



Losanna, (SUI), Gennaio 2021

Revisione 01 Febbraio 2021
Domanda 17

Guardando avanti al 2021

Un aggiornamento dal Comitato Tecnico FIG di Ritmica

Il Comitato Tecnico FIG di Ritmica coglie l'occasione per aggiornare e coinvolgere la comunità mondiale della ginnastica ritmica dopo la sospensione delle competizioni FIG all'inizio del 2020 a causa della pandemia globale.

I membri del TC condividono il loro profondo rispetto per le ginnaste e gli allenatori che hanno trovato il modo di continuare i loro sforzi di allenamento, nonostante sfide senza precedenti, e si sono impegnate per creare stimoli con nuove, innovative piattaforme online. I giudici GR hanno anche trovato modi per rimanere attivi e impegnati; il Comitato Tecnico FIG di Ritmica è grato per le domande e gli esempi presentati dai giudici al CT, nel corso dell'anno, per dei chiarimenti.

Ogni anno la ginnastica ritmica mostra nuovi livelli di creatività e ingegno da parte degli allenatori e delle loro ginnaste; lo sviluppo continuo, anche durante una pandemia mondiale, la dice lunga sulla perseveranza della comunità ritmica mondiale.

Nell'anno 2020, c'è stata solo una competizione FIG organizzata sotto la direzione dei membri del Comitato Tecnico FIG di Ritmica, i Campionati Africani a marzo, presieduti dal Presidente del CT.

Mentre si sono svolti altri eventi FIG, così come le competizioni online - con un notevole sforzo da parte degli organizzatori e grandi trionfi - nelle competizioni 2020 il giudizio non sempre rifletteva correttamente le regole del Codice di punteggio e delle Newsletter.

Il Comitato Tecnico FIG di Ritmica chiede a giudici e allenatori di prendere atto di questo fatto e di leggere la Newsletter, che fornirà chiarimenti e promemoria sia per i giudici che per gli allenatori per una comprensione accurata in preparazione dell'inizio delle World Cup Series e delle qualificazioni continentali 2021, assegnazioni finali per i Giochi Olimpici del 2021.

Con il nostro sincero apprezzamento per il lavoro della disciplina ritmica e un nuovo sguardo al futuro,

Comitato Tecnico FIG RG



Generalità

1. Quando una ginnasta supera la linea con l'attrezzo e, dopo il superamento iniziale, l'attrezzo rimane fuori dalla pedana e tocca di nuovo il suolo, qual è la Penalità

La penalità è assegnata una volta, indipendentemente dal numero di volte in cui l'attrezzo "tocca" l'esterno durante lo stesso incidente di superamento.

Esecuzione Tecnica

2. In relazione alle penalità dopo la fine della musica, prima che la ginnasta si fermi: il giudice dell'esecuzione tecnica smette di giudicare quando la musica si ferma? E il giudice di linea in questo caso?

Esempi forniti: <https://www.youtube.com/watch?v=jMheIUdPN-k>

Gli esempi mostrano i seguenti falli:

- La musica finisce e allo stesso tempo c'è una perdita - primo esempio cerchio
- La musica finisce e subito dopo c'è una perdita - secondo esempio palla
- La musica finisce e la ginnasta è ancora in movimento (nessuna perdita) - terzo esempio palla

⇒ Giudici Difficoltà: smettono di valutare quando la musica finisce (esempio: elemento D completato dopo la musica non viene contato)

⇒ Esecuzione Artistica: il movimento dopo la fine della musica è penalizzato: 0,50

⇒ Esecuzione Tecnica: se c'è una perdita alla fine dell'esercizio che coincide con la musica:

Penalità 1.00; in tutti gli altri casi, il giudice smette di valutare quando la musica finisce

2bis. Alla fine dell'esercizio, la ginnasta perde l'attrezzo e la musica si ferma. L'attrezzo continua a muoversi, uscendo dalla pedana ufficiale. Quali sono le sanzioni?

⇒ Penalità per perdita dell'attrezzo (nessun contatto) al termine dell'esercizio: 1.00.

⇒ Nessuna penalità (giudice di linea) se l'attrezzo esce di pedana dopo la fine dell'esercizio e la fine della musica.



Difficoltà corporee Esecuzione Tecnica

Salti

3. Per favore potreste definire la differenza tra nessuna kip, kip piccola, media e grande nelle difficoltà corporee di salto?

Nella GR "kip" significa che la massima ampiezza non è visibile nello stesso momento per la gamba anteriore e la gamba posteriore (più, eventualmente, il busto). Nella maggior parte dei salti è normale che la gamba anteriore raggiunga la sua posizione prima della gamba posteriore. Questo da solo non è un motivo per penalizzare. Tuttavia, la posizione della gamba anteriore deve essere mantenuta fino a quando anche la gamba posteriore sia nella sua massima posizione. Il tempo tra la gamba anteriore che lascia la sua posizione e la gamba posteriore che raggiunge la sua posizione definisce il grado di kip (piccola/media/grande)

4. Quando valutiamo il grado di kip in un salto "Cervo": dovremmo prendere in considerazione il tempo di massima flessione della gamba anteriore (Cervo chiuso) o solo il tempo dell'altezza massima della gamba posteriore?

Sì Dovremmo. La gamba anteriore deve essere mantenuta flessa fino a quando anche la gamba posteriore sia nella sua massima posizione.

Possiamo chiarire che la KIP ha a che fare con il tempismo: "le forme della forma" non presentano un'unica immagine, nello stesso momento.

LA DEVIAZIONE riguarda l'eventuale posizione dei segmenti corporei.

5. Possono essere applicate due penalità per la stessa difficoltà di salto: "Forma errata con piccola/media/grande deviazione" e "Forma con movimento di kip piccolo/medio/grande"?

Sì, il giudice dedurrà per "Forma errata con deviazione (piccola, media, grande)" (per ogni posizione del corpo che è attinente # 2.3.1) e "Forma con movimento di kip (piccolo, medio, grande)" (Re: NL 2019 D1-D2 n.5)

6. Una ginnasta esegue un salto con i seguenti falli tecnici:

a. "Arrivo errato: busto visibilmente arcuato nella fase finale dell'arrivo"

b. "Arrivo pesante"

Il giudice dell'esecuzione tecnica dovrebbe penalizzare 0,30 (arrivo ad arco) + 0,10 (arrivo pesante)?

Molto spesso un salto con un "arrivo scorretto: busto chiaramente arcuato nella fase finale dell'arrivo" ha anche un arrivo pesante con la gamba anteriore; pertanto, per ogni salto va applicata una sola Penalità all'arrivo: se inarcato all'indietro durante la fase finale (compreso l' arrivo pesante) 0,30; se solo un arrivo pesante (nessun busto inarcato durante la fase finale) 0,10.

(Re: NL 2018 D1-D2 n.8)



Equilibri

7. Una difficoltà di equilibrio è valida se la ginnasta esegue la forma richiesta dell'equilibrio con un elemento dell'attrezzo ma non esegue una posizione di stop?

Secondo # 9.1.2: "Se la forma è ben definita e l'elemento attrezzo è eseguito correttamente, ma la posizione di stop è insufficiente, l'equilibrio è valido con Penalità Esecuzione tecnica: 0,30 "Forma non mantenuta per almeno 1 secondo."

