

# - GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE –

## Art. 20 Categorie e limiti di età

MINI	2000/2001/2002/2003/2004
PROPAGANDA	1997/98/1999
OPEN (U. 15 – U.17 – LIBERA)	1996 e precedenti

Per le gare regionali è necessaria la visita medica agonistica. Per il parallelo basta quella di sana e robusta costituzione.

## Art. 21 Casi di pari merito

Nei casi di pari merito in classifica verrà avvantaggiato il ginnasta con il punteggio parziale più alto. In caso che la parità sussista sarà favorito il ginnasta più giovane.

## Art. 22 Norme relative alla gara

Ogni ginnasta potrà eseguire un esercizio per ogni attrezzo (corpo libero, volteggio, minitrampolino e parallele) su tutti e quattro gli attrezzi.

La classifica finale verrà stilata sommando i tre migliori attrezzi.

## -CORPO LIBERO

### PROGRAMMA A:

Punteggio di partenza dato dalla somma dei valori degli 8 elementi; Max punteggio: 16.00 punti (bonus esclusi).

Sono previsti dei BONUS: per ogni ½ avvistamento che il ginnasta aggiunge ad un salto giro (avanti o indietro), esso guadagna 0,10 punti in più, da sommare al punteggio di partenza.

### 8 ELEMENTI:

- Gli 8 elementi vanno presi da tutti i gruppi strutturali (1 da ogni gruppo strutturale, eccetto per la riga D e E dalle quali è obbligatorio prenderne 2), e quindi:

- 1 nella riga A;
- 1 nella riga B;
- 1 nella riga C;
- 2 nella riga D;

- 2 nella riga E;
- 1 nella riga F.

### **PROGRAMMA B:**

Punteggio di partenza dato dalla somma dei valori dei 6 elementi; Max punteggio: 6.00 punti (a cui si somma la costante **k. k= 4.00 punti**)= 10.00 punti.

### **6 ELEMENTI:**

- I 6 elementi vanno presi da tutti i gruppi strutturali (1 da ogni gruppo strutturale), e quindi:

- 1 nella riga A;
- 1 nella riga B;
- 1 nella riga C;
- 1 nella riga D;
- 1 nella riga E;
- 1 nella riga F.

Non è consentito ripetere l'elemento (vanno presi 6/8 elementi diversi);

Sono penalizzate le rincorse esageratamente lunghe;

L'ultimo elemento deve terminare in piedi

### **-VOLTEGGIO-**

Volteggio con cubone: altezza 1,00 m.

Media dei due salti;

### **PROGRAMMA A:**

Vanno eseguiti due salti diversi (indipendentemente dal gruppo strutturale).

Punteggio di partenza: somma del valore dei due salti.

Max punteggio: 16.00 punti

### **PROGRAMMA B:**

Vanno eseguiti due salti uguali o diversi.

Punteggio di partenza: somma del valore dei due salti.

Max punteggio: 10.00 punti

In caso di salto nullo verrà dimezzato il punteggio del totale finale.

### **-TRAMPOLINO-**

2 salti diversi: (1 salto con sola rotazione sull'asse trasversale (riga **A**), 1 salto con sola rotazione sull'asse longitudinale (riga **B**)).

Media dei salti.

#### **PROGRAMMA A:**

Punteggio di partenza: somma del valore dei due salti + la costante **k. k=11.2 punti**

Max punteggio: 16.00 punti

#### **PROGRAMMA B:**

Punteggio di partenza: somma del valore dei due salti + la costante **k. k=7.3 punti**

Max punteggio: 10.00 punti

In caso di salto nullo verrà dimezzato il punteggio del totale finale.

### **-PARALLELE-**

#### **PROGRAMMA A:**

Punteggio di partenza: somma del valore dei 5 elementi + la costante **k. k=7 punti.**

5 elementi: tra cui un elemento nella riga **D: OBBLIGATORIO** (elemento di uscita).

Max punteggio: 16.00 punti

#### **PROGRAMMA B:**

Punteggio di partenza: somma del valore dei 3 elementi + la costante **k. k=8.2 punti.**

3 elementi: tra cui un elemento nella riga **D: OBBLIGATORIO** (elemento di uscita).

Max punteggio: 10.00

Non è consentito ripetere l'elemento (vanno presi 3/5 elementi diversi);