

Ginnastica Ritmica



CAMPIONATO AGONISTICO

Programmi tecnici e regolamento a.s. 2018

Campionato Rose

Riservato alle ginnaste FGI Silver
4-3 Divisione-Serie D4/D3

Campionato Ginestre

Riservato alle ginnaste FGI Silver
2-1 Divisione –Serie D2/1- Serie D eccellenza

Campionato Mimose

Riservato alle ginnaste FGI
Serie C – Specialità

Campionato Gardenie

Riservato alle ginnaste FGI
Categoria- Serie A- Serie B

REGOLAMENTO GENERALE

Il Campionato ACSE nasce per dare spazio a tutte le ginnaste che, con le proprie potenzialità e capacità, vogliono entrare ed impegnarsi nel magnifico mondo della Ginnastica Ritmica.

Per questo motivo vengono presentati **2 Campionati**:

Campionato promozionale che esclude la partecipazione alle ginnaste/i che hanno preso parte alle gare FGI anche Silver

Campionato agonistico riservato alle ginnaste/i che hanno esperienza federale.

N.B. Una ginnasta non può accedere ad una categoria inferiore o superiore alla propria. Eccetto nelle coppie o nelle squadre dove la ginnasta più giovane può accedere alla categoria superiore.

• Iscrizione alle Gare

Possono partecipare alle gare solo ginnaste in regola con il tesseramento e la certificazione medica.

L'iscrizione alla gara deve essere effettuata compilando il **modulo d'iscrizione** scaricabile sul sito www.acseitalia.it entro 15 giorni dalla stessa per garantire la stesura di un ordine di passaggio il prima possibile.

Le **iscrizioni** debbono essere inviate via e-mail a:

ritmica@acseitalia.it e angelaacse@virgilio.it (Angela Anelo ,Referente Nazionale)

e al proprio referente di regione

Lazio: martinaalicataterranova@hotmail.it (Martina Alicata Terranova, Referente regionale e Referente Nazionale di giuria)

Sicilia: miriana.barone@libero.it (Miriana Barone, Referente regionale e Referente Nazionale di giuria)

Veneto: fabysi@hotmail.it (Fabiana Gobbato, Referente regionale)

Piemonte: gaia.mistura@libero.it (Gaia Mistura, Referente regionale)

Sardegna : serrarita@gmail.com (Rita Serra , Referente regionale)

• Quota d'iscrizione

La quota di partecipazione è fissata in € **10.00 per un esercizio**, € **15.00 per due esercizi**, € **18.00 per tre esercizi**.

La ginnasta che , nel campionato promozionale, completa la coppia integrata o la squadra integrata, se partecipa anche ad un suo campionato non paga queste gare.

Il pagamento dell'iscrizione delle ginnaste potrà essere effettuato il giorno stesso della gara, prima dell'inizio della manifestazione.

Qualora una ginnasta, regolarmente iscritta alla gara, non si presentasse in gara sarà tenuta comunque al pagamento della quota d'iscrizione, salvo il caso di comunicazione di assenza entro 5 giorni dalla data della competizione.

Per tutto quanto non contemplato nei programmi tecnici si fa riferimento al NUOVO CODICE INTERNAZIONALE di PUNTEGGIO F.I.G. 2017

CALENDARIO GARE: Ogni Campionato avrà **2 prove Regionali, 1 finale Nazionale**

IL CAMPIONATO PROMOZIONALE comprende il

Campionato Primule	riservato alle ginnaste piccolissime
Campionato Margherite	riservato alle ginnaste principianti
Campionato Orchidee	riservato alle ginnaste più esperte
Campionato Violette	riservato alle ginnaste con disabilità intellettive e relazionali
Campionato Narciso	riservato ai ginnasti

IL CAMPIONATO AGONISTICO comprende il

Campionato Rose	riservato alle ginnaste che partecipano alle gare Silver FGI (4 Divisione-3 Divisione- Serie D4-Serie D3)
Campionato Ginestre	riservato alle ginnaste che partecipano alle gare Silver FGI (2 Divisione-1 Divisione - Serie D2-Serie D1- Serie D eccellenza)
Campionato Mimose	riservato alle ginnaste che partecipano alle gare serie c- torneo allieve-specialità FGI
Campionato Gardenie	riservato alle ginnaste che partecipano -alle gare serie B- serie A- categoria FGI

CAMPIONATO ROSE

CATEGORIE (FASCIA D'ETA)

- GIOVANISSIME : ANNI 2010-2009
 - GIOVANI : ANNI 2008 - 2007 - 2006
 - RAGAZZE : ANNI 2005- 2004-2003
 - JUNIORES : ANNI 2002 - 2001- 2000 -1999 E PRECEDENTI
- MUSICA :** INDIVIDUALE da 45'' a 1'30'
 COPPIA da 1'15 a 1'40
 SQUADRA da 1'30 a 2'30

PROGRAMMA TECNICO: OGNI GINNASTA PUO' ESEGUIRE **MASSIMO 3 ESERCIZI** di tipo diverso
(Individuale – Coppia - Squadra)

