



**REGULAMENTO TÉCNICO 2017
GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA
PROGRAMA COMPETITIVO**

CATEGORIA PRÉ-INFANTIL	
Ginastas nascidos em 2008, 2007 e 2006.	
Bases Técnicas	
PROGRAMA OBRIGATÓRIO	
Séries 01, 02 e 03	
Aparelhos	Salto, Barra Fixa com barrote da Assimétrica, Trave de Equilíbrio e Solo.
	Salto regra especial dentro de cada categoria (vide tabela)
Informações gerais	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado. A ginasta será avaliada por este nível.
	Quando a ginasta retirar (não tentou fazer) qualquer movimento da série será penalizado com uma dedução neutra de 0,50 p. e não receberá o valor respectivo.
	Elementos adicionais terão os descontos de execução previstos no C.P. e acarretarão uma dedução neutra de 0,50 por elemento adicional.
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.
SISTEMA DE COMPETIÇÃO	
Competição obrigatória	6 – 6 – 4
PREMIAÇÃO	



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

Por equipes	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
Individual geral	Seguindo a divisão das faixas etárias: ✓ 09 anos – Troféu do 1º ao 3º medalha do 4º ao 10º ✓ 10 e 11 anos – Troféu do 1º ao 3º medalha do 4º ao 10º
Medalha de Participação	Para todos os ginastas não premiados
PROGRAMAÇÃO	
Obrigatório	Todos participam

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Salto sobre a mesa	1,15 m	Oficial
Barra Fixa com barrote da Assimétrica	2,20 m	Colchão adicional 10 cm
Trave de Equilíbrio	Oficial FIG	Tempo Máximo: 1'30"
Solo	Oficial FIG	Tempo Máximo: 1'30"

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

CATEGORIA INFANTIL	
Ginastas nascidas em 2007, 2006 e 2005.	
Bases Técnicas	
PROGRAMA OBRIGATÓRIO	
Séries 01, 02, 03, 04, 05 e 06	
Aparelhos	Salto, Barra Fixa com Barrote da Assimétrica, Trave de Equilíbrio e Solo.
	Salto regra especial dentro de cada categoria (vide tabela)
Informações gerais	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado. A ginasta será avaliada por este nível.
	Quando o ginasta retirar (não tentou fazer) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. +-o valor da parte
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será penalizado em 0,50 p.
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.

PROGRAMA LIVRE	
Salto, Paralelas Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo.	
Nota D	VD (06 elementos + Saída) + RC+VL <ul style="list-style-type: none">• Elemento A = 0,10• Elemento B = 0,20• Elemento C = 0,30• Elemento D = 0,40• Elemento E ou mais = 0,50
Nota E	10,00 pontos
Solo e Trave	Serão considerados: <ul style="list-style-type: none">✓ No mínimo 3 acrobáticos✓ No mínimo 3 de dança✓ 1 elemento livre
	Saídas

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

Deduções específicas	Aplicam-se as seguintes deduções para provas curtas 05 elementos – 4 pontos 04 elementos – 6 pontos 03 ou menos – 8 pontos	
	Aplicam-se as restrições FIG com relação a elementos proibidos para juvenis	
	VL de acordo com o CP	
	SOLO – Linhas acrobáticas de acordo com CP	
Salto sobre a mesa		
Requisitos específicos	CII	Dois saltos diferentes
	Nota final	Média dos 2 saltos
	VD	De acordo CP 2017
Barras Paralelas Assimétricas		
VD	6 elementos de maior dificuldade + Saída (7 Elementos)	
Requisitos de Composição +0.50cd	1.	Um elemento de voo.
	2.	Um elemento circular próximo a barra, de valor mínimo B.
	3.	Empunhaduras diferentes (<i>Excluindo elementos de entrada e saída</i>).
	4.	Um elemento sem voo com no mínimo 180° - +0.20 Um elemento sem voo com no mínimo 360° de giro no eixo longitudinal +0.50 (<i>Exceto elemento de entrada e saída</i>).
Trave de Equilíbrio		
VD	6 elementos de maior dificuldade + Saída (7 Elementos) Mínimo 3 elementos acrobáticos 3 de dança + 1 livre	
Requisitos de Composição +0.50cd	1.	Uma ligação de dança, com 2 saltos diferentes, sendo um deles leap ou jump com split 180° (lateral ou antero posterior).
	2.	Giro (Grupo 3).
	3.	Uma sequencia acrobática, com no mínimo 2 elementos de voo (rebote)
	4.	Elemento Acrobático de voo em diferentes direções.
Solo		
VD	6 elementos de maior dificuldade + Saída	