I giudici dell'esecuzione tecnica devono applicare correttamente e costantemente questa penalità.

8. Una ginnasta esegue un equilibrio con una flessione dorsale. La forma della difficoltà è mostrata senza 1 secondo di stop. A causa della perdita del suo "centro" (asse) a chiusura dell'equilibrio, la ginnasta esegue un grande passo avanti. Il giudice penalizzerà 0,30 per la perdita di equilibrio con il passo, ma c'è anche una penalità per meno di 1 secondo di stop?

La difficoltà di equilibrio è valida.

Penalità di esecuzione tecnica:

⇒ 0,30 "Perdita di equilibrio: movimento supplementare con spostamento"

⇒ 0,30 "Forma non mantenuta per minimo 1 secondo"

9. Una ginnasta esegue, in coordinazione con spirali del Nastro, un Equilibrio Penché durante il quale si forma un piccolo nodo nel nastro; la BD di Equilibrio sarà valida con questo nodo?

Un nodo al nastro senza interruzione dell'esercizio è un fallo tecnico da 0,30. Non importa se si tratta di un nodo piccolo o grande. Una BD di Equilibrio non sarà valida secondo # 2.2.3. (Re: NL 2018 D1-D2 n.23/ET n.6)

10. Una ginnasta esegue la seconda componente di un Equilibrio Fouetté durante la rotazione: è valido questo Equilibrio?

Questo equilibrio non è valido perché la difficoltà è stata eseguita in violazione delle caratteristiche di base: Forma chiaramente definita: tutte le parti del corpo coinvolte sono nelle posizioni corrette nello stesso momento (# 9.1.2). Ogni forma di equilibrio deve essere mostrata con un accento chiaro - posizione chiara (# 9.1.12).

(Re: NL 2018 D1-D2 n.29)



Rotazioni

11. Per favore potreste definire la differenza tra slittare e saltellare durante le difficoltà corporee di rotazione?

Lo «slittamento» è il movimento lungo sulla pedana senza che la punta del piede si stacchi dal suolo; «saltello» è quando il piede si solleva dalla pedana.

12. Se la ginnasta esegue una difficoltà corporea di rotazione con slittamento/scivolamento e, durante lo slittamento/scivolamento, la posizione del tronco e/o delle gambe inizia ad oscillare - dovremmo penalizzare la "perdita di equilibrio senza spostamento", dato che lo spostamento per slittamento/scivolamento è permesso? (In tal caso, la "perdita di equilibrio con spostamento" verrebbe utilizzata solo per la fase di chiusura della rotazione.)

Slittare/scivolare in sé non è un errore. Una Difficoltà eseguita con slittamento durante una rotazione è valida senza penalità di Esecuzione.

Se, durante la rotazione con slittamento/scivolamento la posizione del tronco e/o delle gambe inizia a oscillare, dobbiamo penalizzare la "perdita di equilibrio senza spostamento".

Se la posizione del tronco e/o delle gambe non è fissata durante la rotazione di base della Difficoltà corporea - Penalità 0,30 "Forma né fissata né tenuta durante la rotazione di base"

Se la difficoltà di rotazione termina con un grande passo (fase di chiusura della rotazione): Penalità 0,30 "Perdita di equilibrio: movimento supplementare con spostamento"

Non dimenticare che dobbiamo anche prestare attenzione alla quantità di deviazione (piccola/media/ grande) dalla forma corretta della difficoltà di rotazione. La validità della difficoltà corporea e la penalità di esecuzione dipenderanno da questo.

13. Si danno altre penalità dopo il momento in cui la ginnasta ha una "perdita di equilibrio" in una BD? Alla fine ci sono delle penalità che non diamo?

Esempio 1: una ginnasta inizia una rotazione Penché nella forma corretta. Dopo la rotazione di base, perde il controllo: il suo busto diventa asimmetrico, c'è una piccola deviazione nella posizione di ecarté, il ginocchio è piegato e la palla viene afferrata. La rotazione termina con un grande passo*. Il giudice penalizza chiaramente 0,30 per perdita di equilibrio con passo, ma c'è anche una Penalità per asimmetria, ampiezza, segmento scorretto, palla afferrata?

Tutti gli errori commessi nelle Difficoltà corporee devono essere penalizzati:

- Posizione asimmetrica del busto durante il Penché di rotazione: 0,30
- Forma con piccola deviazione nella posizione di ecarté: 0,10
- Segmento del corpo tenuto in modo scorretto durante un movimento del corpo (il ginocchio è piegato): 0,10
- Perdita di equilibrio: movimento supplementare con spostamento (la rotazione termina con un ampio passo): 0,30
- Maneggio scorretto (la palla è afferrata): 0,10

* Una ginnasta che esegue un passo controllato fuori dalla BD per passare al movimento successivo è diverso da una rotazione che termina con un ampio passo a causa della perdita della verticalità dell'asse; un'uscita controllata non è penalizzata



14. Quando una ginnasta deve correre dietro all'attrezzo, che è perso o che ha una traiettoria molto imprecisa: diamo altre penalità come perdita di equilibrio con caduta/appoggio, ginocchia piegate, spalle alte, ecc.?

<https://www.youtube.com/watch?v=zOuHF-wJc0>

I giudici dell'esecuzione tecnica devono applicare le penalità per:

- ⇒ Traiettoria scorretta o perdita d'attrezzo (non entrambi)
- ⇒ Perdita di equilibrio, inclusa la caduta, per rincorrere l'attrezzo, se applicabile; la penalità si applica per il grado del fallo per perdita di equilibrio (con spostamento o caduta)
- ⇒ Nessuna penalità per segmenti scorretti (nessun errore all'interno dei falli)
- ⇒ Il giudice di linea applica tutte le penalità relative all'attrezzo o alla ginnasta che superano il bordo della pedana

15. Il CdP non prevede più la Penalità specifica per maneggio d'attrezzo con "contatto involontario con il corpo con alterazione della traiettoria" (si parla solo di "Ripresa" scorretta con contatto involontario con il corpo: fallo 0.30). Se l'attrezzo tocca il corpo involontariamente (ad esempio cerchio durante le trasmissioni, parte della fune, estremità del nastro senza avvolgimento), i giudici dovrebbero applicare il principio generale di 0,10 per un piccolo fallo?

<https://www.youtube.com/watch?v=BX5IOTNffII> *

Sì: ogni volta Penalità 0,10 per maneggio scorretto

* L'esempio finale non è un maneggio scorretto è: passare attraverso la fune: piedi (gambe) inciampano nella fune, penalità 0,30

16. I giudici dovrebbero accettare il relevé quando il tallone tocca il suolo ma la ginnasta ruota sull'avampiede?

Per i giudici è importante studiare molti esempi per capire cosa sia un "relevé basso" e cosa sia "nessun relevé". Una difficoltà di rotazione eseguita sulle dita dei piedi (relevé) della gamba di appoggio è chiamata Pivot.

Un Pivot deve essere eseguito in posizione di relevé alto (massima elevazione possibile del tallone dal suolo). Relevé basso significa che il tallone si solleva leggermente dal pavimento durante la rotazione e non tocca il suolo.

