



REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA CAMPEONATO ESTADUAL 2024

INFORMAÇÕES GERAIS

IDADES

As competições do Estado realizadas pela FGSC obedecerão às seguintes idades:

- **PRÉ- INFANTIL:** até 11 anos (nascidos até 2013)
- **INFANTIL:** até 14 anos (nascidos até 2010)
- **JUVENIL:** até 17 anos (nascidos até 2007)
- **ADULTO:** a partir de 12 anos (a partir de 2012)

FORMAÇÃO DE EQUIPES

Para todas as competições estaduais promovidas pela FGSC as equipes deverão ser formadas de três a seis atletas, sendo que apenas as três melhores notas por aparelho irão somar na pontuação da equipe. A equipe que tiver menos de 3 (três) atletas não disputará a competição por equipes.

FINAIS (CIII)

Nenhuma competição estadual organizada pela FGSC terá final por aparelho, portanto a classificação por aparelho será obtida através dos resultados do primeiro e único dia de competição.

INDIVIDUAL GERAL

A classificação individual geral será obtida através da soma dos 6 (seis) aparelhos do resultado do primeiro dia de competição.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

O Campeonato Estadual somente será realizado com 3 (três) equipes completas.

CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

(até 11 anos)

Ginastas nascidos até 2013	
PROGRAMA OBRIGATÓRIO – SÉRIES 01- 08	
Aparelhos	Solo, Cavalo com alças, Cavalo sem alças, Argolas, Salto, Paralelas simétricas e Barra fixa.
Informações gerais	A participação em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	Será solicitado ao técnico o nível que o ginasta pretende performar e será julgado pelo nível apresentado.
	Quando o ginasta retirar (não tentou fazer) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.
Bonificações específicas	Serão bonificadas em 0,10 pts as saídas cravadas (sem passos ou saltos) em todos os aparelhos, nas fases classificatórias e livre.

PREMIAÇÃO		
Por equipe	Uma equipe é composta por três à seis ginastas, e serão contabilizadas as três melhores notas em cada aparelho (CI)	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
Individual geral		Medalhas do 1º ao 3º
		Medalhas do 4º ao 10º
Medalhas de participação para todos os ginastas não premiados		

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	O aparelho poderá ser configurado como uma esteira, sem dedução de uso das quatro pontas, de tempo e linha (caso seja utilizado tablado)	Não autorizado
Cavalo com e sem alças*	80 cm variação de 05 cm para baixo ou para cima (do colchão)	Opcional uso de plataforma ou colchão (sem limite de altura) para o início da série
Argolas	220 cm do colchão	Colchão de 10 cm
Salto	115 cm do chão	Adicional de 20 cm autorizado
Paralela	Livre até 180 cm do colchão, altura única para toda equipe	Opcional uso de plataforma ou colchão (sem limite de altura) para o início da série
Barra	220 cm do colchão	Não autorizado

*Nota composta pela **média** do aparelho cavalo com alças e cavalo sem alças

CATEGORIA INFANTIL

(até 14 anos)

Ginastas nascidos até 2010	
PROGRAMA OBRIGATÓRIO (séries 1 à 8)	
Aparelhos	Solo, Cavalos com alças, Cavalos sem alças, Argolas, Salto, Paralelas simétricas e Barra fixa.
Informações gerais	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	Será solicitado ao técnico o nível que o ginasta pretende performar e será julgado pelo nível apresentado.
	Quando o ginasta retirar (não tentou fazer) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.
Bonificações específicas	Serão bonificadas em 0,10 pts as saídas cravadas (sem passos ou saltos) em todos os aparelhos, nas fases classificatórias e livre.
Aplicam-se as restrições FIG com relação a elementos proibidos para juvenis	
Aplica-se o sistema de elementos adaptados	