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

	Mínimo 3 elementos acrobáticos 3 de dança + 1 livre (7 Elementos)	
Requisitos de Composição +0.50cd	1.	Passagem de dança composta por 2 saltos diferentes (leaps ou hops), ligados direta ou indiretamente, sendo um deles com split 180° em grande afastamento lateral ou antero posterior.
	2.	Mortal com giro de no min 360° sobre eixo longitudinal.
	3.	Sequencia acrobática com 2 mortais.
	4.	Sequencia acrobática com mortal em diferentes direções
Sistema de competição		
Competição Obrigatória	1º Dia	6 – 6 – 4
Competição Livre	2º Dia	
PREMIAÇÃO		
Por equipes	Quatro melhores notas em cada aparelho determinadas na CI + CII	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
Individual geral	CI + CII - Segundo a divisão das faixas etárias	10 anos Troféu do 1º ao 3º Medalha do 4º ao 10º
		11 e 12 anos Troféu do 1º ao 3º Medalha do 4º ao 10º
Por aparelhos	CI + CII - Segundo a divisão das faixas etárias ✓ 10 anos ✓ 11 e 12 anos	Medalha do 1º ao 3º
Medalha de Participação	Para todos os ginastas não premiados	
PROGRAMAÇÃO		
CI	Programa obrigatório	Todos participam
CII	Programa livre	Todos participam
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS (livre e obrigatório)		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

Salto sobre a mesa	1,25 m	Obrigatório - Plano alto ao nível da mesa de salto Livre - Oficial
Barrote	2,50 m (Programa Obrigatório)	Oficial masculino
Paralelas Assimétricas	Oficial FIG (Programa Livre)	1 colchão de 10 cm
Trave de Equilíbrio	Oficial FIG	Tempo Máximo: 1'30".
Solo	Oficial FIG	Tempo Máximo: 1'30".

CATEGORIA JUVENIL

PROGRAMA LIVRE

Ginastas nascidas em 2005, 2004, 2003 e 2002.

Bases Técnicas

Salto, Paralelas Assimétrica, Trave de equilíbrio e Solo

Nota D	Conforme regra CP	
Nota E	Conforme regra CP	
Requisitos de Composição	Conforme regra CP	
Deduções específicas	Aplicam-se as regras FIG quanto a provas curtas	
	Aplicam-se as restrições FIG com relação a elementos proibidos para juvenis	
Sistema de competição		
1º dia – CI/ CII/CIV 2º dia - CIII	Equipe	6 – 6 – 3
	CIII	Cinco melhores de cada faixa etária
		Serão premiadas as três melhores de cada faixa etária
PREMIAÇÃO		
Por equipes	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos	

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

CII - Individual geral	CI - Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none">• 12 e 13 anos• 14 e 15 anos	Troféu do 1º ao 3º colocado em cada subdivisão
CIII - Por aparelhos	CI + CIII - Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none">• 12 e 13 anos• 14 e 15 anos	Medalha do 1º ao 3º
PROGRAMAÇÃO		
CI, CII e CIV	Equipe e individual	
CIII	Cinco melhores ginastas de cada faixa etária em cada aparelho	
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Paralela	FIG	Não permitido
Salto		Não permitido
Trave		Não permitido
Solo		Não permitido

CATEGORIA ADULTA	
CAMPEONATO BRASILEIRO POR EQUIPES e INDIVIDUAL GERAL	
Ginastas nascidas a partir de 2004	
Bases técnicas	
Salto, Paralelas Assimétrica, Trave de equilíbrio e Solo	
Nota D	Conforme regra CP
Nota E	Conforme regra CP
Requisitos de Composição	Conforme regra CP
Deduções específicas	Aplicam-se as regras FIG para provas curtas