Se un Pivot viene eseguito in una posizione di relevé basso, la Difficoltà è valida con una Penalità di Esecuzione: 0,10 (segmento del corpo scorretto).

Se durante un Pivot (che viene eseguito in relevé), una ginnasta appoggia il tallone ("nessun relevé") durante parte della rotazione e la rotazione eseguita è inferiore alla rotazione di base richiesta, la Difficoltà non è valida, e viene applicata una penalità di esecuzione di 0,10 per appoggio sul tallone durante una parte della rotazione quando viene eseguita in relevé.

In caso di interruzione (appoggio del tallone) durante altre rotazioni aggiuntive dopo la prima rotazione di base, sarà valido solo il valore delle rotazioni già eseguite prima dell'interruzione. La penalità di esecuzione è la stessa 0,10. Non importa come la rotazione viene interrotta: il tallone tocca dolcemente il suolo o il peso è completamente sul tallone/tutta pianta. (Re: NL 2018 D1-D2 n.17)



17. In un Pivot con cambio di forma: se la prima forma è completa (rotazione di base eseguita) ma la seconda forma non è completa (rotazione di base non eseguita): i giudici ET applicano la penalità per forma non fissata/ mantenuta durante la rotazione di base?

Se inizia una seconda forma ma quella forma non viene mantenuta durante la rotazione di base, viene applicata la penalità ET e la seconda forma non è valida

18. Nei Pivots con piegamento/estensione progressiva della gamba di appoggio: per quanto tempo devono essere "tenute" la posizione più alta e più bassa e quanto in "profondità" deve andare la ginnasta? Se la ginnasta non va abbastanza in "profondità", i giudici dovrebbero dare valore per un Pivot senza flessione/ estensione progressivi?

Durante questo tipo di Pivot, il passaggio da una forma - "gamba di appoggio dritta" ad un'altra forma - "gamba di appoggio piegata" (o/e viceversa) deve essere lento e ovviamente graduale, con la posizione di relevé mantenuta dall'inizio alla fine.

La posizione più alta e la posizione più bassa devono essere mostrate per un momento, ma non per una rotazione completa.

La prima forma del Pivot determina il valore di base dell'intera rotazione, tuttavia non è possibile dare valore per la posizione più alta, se la ginnasta non si piega fino alla posizione più bassa (e viceversa).

I giudici danno valore a questo tipo di Pivot quando vengono mostrate sia la posizione più alta che quella più bassa.

19. Per i Pivot Fouetté con gamba all'orizzontale: i giudici dovrebbero considerare il giro iniziale (partendo da gambe parallele) come preparazione o dovremmo considerarlo come la prima rotazione di 0,10 punti?

Fouetté con gamba tesa all'orizzontale, eseguito in serie di giri ripetuti, ad alto ritmo e su un unico punto. Ogni componente ha la rotazione nella forma + la posizione aperta.

Il primo giro Fouetté con Passé o con gamba orizzontale avanti o laterale, è valutato come prima rotazione. Il conteggio delle rotazioni di Fouetté dovrebbe iniziare immediatamente dopo il plié e la spinta. Questo vale per entrambe le forme: in posizione Passé e con la gamba in posizione orizzontale avanti, laterale e dietro.

20. È sufficiente eseguire l'elemento tecnico d'attrezzo alla fine del Pivot Fouetté, quando la gamba è aperta di lato, su piede piatto, o l'elemento tecnico deve essere visto durante la parte rotante della BD?

Una ginnasta può eseguire l'elemento tecnico d'attrezzo durante tutta la rotazione così come anche durante la posizione aperta con la gamba anteriore o laterale orizzontale, ma non una volta che la gamba inizia a chiudersi (per cominciare il successivo pivot fouetté)



21. Durante un Pivot Penché a boucle, la prima rotazione ha una piccola deviazione nella posizione boucle, la seconda rotazione ha una deviazione media nella posizione di boucle: qual è il fallo tecnico?

I giudici dell'esecuzione devono applicare la penalità una volta durante una BD per la stessa deviazione del segmento corporeo (il fallo più alto), in questo caso: 0,30 per deviazione media, presa una volta per questo pivot Penché a boucle.

(Re: NL 2018 D1-D2 n.20)

Elementi tecnici d'Attrezzo/Basi

22. Per favore chiarire in cosa si differenzia lo "Scivolamento dell'attrezzo su qualsiasi parte del corpo" e il "Piccolo lancio/ripresa".

Scivolamento: l'attrezzo scivola/slitta lungo la gamba/braccio/tronco ed è a contatto con il corpo.

Piccolo lancio/ripresa: l'attrezzo deve essere vicino al corpo ma cade liberamente (nessun contatto con il corpo) prima che l'attrezzo venga ripreso.

23. Una BD viene eseguita con una base: lancio medio/grande. La BD è eseguita correttamente durante il lancio. Dopo la BD, la ginnasta non prende l'attrezzo - l'attrezzo viene perso durante la ripresa. La BD è valida?

Sì, la BD è valida: tutti i requisiti per una BD valida sono soddisfatti: non c'è penalità di esecuzione di 0,30 durante la BD e nessuna perdita dell'attrezzo durante la BD. La base medio/grande lancio è una base indipendente dalla base "lancio".

24. Una BD viene eseguita con una base: lancio medio/grande. La BD viene eseguita correttamente e il lancio viene eseguito con una traiettoria imprecisa. Dopo la BD, la ginnasta esegue i passi corrispondenti per salvare la traiettoria imprecisa da una perdita. La BD è valida?

Non valida. # 2.2.3: Le BD sono valide se eseguite senza i falli tecnici elencati in 2.2.3.: falli tecnici con l'attrezzo di 0,30 o più (inclusa traiettoria imprecisa, con un tentativo di evitare una perdita durante la BD)

25. Dopo un piccolo lancio/respinta/ scivolamento, la palla deve essere recuperata direttamente in aria, oppure la palla può essere intenzionalmente lasciata cadere, rimbalzare da terra e poi essere recuperata?

I requisiti possono essere diversi se la base è "rimbalzo", dopo il rimbalzo la palla deve essere recuperata. Se la base è "scivolamento", l'attrezzo scivola da una superficie e può rimbalzare passivamente al suolo



26. Altezza dei lanci: per favore potreste chiarire l'altezza dei lanci, specialmente quando il corpo si muove durante il lancio?

Precisazione:

Large throw:
Two or more gymnast heights

Medium throw:
One to two gymnast heights

Small throw:
Near the body

Throw with the leg
in a kneeling position:

Large throw:
Two or more gymnast heights

Medium throw:
One to two gymnast heights

Small throw:
Near the body

Throw in «upside down»
position:

Large throw:
Two or more gymnast heights

Medium throw:
One to two gymnast heights

Small throw:
Near the body



27. Potete dare una linea guida su "grandi" e "piccoli" rotolamenti (palla, cerchio)?

Precisazione:

	Piccolo rotolamento	Grande rotolamento
	<p>Minimo 1 segmento del corpo deve essere superato</p> <p>Esempio di un segmento corporeo: dalla mano alla spalla, da spalla a spalla, dal piede al ginocchio, ecc.</p>	<p>Minimo 2 grandi segmenti del corpo devono essere superati</p> <p>Esempio: dalla mano destra alla mano sinistra sul corpo, busto+gamba, braccio+dorso, ecc.</p>

28. Potreste fornire alcune linee guida sulla "quantità" di rimbalzo accettabile per un grande rotolamento (palla, cerchio) valido con un piccolo fallo tecnico rispetto a un rotolamento eseguito con rimbalzo che rende la base non valida (interruzione/non rotolamento)?