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	O aparelho poderá ser configurado como uma esteira, sem dedução de não uso das quatro pontas, de tempo e linha (caso seja utilizado tablado). Não se aplicam deduções neutras.	Não autorizado
Cavalos com alças e sem alças	90 cm variação de 05 cm para baixo ou para cima (do colchão). Não se aplicam deduções neutras.	Opcional uso de plataforma ou colchão (sem limite de altura) para o início da série
Argolas	240 cm do colchão. Não se aplicam deduções neutras.	Adicional de 20 cm autorizado – opcional pelo treinador
Salto	115 OU 125 cm do chão definida pelo treinador. Se houver atletas da mesma equipe que utilizam alturas diferentes, o primeiro grupo (115 cm) aquece e compete, e o segundo grupo (125)	Adicional de 20 cm autorizado

	aquece e compete	
Paralela	140 a 180 cm, altura do colchão definida pelo treinador.	Opcional uso de plataforma ou colchão (sem limite de altura) para o início da série
Barra	240 cm do colchão.	Adicional de 20 cm autorizado – opcional pelo treinador

PREMIAÇÃO		
Por equipe	Uma equipe é composta por três à seis ginastas, e serão contabilizadas as três melhores notas em cada aparelho, determinadas na CI	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
Individual geral		Medalha do 1º ao 3º
Por aparelhos		Medalha do 1º ao 3º

CATEGORIA JUVENIL

(até 17 anos)

Ginastas nascidos até 2007	
PROGRAMA LIVRE	
Aparelhos	Solo, Cavalo com alças, Argolas, Salto, Paralelas simétricas e Barra fixa.
Nota D	06 melhores elementos (5 elementos + saída)
Nota E	10,00 pontos
Grupo de elementos	Conforme regra FIG
Deduções específicas	<p>Aplica-se as seguintes deduções para provas curtas</p> <p>5 elementos – 3,0 pontos 4 elementos – 4,0 pontos 3 elementos – 5,0 pontos 2 elementos – 6,0 pontos 1 elemento – 7,0 pontos</p>
Bonificações específicas	<p>Serão bonificadas em 0,10 pts as saídas cravadas (sem passos ou saltos) em todos os aparelhos, nas fases classificatórias e livre.</p> <p>As demais bonificações serão concedidas apenas para os elementos incluídos nos seis melhores elementos (5 elementos + saída)</p>
Aplicam-se as restrições FIG com relação a elementos proibidos para juvenis	
Aplica-se o sistema de adaptações (quadro 1)	

PREMIAÇÃO		
Por equipe	Uma equipe é composta por três à seis ginastas, e serão contabilizadas as três melhores notas em cada aparelho (CI)	<p>Troféu do 1º ao 3º lugar</p> <p>Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos</p>
Individual geral		Medalha do 1º ao 3º
Por aparelhos		Medalha do 1º ao 3º

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	O aparelho poderá ser configurado como uma esteira ou tablado, sem dedução de uso das quatro pontas, de tempo e linha	FIG
Cavalo com alças	FIG	Opcional uso de plataforma ou colchão (sem limite de altura) para o início da série
Argolas	FIG	Adicional de 20 cm autorizado - opcional
Salto	No salto valerá as alturas de 125 ou 135 cm do chão definida pelo treinador. Se houver atletas da mesma equipe que utilizam alturas diferentes, o primeiro grupo (125 cm) aquece e compete, e o segundo grupo (135 cm) aquece e compete.	Adicional de 20 cm autorizado
Paralelas	FIG	FIG
Barra	FIG	Adicional de 20 cm autorizado - opcional

No CAMPEONATO ESTADUAL JUVENIL entrará o Sistema de Elementos Adaptados (**QUADRO 1**), sendo que:

- No aparelho **SOLO** qualquer elemento de duplo mortal receberá **bonificação de 0,20** a mais do seu valor do elemento;
- No aparelho **CAVALO COM ALÇAS** qualquer elemento codificado receberá **bonificação de 0,20** a mais do seu valor do elemento;
- No aparelho **ARGOLAS**, qualquer saída de duplo mortal receberá **bonificação de 0.20**. Qualquer elemento à parada de mãos (manutenção de 2 segs.) receberá uma **bonificação de 0.20**; Qualquer elemento codificado receberá uma **bonificação de 0.20**
- No aparelho **PARALELAS SIMÉTRICAS**, qualquer elemento do grupo IV (saídas) do CP 2022-24 receberá **bonificação de 0,20**;
- No aparelho **BARRA FIXA** os elementos codificados receberão **bonificação de 0,30** a mais do seu valor do elemento.