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

CI	1º dia	Classificatória – Sistema 6 – 6 – 3
CII	1º dia	Classificam os 06 primeiros ginastas da CI, que não se encontram nas equipes classificadas para CIV
CII e CIV	2ª dia	Final por equipes sistema – 6 – 3 – 3
		Competem as 04 primeiras equipes classificadas na CI e as 06 melhores ginastas do Individual Geral (que não se encontram nas equipes classificadas para CIV) Obs: A ginasta classificada entre os 06 primeiros lugares na CI, terá o direito de participar da CII, mesmo que não esteja entre os 3 representantes da equipe na CIV. Esta deverá competir depois de sua equipe em cada aparelho, se for o caso.
Classificação Individual geral	Média dos dois dias de competição	
PREMIAÇÃO		
Por equipes	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos	
Individual geral	Troféu do 1º ao 3º lugar	
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Paralela	FIG	FIG
Salto		
Trave		
Solo		

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

CATEGORIA ADULTA	
CAMPEONATO BRASILEIRO DE ESPECIALISTAS	
Ginastas nascidos a partir de 2004	
Bases técnicas	
Salto, Paralelas Assimétrica, Trave de equilíbrio e Solo	
Nota D	Conforme regra CP
Nota E	Conforme regra CP
Requisitos de composição	Conforme regra CP
Deduções específicas	Aplicam-se as regras FIG para provas curtas

Sistema de competição		
CI	1º dia	Classificatórias
CIII	2º dia	Competem as 06 primeiras ginastas classificadas na CI por aparelho
Classificação final		Média dos dois dias de competição
PREMIAÇÃO		
Aparelhos	Medalha do 1º ao 3º lugar	
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	FIG	FIG
Cavalo		
Argolas		
Salto		
Paralela		
Barra		

Bonificação para saídas

Categoria	Dificuldade mínima	Bonificação	Observação
Pré-infantil	-	0,10	Obrigatório
Infantil	B		Obrigatório e livre
Juvenil	C		Livre (CI e CII)
Adulto	D		Livre (CI, CII e CIV)

Obs.: Os movimentos serão bonificados se não houver ERRO GRANDE.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

PROGRAMA OBRIGATÓRIO DESCRIÇÃO DOS NÍVEIS DAS SÉRIES

1 - SALTO SOBRE A MESA

CATEGORIA	SALTO	ND	ALTURA MESA	OBSERVAÇÕES
Pré-Infantil	Reversão	3,00	1,15 cm	1º salto - Reversão 2º salto opcional Rodante <u>ou</u> Rodante flic (YURCHENKO) Média dos dois saltos Nota de apresentação: 10,00 p.
	Rodante	3,00		
	Rodante flic	3,50		

CATEGORIA	SALTO	ND	ALTURA MESA	OBSERVAÇÕES
Infantil	Reversão	3,00	1,25 cm	PLANO ALTO AO NÍVEL DA MESA 1º salto - Reversão 2º salto opcional Rodante <u>ou</u> Rodante flic (YURCHENKO) Média dos dois saltos Nota de apresentação: 10,00 p.
	Rodante	3,00		
	Rodante flic	3,50		

2 – BARRA FIXA com Barrote da Assimétrica

As séries que são compostas por balanços terão como referência a horizontal

NÍVEL 1 - Valor da Série = 11,00		
Nota de Dificuldade = 5,00 Nota de Execução = 6,00		
Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo	
2	Balanço para trás	0,25
3	Balanço para frente	0,25
4	Balanço para trás	0,25
5	Quipe, lançamento	2,50

