

TORNEIO ESTADUAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA REGULAMENTO TÉCNICO MASCULINO 2025

OBJETIVOS

- Promover a divulgação e a massificação da Ginástica Artística a nível Estadual;
- Proporcionar um intercâmbio de experiências entre as entidades incentivadoras da Ginástica Artística, assim como entre os ginastas participantes, federados e não federados;
- Incentivar a prática da Ginástica Artística nas escolas e demais entidades.

CATEGORIAS

- A: Nascidos a partir de 2019 (até 6 anos).
- B: Nascidos em 2017 e 2018 (7 e 8 anos).
- C: Nascidos em 2015 e 2017 (9 e 10 anos).
- D: Nascidos em 2013 e 2014 (11 e 12 anos).
- E: Nascidos em 2010, 2011 e 2012 (13 a 15 anos).
- ADULTO: Nascidos até 2009 (16 anos ou mais)

**Somente será permitida a participação de ginastas federados nas categorias C e D (nos níveis 2 e 3) e E (somente no nível 3).

Obs. Estarão liberados a participar do torneio em qualquer categoria os ginastas federados que não competiram nenhum campeonato estadual no ano anterior e no ano vigente.

COMPOSIÇÃO DA EQUIPE

As entidades poderão participar com qualquer número de ginastas.

GINASTAS INDIVIDUAIS

Número ilimitado.

APARELHOS E CONFIGURAÇÕES

Aparelho	Dimensões
Solo	Tablado (12 m x 12 m) ou esteira (12 m x 2 m)
	<u>Altura dos colchões</u>
*Salto (plano alto)	<ul style="list-style-type: none">• Cat. A – 30 cm• Cat. B, C, D, E – 100 cm

¹As entidades que sediarão o evento devem utilizar aparelhos em bom estado.

SÉRIES

O ginasta deverá competir ambos os aparelhos no mesmo nível, definido no momento da inscrição.

UNIFORME

Os ginastas poderão usar collant ou camiseta e bermuda, que identifique a entidade participante.

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL GERAL

Soma das notas nos dois aparelhos (solo e salto)

CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPE

Será realizada à soma (quadro 1) dos atletas do clube classificados entre o 1º (primeiro) e o 10º (décimo) lugar em cada aparelho, por nível e categoria.

Quadro 1 – Pontuação de acordo com a colocação dos atletas

Colocação	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Pontos	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

NB: Para efeito de pontuação somente serão consideradas as classificações de ginastas por aparelho que obtiverem notas diferentes de zero.

Obs.: Para efeito de pontuação para as entidades participantes, serão consideradas as 10 melhores pontuações de cada categoria e de cada nível. **Somente serão consideradas as classificações de ginastas as quais obtiverem notas diferentes de zero nos dois aparelhos de competição.** Caso o ginasta obtenha alguma nota zero, sua classificação não entrará na pontuação por equipes.

PREMIAÇÃO

Medalhas até a 10ª colocação em cada categoria e em cada nível. Aos demais participantes, medalhas de participação.

Troféu de 1º, 2º e 3º lugar para as entidades que somarem o maior número de pontos nos níveis e categorias em cada naipe.

Troféu Massificação para a entidade que participar com o maior número de ginastas – somados feminino e masculino (quando tiver)

Premiação dos técnicos: medalhas de 1º, 2º e 3º para os técnicos responsáveis pelas entidades que somarem o maior número de pontos nos níveis e categorias em cada naipe. Medalha de participação para os demais técnicos presentes na competição.

TAXA DE PARTICIPAÇÃO (Conforme código de taxas da FGSC 2025)

- Entidades Federadas: R\$ 55,00 (cinquenta e cinco reais) por ginasta
- Entidade não Federada: R\$ 88,00 (oitenta e oito reais) por ginasta.
- Taxa FGSC Não Filiados (POR EVENTO) – R\$ 110,00 (cento e dez reais) por clube.

Obs: Ginastas confirmados e que não participarem do evento deverão pagar a taxa de participação.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

- Se o número de inscrições ultrapassar 300 (trezentos) ginastas, a competição será realizada em 2 (dois) dias e assim subsequentemente.
- O ginásio de competição deverá contar com uma arquibancada.