- ⇒ Un piccolo rimbalzo, quando l'attrezzo sta effettivamente rotolando, è valido con fallo ET
- ⇒ Quando c'è un rimbalzo da un segmento all'altro che non è con rotolamento effettivo, questo va segnato come una Base errata/non valida (più Penalità ET)

29. Potreste chiarire in che modo la ginnasta può "tenere" l'estremità del nastro per eseguire un lancio "Boomerang"?

Lancio "Boomerang": rilascio (lancio) della bacchetta in aria/al suolo: la coda del nastro è tenuta dalla mano(i) o da un'altra parte del corpo, seguito da una trazione all'indietro con o senza rimbalzo della bacchetta al suolo (per il "Boomerang" in aria), e poi ripresa della bacchetta. Il lancio della bacchetta può includere uno scorrimento del tessuto del nastro nella mano o dal corpo (senza rilasciare il tessuto dalla mano) o un rilascio completo del nastro prima di prendere immediatamente l'estremità per tirare indietro. Un elemento che include solo un richiamo del nastro (senza rilascio) non risponde alla definizione di "Boomerang" (si prega controllare NL 2018 D3-D4 n.21)

30. Per l'elemento tecnico "Movimento del nastro attorno a una parte del corpo creato quando la bacchetta è tenuta da diverse parti del corpo": Potreste definire quanto deve essere stretto il disegno? Ad esempio, il tessuto del nastro dovrebbe essere abbastanza stretto da disegnare PIÙ di un cerchio completo per essere valido?

Sì, certamente. Durante questo elemento tecnico il tessuto del nastro dovrebbe disegnare più di un cerchio completo per essere valido.



31. Nodo nel nastro durante l'esecuzione dell'elemento tecnico d'attrezzo. Per favore potreste spiegare come giudicare un esercizio quando il nastro ha un nodo?

4 possibili situazioni:

- Un piccolo nodo si forma e si scioglie senza interruzione dell'esercizio.
 - Penalità di esecuzione tecnica: 0,30 per il nodo
- Si forma un nodo, la ginnasta interrompe l'esercizio e scioglie il nodo, quindi continua l'esercizio.
 - Penalità di esecuzione tecnica: 0,50 per il nodo
- Si forma un nodo, la ginnasta decide che il suo attrezzo è inutilizzabile e prende il nastro di riserva.
 - Penalità esecuzione tecnica: 0,70 per attrezzo inutilizzabile
- Si forma un nodo e la ginnasta o non lo vede o lo vede e non lo scioglie, ma comunque continua l'esercizio con un nodo
 - D1-D2: elementi non validi con nodo
 - D3-D4: solo R può essere valido con un nodo se eseguito correttamente
 - EA: valuta come normale (comprese le interruzioni del ritmo se la ginnasta si ferma per sciogliere il nodo)
 - ET: penalità per il nodo (da aggiungere una sola volta) e continua a giudicare tutti i falli (incluso qualsiasi impatto successivo sul disegno, o traiettorie, ecc.)

(Re: NL 2018 ET n.6 senza l'ultima situazione)

Difficoltà d'Attrezzo (AD)

32. Può una posizione schiacciata della bacchetta del nastro essere tollerata per AD come Base di maneggio/equilibrio instabile dell'attrezzo? Significa che NESSUNA versione di questa Base può essere usata come AD, o può essere assegnata AD quando la Base viene eseguita senza mani in una BD con rotazione?

La posizione specifica della bacchetta "schiacciata" non è considerata come "equilibrio instabile" e quindi non può essere valida come base AD. Altre posizioni di "equilibrio instabile" che non sono "schiacciate" possono essere utilizzate per la base "equilibrio instabile" purché soddisfino la definizione. (Re: NL 2018 D3-D4 n.26)

33. Se la bacchetta del nastro viene tenuta dal piede, dal ginocchio o da altre parti del corpo, questo è un uso "di equilibrio instabile" di per sé e una base valida indipendentemente dal disegno del nastro (il nastro potrebbe essere arrotolato, avvolto, un disegno irregolare) o questo tipo di maneggio della bacchetta del nastro richiede un disegno come ad esempio un disegno attorno al corpo o una grande circonduzione?

Questa posizione della bacchetta non può essere un equilibrio instabile, ma se viene tenuta da un segmento del corpo allo scopo di creare un elemento tecnico (come una media circonduzione o una grande circonduzione, un disegno attorno al corpo, ecc.), allora è possibile purché l'elemento tecnico richiesto venga eseguito.



THE RHYTHMIC GYMNASTICS NEWSLETTER – N° 03
January 2021
Versione Italiana

34. La base "rotolamento su 2 grandi segmenti" è valida se c'è una pausa con equilibrio instabile all'interno?

No, la Base "grande rotolamento" ("rotolamento su 2 grandi segmenti") non sarà valida se c'è una pausa con equilibrio instabile all'interno.

35. È sufficiente per AD che la palla sia tenuta con una parte del corpo (senza mani, fuori dal campo visivo) e poi cada a creare un rimbalzo passivo, o i criteri devono avere un contributo attivo al rimbalzo (eseguire una spinta o ripresa)?

Deve esserci un contributo attivo per essere un vero "rimbalzo" sia con la mano che con un'altra parte del corpo: un attrezzo che cade e rimbalza passivamente non è un rimbalzo attivo.

36. Una trasmissione dovrebbe iniziare e terminare con parti del corpo completamente separate o è accettabile che alcune parti del corpo siano coinvolte in tutto l'elemento? Esempio: iniziare con il cerchio tenuto tra il collo e la gamba sinistra. Terminare con il cerchio tenuto tra il collo e la gamba destra.

Entrambi gli esempi forniti saranno validi per la "trasmissione di base" fintanto che ci sono due criteri validi eseguiti per questa base.

37. Se una Base d'attrezzo segue direttamente l'altra ed entrambe vengono eseguite nello STESSO movimento del corpo, questa sarebbe una o due AD? Esempio: ripresa senza mani, fuori dal controllo visivo, durante una rotazione + lungo rotolamento senza mani, fuori dal controllo visivo, nella stessa rotazione. La palla viene presa con una tecnica di "blocco", dopodiché inizia il rotolamento - non è "ripresa con rotolamento".

In questo esempio, ci sono 3 criteri (ne servono solo 2) e il 3° criterio, la rotazione, è condiviso sia dalla prima base indipendente (ripresa), sia dalla seconda base (rotolamento) che sono 2 basi perché il rotolamento è eseguito distintamente dopo la ripresa.

È 1 AD - quando due basi differenti usano gli stessi criteri, come la rotazione, questa è una AD anche se il criterio comune a entrambe le basi è un terzo criterio.