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

6	Giro de quadril	1,25
7	Saída em sub-lançamento com ou sem apoio dos pés na barra	0,50

NÍVEL 2 - Valor da Série = 12,00

Nota de Dificuldade = 6,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo, balanço para trás	0,50
2	Balanço para frente com ½ câmbio	1,00
3	Balanço a frente em tomada mista	0,50
4	Balanço atrás com troca para empunhadura dorsal	0,50
5	Quipe	1,00
6	Lançamento na horizontal, giro de quadril, lançamento	1,00
7	Saída em mortal para trás estendido	1,50

NÍVEL 3 - Valor da Série = 13,00

Nota de Dificuldade = 7,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento a 45 graus com pernas unidas	1,00
3	Giro livre a 45 graus	1,50

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

4	Giro gigante	1,50
5	Giro gigante	1,50
6	Saída em mortal estendido para trás	1,00

NÍVEL - 4 Valor da Série = 14,00

Nota de Dificuldade = 8,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento à parada com pernas unidas ou afastadas	0,50
3	Oitava à parada de mãos	1,00
4	Giro gigante para trás	1,00
5	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
6	Giro gigante para trás	1,00
7	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
9	Giro gigante para trás	1,00
8	Saída em mortal estendido para trás	1,00

NÍVEL 5 (Opção 1) Valor da Série = 15,00

Nota de Dificuldade = 9,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento a parada com pernas unidas ou afastadas	1,00
3	Oitava à parada de mãos	1,50

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

4	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
	Giro gigante para trás	0,50
5	Embalo para trás com ½ volta à tomada palmar	1,00
6	Giro gigante para frente pernas unidas ou afastadas	1,75
7	½ cambio para tomada dorsal	0,50
8	Giro gigante para trás	0,50
9	Saída em mortal estendido para trás	0,75

NÍVEL 5 (Opção 2) Valor da Série = 15,00

Nota de Dificuldade = 9,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento a parada com pernas unidas ou afastadas	1,00
3	Oitava à parada de mãos	1,50
4	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5	Giro gigante para trás	0,50
6	Embalo para trás com ½ volta à tomada palmar	1,00
7	Giro gigante para frente pernas unidas ou afastadas	1,75
8	Saída em mortal estendido para frente	1,75

NÍVEL 6 (Opção 1) Valor da Série = 16,00

Nota de Dificuldade = 10,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
------	----------	-------

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento a parada com pernas unidas ou afastadas	1,00
3	Giro de Sola a parada	1,50
4	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5	Giro gigante para trás	0,50
6	Embalo para trás com ½ volta à tomada palmar	1,00
7	Giro gigante para frente pernas unidas ou afastadas	0,50
8	½ câmbio para tomada dorsal	0,50
9	Giro gigante para trás	0,50
10	Stalder	1,50
11	Giro gigante para trás	0,50
12	Saída em duplo mortal para trás grupado	1,00

Nível 6 (Opção 2) Valor da Série = 16,00

Nota de Dificuldade = 10,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Tomada de embalo + Quipe	0,50
2	Lançamento a parada com pernas unidas ou afastadas	1,00
3	Giro de Sola a parada	1,50
4	Embalo para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
6	Giro gigante para trás	0,50
7	Embalo para trás com ½ volta à tomada palmar	1,00
8	Giro gigante para frente pernas unidas ou afastadas	1,00
9	Endo	1,50

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

10	Giro gigante para frente pernas unidas ou afastadas	0,50
11	Saída em mortal estendido para frente	1,50

3 - TRAVE DE EQUILÍBRIO

NÍVEL 1 – Valor da Série = 11,00

Nota de Dificuldade = 5,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada livre	SEM VALOR
2	Posição inicial do giro + equilíbrio sobre um pé na ½ ponta – 2 seg. (passé)	0,50
3	Salto Galope ou Tesoura + Salto Grupado	0,50
4	Parada de mãos	0,75
5	Estrela (roda / reversão lateral)	0,75
6	Reversão para trás	1,50
7	Saída em mortal grupado para frente	1,00

NÍVEL 2 – Valor da Série = 12,00

Nota de Dificuldade = 6,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada em esquadro afastado	0,50
2	Giro de 180° sobre um pé finalizando na ½ ponta sobre os dois pés – sustentando 2 seg.	0,50
3	Salto Jeté/ Espacate (leap – salto em grande afastamento antero posterior das pernas)	1,00
4	Ponte para trás <u>ou</u> para frente	1,25