ATTREZZI : CORPO LIBERO-PALLA- FUNE-CERCHIO-NASTRO-CLAVETTE

INDIVIDUALE-COPPIA (anche con 2 attrezzi diversi)- SQUADRA (da 3 a 6 ginnaste-anche con 2 attrezzi diversi)

ESIGENZE TECNICHE: UTILIZZARE QUELLE DEL VALORE RICHIESTO PER OGNI CATEGORIA D'ETA'
 (SEGUIRE IL NUOVO CODICE DEI PUNTEGGI FGI 2017)

LE DIFFICOLTA' CORPOREE PER ESSERE VALIDE DEVONO ESSERE COORDINATE AD UN MOVIMENTO DELL'ATTEZZO (no attrezzo statico).

CATEGORIA	GIOVANISSIME	GIOVANI	RAGAZZE	JUNIORES	Coppia/Squadra
PUNTI	3.50	4.00	4.50	5.00	10.00
Difficoltà corporee BD	Min 3 Max 5 Valore Max 0.30	Min 3 Max 6 Valore max 0.30	Min 3 Max 6 Valore max 0.30	Min 3 Max 6 Valore max 0.30	Min 3 Max 4 Valore max 0,30
Combinazione di passi di danza S	Min1	Min1	Min1	Min1	Min1
Elemento dinamico di rotazione R	Max 1 è suff. una sola rotazione	Max 1 è suff. una sola rotazione	Max 1 Valore max 0,20	Max 1 Valore max 0,20	Max 1 Valore max 0,20
Difficoltà d'attrezzo AD	Max 1	Max 2	Max 3	Max 4	
Collaborazioni C					Min 2 Max 6
Collaborazioni d'attrezzo					Min 2 Max 6 Valore max 0.20
Scambi ED					Min.1 Max 3 Valore max 0.20

Per il Corpo Libero non tenere conto di R / AD/ ED

Si ricorda che per il C.L. la Combinazione di Passi di Danza ha il valore di 0.40

BD di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito.

R di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito

CAMPIONATO GINESTRE

CATEGORIE (FASCIA D'ETA)

- **GIOVANISSIME** : ANNI 2010-2009
- **GIOVANI** : ANNI 2008 - 2007 - 2006
- **RAGAZZE** : ANNI 2005- 2004-2003
- **JUNIORES** : ANNI 2002 - 2001- 2000 -1999 E PRECEDENTI

MUSICA : INDIVIDUALE da 45'' a 1'30'
 COPPIA da 1'15 a 1'40
 SQUADRA da 1'30 a 2'30

PROGRAMMA TECNICO: OGNI GINNASTA PUO' ESEGUIRE **MASSIMO 3 ESERCIZI** di tipo diverso
(Individuale-Coppia-Squadra)

ATTREZZI : CORPO LIBERO-PALLA- FUNE-CERCHIO-NASTRO-CLAVETTE

INDIVIDUALE-COPPIA (anche con 2 attrezzi diversi)- SQUADRA (da 3 a 6 ginnaste-anche con 2 attrezzi diversi)

ESIGENZE TECNICHE: UTILIZZARE QUELLE DEL VALORE RICHIESTO PER OGNI CATEGORIA D'ETA'
 (SEGUIRE IL NUOVO CODICE DEI PUNTEGGI FGI 2017)

LE DIFFICOLTA' CORPOREE PER ESSERE VALIDE DEVONO ESSERE COORDINATE AD UN MOVIMENTO DELL'ATTREZZO (no attrezzo statico).

CATEGORIA	GIOVANISSIME	GIOVANI	RAGAZZE	JUNIORES	Coppia/Squadra
PUNTI	3.50	4.00	4.50	5.00	10.00
Difficoltà corporee BD	Min 3 Max 5 Valore Max 0.40	Min 3 Max 6 Valore max 0.40	Min 3 Max 6 Valore max 0.40	Min 3 Max 6 Valore max 0.40	Min 3 Max 4 Valore max 0,40
Combinazione di passi di danza S	Min1	Min1	Min1	Min1	Min1
Elemento dinamico di rotazione R	Max 1 Valore max 0,40	Max 1 Valore max 0,40	Max 1 Valore max 0,40	Max 1 Valore max 0,40	Max 1 Valore max 0,40
Difficoltà d'attrezzo AD	Max 2	Max 3	Max 4	Max 4	
Collaborazioni C					Min 2 Max 6
Collaborazioni d'attrezzo					Min 2 Max 6 Valore max 0.20
Scambi ED					Min.1 Max 3 Valore max 0.20

Per il Corpo Libero non tenere conto di R / AD/ ED

Si ricorda che per il C.L. la Combinazione di Passi di Danza ha il valore di 0.40

BD di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito.