(Re: NL 2018 D3-D4 n.24)



38. Il lavoro dell'attrezzo può essere identico in due AD, purché il movimento del corpo sia diverso?

Esempi:

- **Spirali con il braccio dietro la schiena, una volta in rovesciata normale e un'altra volta in rovesciata con «battuta» delle gambe.**
- **Ripresa della palla con una mano, la prima volta nella rovesciata indietro standard e la seconda volta nella rovesciata indietro con le gambe unite alla fine.**

SÌ. Per essere valido, il lavoro dell'attrezzo non può essere identico in 2 AD: modalità identiche, un'esecuzione esatta della stessa Base e Criteri. Poiché è possibile eseguire gli "stessi" criteri (lo stesso simbolo) in modi "diversi" (esempio: il criterio "rotazione" può essere eseguito "diversamente" secondo le definizioni del COP), tale prestazione è "diversa". " Negli esempi forniti, questi sono "diversi" perché gli elementi di rotazione sono "diversi".

39. AD o R. Quando due elementi pre-acrobatici vengono eseguiti uno dopo l'altro (lancio con rovesciamento avanti, ripresa con rovesciamento indietro): Se l'esecuzione non è valida come R a causa di pausa piccolo passo/ mezzo giro in mezzo - possono i giudici considerare sempre le due parti come AD? I giudici dovrebbero valutare l'intenzione o interpretare ciò che la ginnasta sta effettivamente eseguendo?

I giudici non possono interpretare ciò che la ginnasta intende eseguire; può solo giudicare ciò che viene eseguito al momento. Se il giudice riconosce la Difficoltà come R non eseguita secondo i requisiti stabiliti, (pausa, passo, mezzo giro della rotazione durante le rotazioni di base), il R non sarà valido; non è possibile considerare le due parti come AD. Se il giudice non riconosce le rotazioni di base, inclusa una rotazione sotto il volo (richiesta per R), e il lancio e la ripresa sono eseguiti con due criteri validi, può assegnare 2 AD

40. Quando un elemento inizia e/o finisce in una posizione sulle ginocchia/dorso, ma l'AD stessa viene eseguita in una posizione con appoggio solo sulle mani: è "al suolo"?

Esempi:

- **Lancio con la gamba durante la fase verticale di una capovolta avanti.**
- **Eretti sulle ginocchia, appoggio sulle mani per far rimbalzare la palla con le gambe, ritorno in ginocchio.**

Questo non è al suolo: al suolo con il corpo o con l'appoggio sul ginocchio # 6.4.



41. Per gli elementi attrezzo che hanno una certa durata (es. lungo Rotolamento / spirali): potreste chiarire quanto della durata dell'elemento attrezzo deve coincidere con la durata della rotazione? È sufficiente che un breve momento del lavoro dell'attrezzo sia correlato a un breve momento della rotazione?

Esempio: una ginnasta esegue le spirali di base sotto la gamba durante una rovesciata: ai fini della validità devono essere eseguiti 4 circoli sotto la gamba durante la rotazione, cioè devono avvenire insieme per essere validi. Esempio: una ginnasta esegue le spirali di base fuori campo visivo durante una rotazione al suolo. Devono essere eseguiti 4 circoli fuori campo visivo mentre ruota al suolo, non 2 fuori campo visivo e gli altri 2 mentre gira. Il giudice deve vedere la Base eseguita insieme ai criteri *.

*I criteri eseguiti dopo la base non sono validi

Elementi Dinamici con rotazione (R)

42. Si può dare il criterio "ripresa durante una rotazione" per una rotazione che NON fa parte del R (a causa di un errore di esecuzione o volontariamente)?

Esempio: 2 chainé - corsa - rimbalzo dell'attrezzo sulla parte posteriore del corpo durante una capovolta avanti.

Valore di R:

⇒ **R2, rilancio, senza mani, fuori campo visivo = 0,50?**

Oppure

⇒ **R2, rilancio, senza mani, fuori campo visivo, durante una rotazione = 0,60?**

Il valore del R è determinato dal numero di rotazioni e dai criteri eseguiti: se la rotazione finale è eseguita dopo l'interruzione o dopo la ripresa dell'attrezzo, questa rotazione ed i criteri che appartengono a questa rotazione (possibile livello o asse) non sono validi. Altri criteri correttamente eseguiti alla ripresa sono validi, anche se la rotazione finale non lo è.

Risposta: Valore di R: R2, rilancio, senza mani, fuori campo visivo = 0,50 è corretto.



43. Quando una ripresa è eseguita correttamente durante la prima fase di una capovolta indietro o di un pesce indietro (busto flesso/piegato e occhi rivolti verso l'attrezzo), dovremmo dare «ripresa fuori dal campo visivo» + «ripresa durante una rotazione» in ogni caso, perché questa è una rotazione all'indietro? O dovremmo considerare la tempistica e l'effettivo contatto visivo in ciascun caso, in modo che:

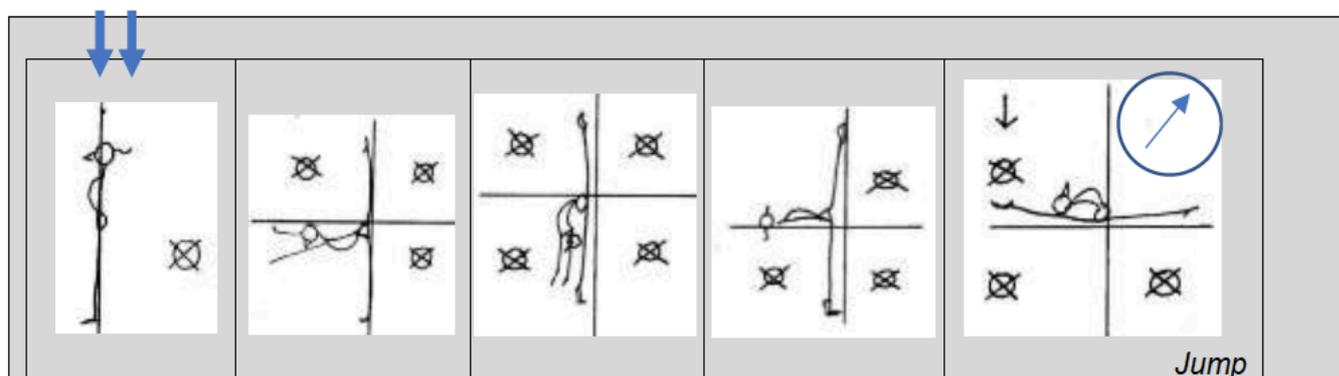
- Alcune riprese durante capovolta indietro possono essere valide, ma **SENZA** questi criteri
- Altre riprese possono essere valide durante capovolta indietro **INCLUSI** questi criteri

<https://youtu.be/ZCXupb7Etqs>

I giudici dovrebbero considerare la tempistica e l'effettivo contatto visivo in ciascun caso: alcune riprese durante la capovolta indietro possono essere valide ma senza questi criteri.