CATEGORIA ADULTA

(a partir de 12 anos)

Ginastas nascidos a partir de 2012		
PROGRAMA LIVRE - FIG		
Aparelhos	Solo, Cavalo com alças, Argolas, Salto, Paralelas simétricas e Barra fixa.	
Nota D	Conforme regra FIG	
Nota E	Conforme regra FIG	
Grupo de elementos	Conforme regra FIG	
	Saída C: 0,3 pt Saída D+: 0,5 pt	Conforme regra FIG
Deduções específicas	Aplicam-se as regras FIG para provas curtas e deduções neutras	

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	FIG	FIG
Cavalo com alças		
Argolas		
Salto sobre a mesa		
Paralelas simétricas		
Barra fixa		

PREMIAÇÃO		
Por equipe	Uma equipe é composta por três à seis ginastas, e serão contabilizadas as três melhores notas em cada aparelho (CI)	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
Individual geral		Medalha do 1º ao 3º
Por aparelhos		Medalha do 1º ao 3º

QUADRO 1

ELEMENTOS ADAPTADOS

(PRÉ-INFANTIL E INFANTIL)

Aparelho	Elemento	Valor	Grupo
1. Solo	Oitava à parada (braços estendidos) *	A	I
2. Solo	Estrela	A	I
3. Solo	Rodante	A	I
4. Cavalo	Falsa tesoura de frente	A	I
5. Cavalo	Falsa tesoura de costas	A	I
6. Cavalo	Volteio com 1 perna (rasteira)**	A	II
7. Argolas	Elevação ao apoio	A	I
8. Argolas	Parada de ombros	A	II
9. Paralelas	Traseira vinda do braquial ao apoio (mín. 45°)****	A	II
10. Paralelas	Stuts 90	A	I
11. Paralelas	Moy ao apoio braquial	A	III
12. Paralelas	Parada de ombros	A	I
13. Paralelas	Saída com ½ volta com rotação para os barrotes (mini stuts)	A	IV
14. Paralelas	Balanço à frente, com saída à frente com ½ volta	A	IV
15. Barra	Dominação traseira com pirueta (EG 1.8)****	B	II
16. Barra	Giro de quadril para frente	A	III
17. Barra	Giro de quadril para trás	A	III
18. Barra	Giro livre (finalizando na suspensão)	A	III
19. Barra	Câmbio Simples (mín. 45°)****	A	I
20. Barra	Oitava ao apoio	A	III
21. Barra	Quipe ao apoio	A	III
22. Barra	Quipe afastado***	A	III
23. Barra	Câmbio cruzado	A	I
24. Barra	Traseira ao apoio****	A	I
25. Barra	Saída de subllance	A	IV
26. Argolas e Paralelas	Saída de mortal Grupado para frente ou para trás	A	IV

* *Aplica-se as deduções de angulações [45° (0.50) – 30° (0.30) – 15° (0.10) – linha vertical (sem dedução)];*

** *Apoio cavalgado, Passagem da perna esquerda/direita para frente, passagem da perna esquerda/direita para trás (rasteira), finalizando no apoio cavalgado;*

*** *Aplica-se as deduções de angulações [45° (0.50) – 30° (0.30) – 15° (0.10) – linha horizontal (sem dedução)].*

OBS: O elemento 15 será considerado elemento adaptado, e não codificado (sendo considerado do grupo



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DE SANTA CATARINA

APROVADO
Março 2024