R di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito

CAMPIONATO MIMOSE

CATEGORIE (FASCIA D'ETA)

- GIOVANISSIME : ANNI 2010-2009
- GIOVANI : ANNI 2008 - 2007 - 2006
- RAGAZZE : ANNI 2005- 2004-2003
- JUNIORES : ANNI 2002 - 2001- 2000 -1999 E PRECEDENTI

MUSICA : INDIVIDUALE da 45'' a 1'30'
 COPPIA da 1'15 a 1'40
 SQUADRA da 1'30 a 2'30

PROGRAMMA TECNICO: OGNI GINNASTA PUO' ESEGUIRE **MASSIMO 3 ESERCIZI** di tipo diverso
(Individuale-Coppia-Squadra)

ATTREZZI : CORPO LIBERO-PALLA- FUNE-CERCHIO-NASTRO-CLAVETTE

INDIVIDUALE-COPPIA (anche con 2 attrezzi diversi)- SQUADRA (da 3 a 6 ginnaste-anche con 2 attrezzi diversi)

ESIGENZE TECNICHE: UTILIZZARE QUELLE DEL VALORE RICHIESTO PER OGNI CATEGORIA D'ETA'
 (SEGUIRE IL NUOVO CODICE DEI PUNTEGGI FGI 2017)

LE DIFFICOLTA' CORPOREE PER ESSERE VALIDE DEVONO ESSERE COORDINATE AD UN MOVIMENTO DELL'ATTEZZO (no attrezzo statico).

CATEGORIA	GIOVANISSIME	GIOVANI	RAGAZZE	JUNIORES	Coppia/Squadra
PUNTI	5.00	7.00	9.00	10.00	10.00
Difficoltà corporee BD	Min 3 Max 6 Valore Max 0.30	Min 3 Max 6 Valore max 0.50	Min 3 Max 7 Valore max 0.70	Min 3 Max Valore max 0.70	Min 3 Max 4 Valore max 0,50
Combinazione di passi di danza S	Min1	Min1	Min1	Min1	Min1
Elemento dinamico di rotazione R	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50
Difficoltà d'attrezzo AD	Max 4	Max 4	No Min/Max	No Min/Max	
Collaborazioni C					Min 2 Max 6
Collaborazioni d'attrezzo					Min 2 Max 6
Scambi ED					Min.1 Max 3 Valore max 0.20 gio.iss/gio 060 rag./Juni.

Per il Corpo Libero non tenere conto di R / AD/ ED

Si ricorda che per il C.L. la Combinazione di Passi di Danza ha il valore di 0.40

BD di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito.

R di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito

CAMPIONATO GARDENIE

CATEGORIE (FASCIA D'ETA)

- **GIOVANI** : ANNI 2008 - 2007 - 2006
- **RAGAZZE** : ANNI 2005- 2004-2003
- **JUNIORES** : ANNI 2002 - 2001- 2000 -1999 E PRECEDENTI

MUSICA : INDIVIDUALE da 45'' a 1'30'
 COPPIA da 1'15 a 1'40
 SQUADRA da 1'30 a 2'30

PROGRAMMA TECNICO: OGNI GINNASTA PUO' ESEGUIRE **MASSIMO 3 ESERCIZI** di tipo diverso
(Individuale-Coppia-Squadra)

ATTREZZI : CORPO LIBERO-PALLA- FUNE-CERCHIO-NASTRO-CLAVETTE

INDIVIDUALE-COPPIA (anche con 2 attrezzi diversi)- SQUADRA (da 3 a 6 ginnaste-anche con 2 attrezzi diversi)

ESIGENZE TECNICHE: UTILIZZARE QUELLE DEL VALORE RICHIESTO PER OGNI CATEGORIA D'ETA'
 (SEGUIRE IL NUOVO CODICE DEI PUNTEGGI FGI 2017)

LE DIFFICOLTA' CORPOREE PER ESSERE VALIDE DEVONO ESSERE COORDINATE AD UN MOVIMENTO DELL'ATTREZZO (no attrezzo statico).

CATEGORIA	GIOVANISSIME	GIOVANI	RAGAZZE	JUNIORES	Coppia/Squadra
PUNTI	5.00	7.00	9.00	10.00	10.00
Difficoltà corporee BD	Min 3 Max 6 Valore Max 0.30	Min 3 Max 6 Valore max 0.50	Min 3 Max 7 Valore max 1.00	Min 3 Max Valore max 1.00	Min 3 Max 4 Valore max 0,50
Combinazione di passi di danza S	Min1	Min1	Min1	Min1	Min1
Elemento dinamico di rotazione R	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50	Max 1 Valore max 0,50
Difficoltà d'attrezzo AD	Max 4	Max 4	No Min/Max	No Min/Max	
Collaborazioni C					Min 2 Max 6
Collaborazioni d'attrezzo					Min 2 Max 6
Scambi ED					Min.1 Max 3 Valore max 0.20 gio.iss/gio 080 rag./Juni.

Per il Corpo Libero non tenere conto di R / AD/ ED

Si ricorda che per il C.L. la Combinazione di Passi di Danza ha il valore di 0.40

BD di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito.

R di valore superiore a quello previsto verranno valutate secondo il valore stabilito