Per le riprese al di fuori del campo visivo: in posizione di flessione indietro o elemento di rotazione all'indietro:

- ⇒ Il braccio di ripresa deve essere oltre la posizione verticale: gli elementi eseguiti davanti o di lato al corpo o con il braccio direttamente sopra la testa non sono fuori dal campo visivo anche se il busto è flesso indietro o ruotato (vedere sotto); per entrare nella "zona fuori campo visivo" per una ripresa con il braccio teso sopra la testa, il braccio deve essere oltre la linea verticale (vedere sotto).
- ⇒ Per i salti con grande lancio in avanti eseguiti durante salti con flessione posteriore del busto: questo lancio non è fuori dal campo visivo perché il braccio è davanti al corpo (vedere sotto).



44. Un lancio richiede il volo libero, mentre in un "Boomerang" l'estremità del nastro è sempre a contatto con il corpo. È ancora accettato il "Boomerang" come rilancio in R, quindi "rilancio" significa lancio/"Boomerang"?

Si corretto.



45. Quando un R con rilancio viene eseguito con il nastro, la ginnasta a volte tiene/riprende l'estremità del tessuto del nastro (la coda) ma non riprende immediatamente la bacchetta. Quando esattamente deve essere recuperata la bacchetta, affinché il R sia valido?

- la bacchetta deve essere recuperata immediatamente dopo il rilancio/trazione indietro?
- Oppure è consentito eseguire altri elementi utilizzando la stoffa (lancio AD, o passaggio attraverso), prima di recuperare definitivamente la bacchetta e chiudere il R?

Affinché il R sia valido, la bacchetta del nastro deve essere recuperata immediatamente dopo il rilancio/"trazione indietro".

Un "Boomerang" richiede il rilascio (lancio) e il recupero (ripresa) della bacchetta con la mano o con un'altra parte del corpo; se non c'è ripresa, questa è solo la preparazione per il lancio successivo. Pertanto, un rilancio con movimenti del corpo per prepararsi alla ripresa è accettabile, ma un rilancio seguito da un elemento intermedio (AD) non lo è.

46. Nel valutare il numero di rotazioni del R durante un lancio a "cascade": sommiamo tutte le rotazioni correttamente connesse, eseguite sotto il volo di ENTRAMBE le clavette, per diventare un R? Oppure contiamo solo le rotazioni eseguite in UNA fase di volo?

<https://youtu.be/ApJhJnVF06g>

Primo: affinché il lancio a "cascade" sia valido, entrambe le clavette devono essere in aria contemporaneamente ad un certo punto del lancio; una volta iniziate le rotazioni, questa è la fase di volo in cui devono essere completate. Questo è R2.

47. Per accettare un R con una ripresa durante la prima fase della seconda rotazione, sappiamo che le rotazioni devono essere ben collegate (nessun passaggio aggiuntivo, nessuna posizione di arresto), e sappiamo che la seconda rotazione deve essere iniziata prima della ripresa. Potrebbe essere utile fornire alcune spiegazioni scritte aggiuntive.

a) Il tronco deve essere inclinato in avanti al momento della ripresa e una gamba deve essere sollevata dal suolo al momento della ripresa (per rovesciata/ruota/tour plongé)?

Sì, perché una tale posizione indica che è iniziata la seconda rotazione.

b) Il braccio che riprende può fare una pausa, allungato verso l'attrezzo?

Sì, il braccio può essere allungato (con una piccola pausa) quando si riprende un attrezzo. Riprendere l'attrezzo con un braccio teso è la tecnica corretta.

c) La ginnasta può rallentare la sua velocità di rotazione, purché non si fermi?

Sì, è possibile, una certa velocità di rotazione non è un requisito quando si esegue R.



48. Quando la prima rotazione finisce in piedi e la ginnasta vuole iniziare la seconda rotazione da in ginocchio: come può essere eseguito il passaggio? Quanti passi sui piedi/sulle ginocchia?

Un passaggio da una rotazione in piedi alla rotazione sui gomiti/petto dovrebbe essere diretta senza interruzioni, senza fermarsi in posizione inginocchiata. Nell'apertura della gamba per iniziare la rotazione successiva, anche se include il cambio di livello, è tollerato il "passo".

49. Quando si collega una rotazione orizzontale a un passaggio all'indietro: quanti passi sono consentiti?

È consentito il "passo" per aprire la gamba su cui si ruoterà per la seconda rotazione (non un passo "camminato").

a) La rovesciata dovrebbe iniziare dal passo in fuori dello chaîné (due piedi a terra)?

Sì; i due piedi sono insieme nello chaîné; la ginnasta deve salire sulla gamba sulla quale inizierà immediatamente la rotazione successiva; questo è il "passaggio" tollerato, non un ulteriore oltre a questo.

b) La ginnasta può fare un passo in più per cambiare gamba, in modo da poter eseguire la rovesciata dal suo «lato buono»?

Non può fare passi "extra", solo il "passo" direttamente sulla gamba per la successiva, immediata rotazione.

Combinazione di passi di danza (S)

50. Nella Combinazione di passi di danza (S) non è possibile eseguire elementi pre-acrobatici, tour plongé. Significa la BD tour plongé. È consentito eseguire tour plongé con modifiche (gamba libera piegata)?

La modifica del tour plongé non è autorizzata durante la combinazione di passi di danza così come qualsiasi modifica degli elementi pre-acrobatici. Tali modifiche possono essere eseguite prima o dopo gli 8 secondi. (Re: NL 2018 S n.24)

51. Una ginnasta esegue una combinazione di passi di danza soddisfacendo i requisiti per 8 secondi, ma negli ultimi 2 secondi esegue passaggi come la preparazione per la difficoltà successiva. I giudici dovrebbero contare una simile combinazione di passi di danza?

Se i due passi finali sono passi di preparazione, devono includere il carattere nel movimento in armonia con il resto della combinazione e non essere semplici passi preparatori, in quel caso i Passi di Danza non sono validi perché non soddisfano la definizione per 8 secondi completi.



52. Se una ginnasta esegue una combinazione di passi di danza e, dopo 10 secondi eseguiti correttamente perde l'attrezzo, come valuterà il giudice?

Se la ginnasta completa gli 8 secondi soddisfacendo tutti i requisiti, e dopodiché perde l'attrezzo, ha soddisfatto la definizione e il giudice D darà il valore e il giudice di esecuzione penalizzerà la perdita.

53. Ogni S deve essere eseguita con minimo 1 elemento tecnico d'attrezzo fondamentale. In quali casi l'elemento tecnico d'attrezzo Fondamentale non conta e quindi non è valido?

Gli elementi tecnici fondamentali d'attrezzo non sono validi nei seguenti casi:

- Maneggio dell'attrezzo non eseguito secondo la definizione
- Un fallo tecnico di 0,30 o più durante il maneggio, inclusa la perdita dell'attrezzo

I Passi di danza non saranno validi se l'elemento tecnico d'attrezzo fondamentale è eseguito con uno o entrambi gli errori di cui sopra.

54. Se una Combinazione di Passi di danza viene eseguita per 16 secondi, si tratta di 1 o 2 combinazioni?

Ogni Combinazione deve soddisfare i requisiti; se entro 16 secondi ci sono due volte tutti i requisiti, in questo caso saranno 2 Combinazioni. Se, ad esempio, c'è solo 1 elemento tecnico d'attrezzo fondamentale, questa è una Combinazione più lunga.