NÍVEL I

SOLO

ORDEM DE APRESENTAÇÃO

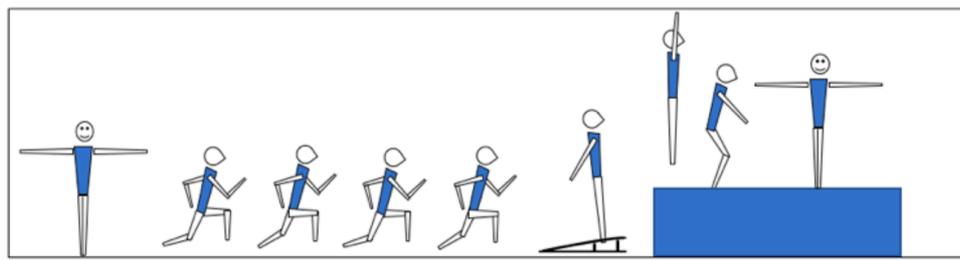
Elemento	Valor
1 Avião (2 seg)	2
2 Rolamento para frente com finalização com pernas afastadas	1
3 Flexão do tronco à frente - cachorrinho (2 seg)	2
4 Vela (2 seg), finalizando com agachado (cócoras)	1
5 Elefantinho, marcar posição grupada com a coxa próxima do peito com as pernas unidas ou com os joelhos sobre os cotovelos	1
6 Salto grupado	1
7 Estrela	2

SALTO

PLANO ALTO

O ginasta terá direito a um salto.
 Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

Elemento	Valor
Salto em extensão	10



NÍVEL II

SOLO

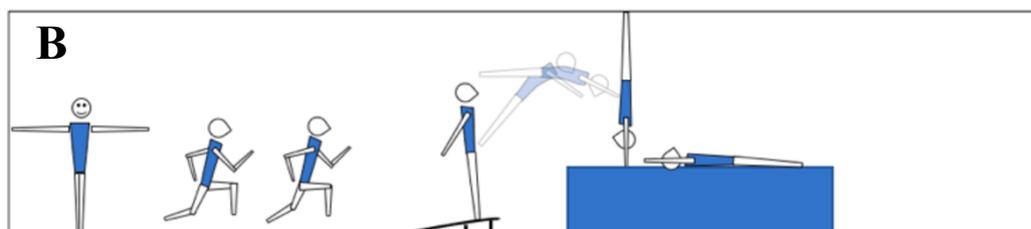
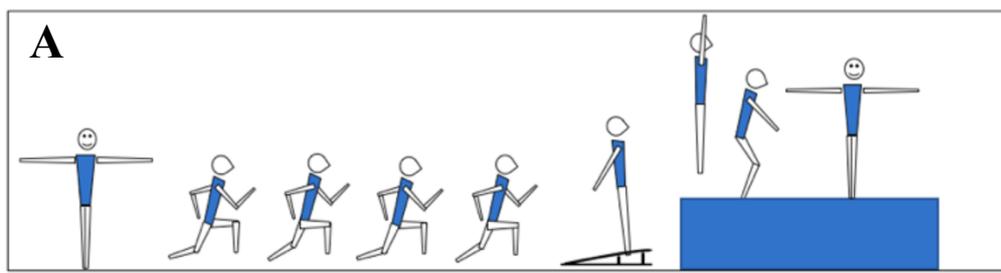
ORDEM DE APRESENTAÇÃO

Elemento	Valor
1 Avião (2 seg)	1
2 Parada de mãos (marcar)	1
3 Rolamento para frente, finalizando em pé e com pernas afastadas	1
4 Parada de cabeça, rolamento à frente, finalizando com pernas afastadas	1
5 Pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 seg)	1
6 Esquadro (2 seg) – carpado ou afastado	2
7 Ponte	1
8 Vela finalizando em pé, sem o apoio das mãos no chão	1
9 Árabe (Rodante)	1

SALTO
PLANO ALTO

O ginasta terá direito a um salto.
Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

Figura	Elemento	Valor
A	Salto em extensão	8
B	Salto parada com chegada em decúbito dorsal	10



NÍVEL III

SOLO ORDEM DE APRESENTAÇÃO

	Elemento	Valor
1	Avião (2 seg)	1
2	Parada de mãos (2 seg), rolamento à frente finalizando em pé	1
3	Reversão	2
4	Rolamento de costas com braços e pernas estendidas, finalizando na posição de apoio (oitava à prancha)	1
5	Elemento de flexibilidade – Flexão de tronco a frente com pernas afastadas (cachorrinho) ou qualquer espacate (2 seg)	0,5
6	Parada de 3 apoios (subida livre) – 2 segundos	1
	Esquadro carpado ou afastado - 2 segundos, subida do quadril até os pés tocarem no solo na posição afastada ou unida	1
7	+ (opcional)	+
	Subida à força da posição de pés no solo até à parada de mãos	0,5
8	Rodante seguido de flic	2

SALTO
PLANO ALTO

O ginasta terá direito a um salto.
Será permitida a realização de um segundo salto, quando o primeiro for considerado como salto inválido.

Figura	Elemento	Valor
A	Salto parada com chegada em decúbito dorsal	8
B	Salto reversão	10

