagittale e uscita laterale (10F), come deve essere eseguita? Scendendo in costale?

R: Trave ALTA- bisogna uscire a corpo teso dalla trave con leggera squadratura in fase di arrivo

R: Trave BASSA- non è soggetta a penalità per chiusura dell'angolo delle anche nella fase di discesa

21) Verticale sul piano sagittale e uscita laterale (10F): si assegna solo se la verticale è nei 10°?

R: NO. C'è tolleranza fino a 45° (con penalità).

22) Cella 2B (pos. accosciata: spinta ppu - elevare il bacino verso la verticale): la ginnasta deve mantenere la posizione raccolta?

R: Sì. Quando eleva il bacino, la ginnasta deve mantenere la posizione raccolta, senza distendere le gambe.

23) Uscita in ruota + se: se c'è interruzione tra la ruota e il salto in estensione di uscita si penalizza 0.30 per interruzione, come si fa per le serie ginniche e miste?

R: NO Le serie miste non sono previste in abbinamento con l'uscita. Se la combinazione ruota + se è interrotta, si riconosce solo il salto in estensione. Nessuna penalità per interruzione.

24) Salto in estensione in uscita (cella 10A): come ci si comporta se la ginnasta spinge con un solo piede ed esce?

R: La cella 10 A non specifica ppu; quindi si assegna

25) Uscite che richiedono battuta a ppu: come ci si comporta se la ginnasta non esegue la battuta ppu?

R: Se è scritto “battuta ppu” e la ginnasta fa diversamente, evidentemente non ha eseguito l’elemento come richiesto nella cella.

26) E’ prevista una penalità se la ginnasta si aggrappa sotto la trave per eseguire la capovolta avanti o indietro?

R: No, se non interrompe il rotolamento

27) Quale penalità viene assegnata se la ginnasta esegue l’entrata in spaccata frontale poggiando i piedi lateralmente alle mani e scivolando lentamente in spaccata frontale?

R: Nessuna penalità

### **CORPO LIBERO**

1) Si assegnano le penalità per fuori linea?

R: Se la ginnasta scende lateralmente dalla striscia con 1 piede prenderà una penalità di p. 0,10, con 2 piedi p. 0,30. Nessuna penalità aggiuntiva se scende dalla testa della corsia.