55. Per l'esigenza fondamentale ripresa della palla con una mano: se la ginnasta prende con una mano e poi si aiuta immediatamente con la seconda mano, questa ripresa è valida per il requisito fondamentale?

Sì, questo lavoro d'attrezzo è valido per il requisito fondamentale con un fallo di 0,10 di esecuzione tecnica. (Re: [NL 2018 EA n.4](#))

Esecuzione Artistica

56. Quale penalità dovrebbe essere applicata se una ginnasta ha terminato chiaramente l'esercizio prima della musica?

Dovrebbe essere applicata la penalità di 0,50, per assenza di armonia tra musica e movimento alla fine dell'esercizio. (Re: [NL 2018 EA n.5](#))



57. Dovrebbe esserci una penalità per l'esecuzione artistica dell'esercizio se per la maggior parte dei lanci la ginnasta esegue la stessa tecnica di lancio?

Dovrebbe essere applicata la penalità di 0,20, per mancanza di varietà nei piani, direzioni e tecniche degli elementi d'attrezzo.

58. Cosa significa che la ginnasta non rispetta i cambiamenti dinamici nella musica e che è necessario applicare la penalità di 0,30?

La ginnasta deve mostrare i cambiamenti dinamici per contrasto di energia, potenza, velocità e intensità dei movimenti del corpo e dell'attrezzo in base ai cambiamenti nella musica. Per la musica che manca di cambiamenti dinamici identificabili, la ginnasta crea il proprio cambiamento, cambiando visibilmente velocità, stile o intensità dei movimenti del corpo e/o dell'attrezzo. Deve esserci almeno un cambiamento dinamico identificabile nell'esercizio; altrimenti c'è una Penalità di 0,30.

Esercizi di Squadra

Difficoltà Corporee

59. Se tre ginnaste (la maggioranza) della Squadra non tengono l'equilibrio per un minimo di 1 secondo, la BD è valida? Quale dovrebbe essere una penalità per l'esecuzione tecnica?

BD è valida. Penalità di esecuzione tecnica 0.30 (penalità complessiva)
(Re: NL 2018 D1-D2 n.6)

60. Nell'esercizio di squadra dovrebbe essere presente almeno 1 difficoltà per ogni gruppo corporeo. Queste Difficoltà possono essere eseguite in sottogruppi in rapida successione?

Non è possibile eseguire queste Difficoltà in sottogruppi. Dovrebbero essere eseguite simultaneamente o in successione molto rapida da tutte e 5 le ginnaste. Nel caso in cui la BD non venga eseguita simultaneamente o in successione molto rapida, penalità 0,30 dai giudici D1-D2.

61. Durante i Passi di danza, se una ginnasta fa rimbalzare la palla e il partner riceve questo rimbalzo, questo è valido per il fondamentale?

No, ogni ginnasta deve eseguire un elemento fondamentale completo/valido.



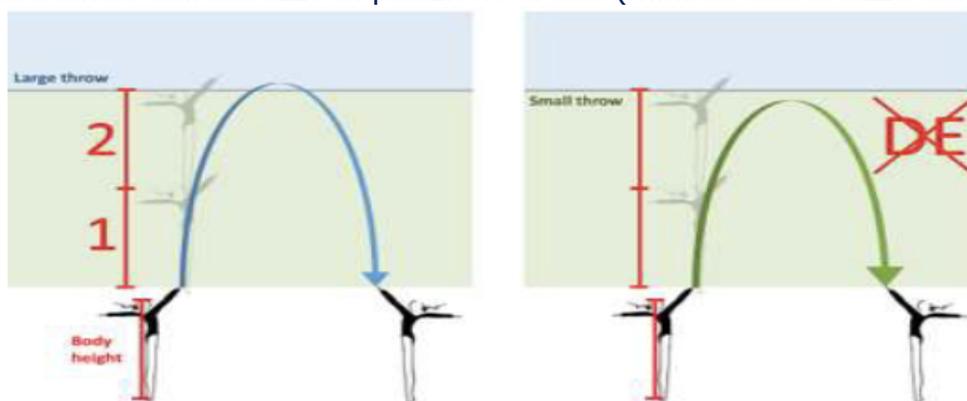
Difficoltà di scambio

62. Le ED sono valide solo quando gli scambi d'attrezzo tra le ginnaste sono eseguiti con grandi lanci (no "Boomerang").

I grandi lanci sono determinati dall'altezza richiesta (minimo due volte l'altezza della ginnasta) o da una distanza di minimo 6m tra le ginnaste. La distanza di 6 m deve essere tra quelle ginnaste che si scambiano tra loro al momento del lancio e/o al momento della ripresa. Potrebbe essere utile vedere esempi ufficiali e ulteriori spiegazioni scritte.

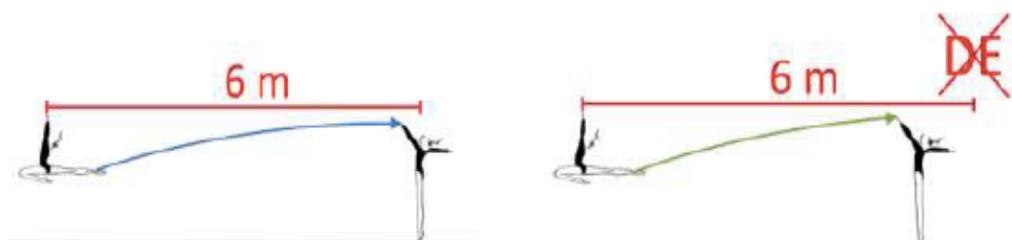
Esempio 1 e spiegazione

ED con grande lancio dell'attrezzo in posizione eretta (minimo due altezze della ginnasta)



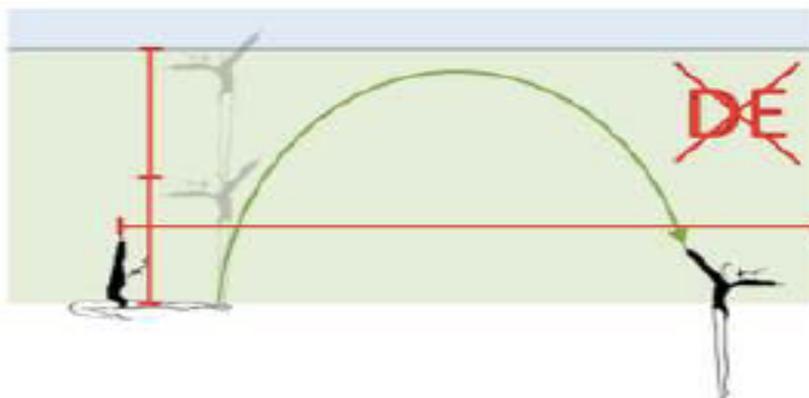
Esempio 2 e spiegazione

ED con grande lancio dell'attrezzo (distanza di minimo 6m tra le ginnaste)



Esempio 3 e spiegazione

ED non valido (né alto, né lungo)





63. Quando 5 ginnaste lanciano l'attrezzo con una distanza di 6m e un'altezza bassa (meno di due altezze della ginnasta), ma 2 ginnaste in un sottogruppo hanno meno di 6m. ED è valido?

