

NEWSLETTER DELLA GINNASTICA AEROBICA N°4 MARZO 2019

Dalla Newsletter FIG LAUSANNE (SUI) , marzo 2019.

Traduzione e adattamenti a cura di:

RGN prof.ssa Marina Nieddu

DTN prof.ssa Luisa Righetti

CHIARIFICAZIONI

GIUDICE DI TEMPO

CRONOMETRAGGIO (CDP pg 23/27)

Il cronometraggio di tutti gli esercizi (inizio dell'esercizio e durata l'esercizio) verrà eseguito con una tolleranza per un incremento di 1 secondo . Questa regola si applica a tutte le discipline della FIG .

Esempio : una routine dura 1'25"99, non sarà considerato un Fallo di tempo . Ma se la routine ha la durata di 1'26"00 sarà applicata la deduzione.

ESECUZIONE

SINCRONIZZAZIONE (MP/TR/GR/AD/AS)

In una routine la deduzione per la sincronia di uno SMA sarà di 0.10 ogni volta / per unità (sequenza di 8 tempi)

MP , TR , GR , Massimo -2.0

AD , AS , Massimo -3.0

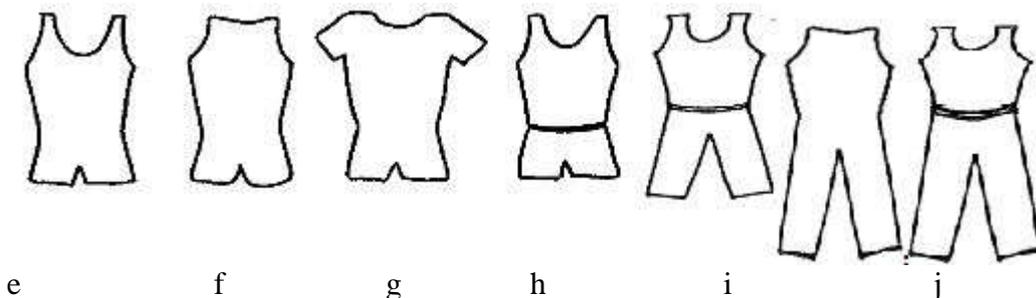
PROMEMORIA

CAPO GIURIA

CODICE D' ABBIGLIAMENTO (Tenuta di gara per gli uomini)

CDP pg 14/28 : Gli uomini sono autorizzati ad avere una tenuta come dall'esempio h,i,j. La commissione tecnica della Ginnastica Aerobica ha rimarcato che la maggior parte della tenuta degli uomini sono scelti fra gli esempi e,f,g,. Al riguardo la commissione tecnica Gin. Aerobica ha rimarcato che i 2 pezzi sono autorizzati per la tenuta maschile.

Esempio : abbigliamento di gara maschile



LIFT

La commissione tecnica della Ginnastica Aerobica vuole ricordare e rimarcare i criteri e le direttive già date ai giudici per i Lift , nella precedente Newsletter FIG n° 3 del mese di marzo del 2018 FGI n°2 agosto 2018.

A seguito delle osservazioni, durante le competizioni di questo ciclo, numerosi sollevamenti non sono dinamici . I movimenti sono ripetuti allo scopo di ottenere il massimo valore, questo rende il sollevamento meno dinamico e nuoce alla fluidità dell'esercizio.

DIFFICOLTA'

COMBINAZIONI DI ELEMENTI (CDP pg 20/27)

Nelle categorie MP , TR , GR tutti gli atleti devono realizzare la stessa combinazione di 2 o 3 elementi nello stesso tempo per ricevere il valore degli elementi e il valore supplementare accordato per la combinazione.

Differenti elementi nella combinazione (di 2 oppure di 3)

Nessun valore viene dato agli elementi (2 o 3) e nessun valore supplementare per la combinazione

Nessuna deduzione

Gli elementi saranno conteggiati nel numero totale degli elementi permessi

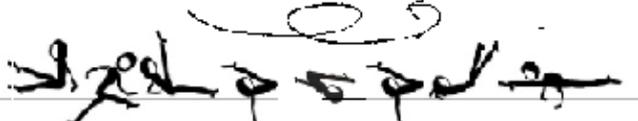
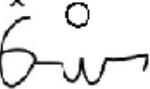
ELEMENTI CON GIRO

Affinché la disciplina Aerobica non si allontani troppo dalla giusta direzione , se un elemento con giro è realizzato con più giri rispetto alla descrizione che troviamo nell'appendice 2 , l'elemento sarà valutato (a condizione che ci siano i requisiti minimi) come descritto nell'appendice 2 , Nessun valore supplementare sarà dato .

Esempio : Balance con 4 giri : stesso valore del Balance con 3 giri

NUOVE VALUTAZIONI DEGLI ELEMENTI

La commissione tecnica della Ginnastica Aerobica vuole informarci sui nuovi elementi valutati nel 2019

Numero	Famiglia	Nome		Simbolo
A 367 (0.7)	Helicopter	Helicopter 1/1 turn to Wenson		
A 368 (0.8)	Helicopter	Helicopter 1/1 turn to lifted Wenson		
A 369 (0.9)	Helicopter	Helicopter ½ turn 1/1 twist to PU	