No, ED non è valido. Se il lancio non è grande, tutte le 5 ginnaste devono eseguire il lancio con una distanza di 6m a meno che siano presenti altri criteri.

(Re: NL 2018 D1-D2 n.7)

64. Le ginnaste eseguono l'ED con una traiettoria imprecisa del lancio dell'attrezzo: una ginnasta riprende l'attrezzo con un passo; un'altra ginnasta con 3 passi. L'ED è valido? Cosa dovrebbe essere penalizzato?

⇒ ED è valido (# 2.2.5)

⇒ La penalità di esecuzione tecnica dovrebbe essere 0,50 (in base al numero totale di passi effettuati per riprendere l'attrezzo più lontano (il fallo più grave)

(NL 2018 ET n.2)

65. La stessa BD può essere eseguita una seconda volta come criterio durante una Difficoltà di Scambio?

Sì, non è una ripetizione; la BD (solo valore 0,10) nello scambio è solo un criterio e può essere eseguita una seconda volta.

66. Le ginnaste eseguono l'ED con ripresa dell'attrezzo dopo un rimbalzo dal suolo e fermano l'attrezzo durante la ruota sugli avambracci. Questo ED è valido?

Sì, l'ED è valido (# 2.6.3. Criteri aggiuntivi per ED: rimbalzo diretto da diverse parti del corpo/suolo)

67. Di quanti gradi dovrebbe essere il criterio di rotazione \circ per la Difficoltà di Scambio?

Il criterio di rotazione \circ deve essere minimo di 360° come in tutti i casi di rotazione a meno che non sia specificato nel testo 180°. (Re: NL 2018 D1-D2 n.14)



Collaborazioni

- 68. Una ginnasta esegue una collaborazione c^{\rightarrow} senza l'aiuto delle mani e al di fuori del campo visivo. Altre due ginnaste non eseguono l'azione principale; riprendono l'attrezzo solo senza l'aiuto delle mani e al di fuori del campo visivo. Qual è il valore di questa collaborazione?**

Valore di questa collaborazione = 0,40

0,20 c^{\rightarrow} + 0,10 lancio dell'attrezzo senza l'aiuto delle mani + 0,10 lancio dell'attrezzo fuori dal campo visivo della ginnasta che esegue l'azione principale.

- 69. Lancio sotto la gamba di due o più attrezzi contemporaneamente in direzioni diverse durante un salto o un elemento di rotazione: per questo lancio può essere valido il criterio "fuori dal campo visivo"?**

Sì, questo tipo di lancio è valido per il criterio "fuori dal campo visivo".
(Re: NL 2018 D3-D4 n.6)

- 70. Per favore chiarire l'altezza del lancio richiesta per Collaborazioni CR e CRR.**

Per questi tipi di Collaborazioni sono richiesti lanci medi o grandi. Queste collaborazioni seguono lo stesso principio del R individuale (non può essere eseguito con un piccolo lancio).

- 71. Quando un rimbalzo su una parte del corpo viene utilizzato come lancio per iniziare CR/CRR/CRRR, il rimbalzo deve avere l'altezza richiesta come per il lancio per essere valido?**

Sì, come nel #70 sopra, perché il rimbalzo diventa il lancio di inizio della collaborazione.

- 72. Quando un rimbalzo su una parte del corpo viene utilizzato come ripresa del CR/CRR/CRRR, il rimbalzo può avere qualsiasi altezza?**

Sì, può avere qualsiasi altezza se è di ripresa; questo rimbalzo deve essere ripreso affinché la Collaborazione possa essere valida.

- 73. È possibile in una Collaborazione che un rimbalzo del cerchio venga utilizzato come ripresa e contemporaneamente come lancio per la Collaborazione successiva?**

1 rimbalzo può essere sia la ripresa che il lancio per la successiva Collaborazione purché l'altezza sia sufficiente per il lancio (richiesto medio o grande).



**74. Le Collaborazioni CR o CRR vengono eseguite con un piccolo lancio: queste Collaborazioni sono valide?
In caso contrario, ci sarà una penalità per l'esecuzione tecnica?**

Le collaborazioni CR o CRR eseguite con piccoli lanci non sono valide. Nessuna penalità di esecuzione tecnica.

75. Qual è l'altezza richiesta per i lanci nelle Collaborazioni CC e c^{\rightarrow} ?

La Collaborazione CC richiede un lancio medio o piccolo.

La collaborazione c^{\rightarrow} richiede un lancio medio o grande.

76. La distanza di 6m è usata per definire l'altezza del grande lancio nelle Collaborazioni?

No, la distanza non viene utilizzata per definire le altezze dei lanci nelle Collaborazioni. Una distanza di 6m viene utilizzata per definire un lancio valido solo nelle Difficoltà di Scambio.

77. Una difficoltà di collaborazione è valida con un nodo?

La collaborazione è valida se vengono soddisfatti gli altri requisiti per la collaborazione.
(Re: [NL 2018 D3-D4 n.14](#))

78. Per favore potreste chiarire la penalità di esecuzione tecnica nelle Collaborazioni CRR2:

- a) per due attrezzi persi successivamente nello stesso elemento: due riprese nel CRR2 eseguite in rapida successione
- b) per la perdita di due attrezzi in elementi diversi ma una perdita è conseguenza dell'altra perdita

Penalizziamo solo una volta?

Ogni volta verrà applicata una penalità perché le ginnaste non hanno perso l'attrezzo contemporaneamente (Re: [NL 2018 ET n.6 e n.7](#))

79. Quando una squadra esegue una collaborazione CRR, è possibile valutare una nuova collaborazione che abbia inizio prima che la fine della Collaborazione iniziale sia completata?

Le collaborazioni con elementi dinamici di rotazione del corpo (# 6.4) sono definite dalla/e ginnasta/e che eseguono l'azione principale; quindi, fino al completamento dell'azione principale (una ripresa dell'attrezzo dalla ginnasta che esegue l'azione principale), non è possibile valutare una nuova Collaborazione.



80. Se una squadra sta eseguendo una collaborazione in cui un sottogruppo esegue CR e un secondo sottogruppo esegue CRR e sono collegati dall'attrezzo in modo valido, possono essere valutati sia CR che CRR?

No, viene assegnato il valore più basso come spiegato in NL # 1, Gruppo D3-D4, # 4

Esecuzione Artistica

81. È necessario applicare una Penalità se la maggior parte delle Collaborazioni nell'esercizio sono combinate con  ?

Ogni esercizio di squadra dovrebbe avere vari tipi di Collaborazioni; ci dovrebbe essere equilibrio tra i diversi tipi di Collaborazioni. Se un tipo di Collaborazione è predominante nella composizione: Penalità per esecuzione artistica 0,20.

82. È necessario un equilibrio tra i diversi tipi di Lavoro Collettivo. Quale penalità verrà applicata nel caso in cui manchi un tipo di Lavoro Collettivo?

Non esiste una penalità specifica per la mancanza di un tipo di Lavoro Collettivo, solo una indicazione per l'equilibrio.
C'è solo una penalità di 0,20 quando un tipo di Lavoro Collettivo è predominante nella composizione.