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

4	Flic pernas afastadas	1,50
5	Saída: Estrela mortal para trás grupado	1,25

NÍVEL 3 – Valor da Série = 13,00

Nota de Dificuldade = 7,00
Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada: subida à força com finalização livre	1,00
2	Giro de 360° sobre um pé	1,00
3	Salto Jeté (Leap-salto em grande afastamento antero posterior das pernas) + Sissone (jump) ou Espacato antero-posterior	1,00
4	Sequencia acrobática Ponte para trás + Flic para trás pernas separadas ou unidas	1,50
5	Ponte para frente– Marcando 2” no avião	1,00
6	Saída: Rodante Mortal para trás grupado	1,50

NÍVEL 4 – Valor da Série = 14,00

Nota de Dificuldade = 8,00
Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada de subida a força com finalização no esquadro	1,00
2	Giro de 360° sobre um pé	0,50
3	Salto Jeté (Leap-salto em grande afastamento antero posterior das pernas) + Sissone (jump) ou Espacato antero-posterior	1,00
4	Sequencia acrobática Flic + Flic	1,50
5	Salto cortada	1,00
6	Ponte para frente – Marcando 2” no avião e na parada de mãos	1,00

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

7	Saída: Rodante + Mortal para trás estendido	2,00
---	---	------

NÍVEL 5 – Valor da Série = 15,00

Nota de Dificuldade = 9,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada: elevação à parada de mãos com pernas unidas – sustentar 2 seg. e finalização no esquadro afastado	1,00
2	Giro de 360° sobre um pé	0,50
3	Salto Espacate em Grande afastamento antero posterior com troca de pernas (Cortada) + Jeté (Leap) ou Salto espacate ou Sissone (jump) ligação	1,50
4	Sequencia acrobática Flic + Flic com pernas unidas + salto estendido	2,00
5	Reversão para frente com repulsão (Hiber)	2,00
6	Saída: Rodante + Mortal para trás estendido	2,00

NÍVEL 6 – Valor da Série = 16,00

Nota de Dificuldade = 10,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Entrada: elevação à parada de mãos com pernas unidas – sustentar 2 seg. e finalização no esquadro afastado	1,00
2	Giro de 360° do Grupo 3	1,00
3	Salto Espacate em Grande afastamento antero posterior com troca de pernas (Cortada) + Jeté (Leap) ou Salto espacate ou Sissone (jump)	1,50
4	Sequência acrobática com 3 elementos iguais ou diferentes, sendo no mínimo 2 de voo (com rebote)	2,50
5	Estrela sem mãos ou reversão sem mãos	2,00

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

7	Saída: Rodante + Mortal para trás estendido	2,00
---	---	------

4 - SOLO

NÍVEL 1 – Valor da Série = 11,00		
Nota de Dificuldade = 5,00 Nota de Execução = 6,00		
Item	Elemento	Valor
1	Reversão alternada + reversão de pernas unidas	1,00
2	Estrela ou reversão sem mãos	1,00
3	Passagem de dança (2 leaps) Jeté + Jeté	0,50
4	Rodante + flic	1,00
5	Salto com afastamento lateral de pernas (jump)	0,50
6	Mortal para frente grupado	1,00

NÍVEL 2 – Valor da Série = 12,00		
Nota de Dificuldade = 6,00 Nota de Execução = 6,00		
Item	Elemento	Valor
1	Reversão com pernas unidas + mortal para frente grupado	1,00
2	Passagem de dança: 2 saltos com grande afastamento ântero posterior de pernas (180° de abertura) iguais ou diferentes	0,75
3	Rodante + Flic + flic	1,00
4	Estrela ou reversão sem mãos	1,00
5	Rodante + Flic + mortal para trás grupado	1,00
6	Sequência de 2 saltos com afastamento lateral de pernas (jump).	0,75

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

7	Giro de 360° sobre um pé	0,50
---	--------------------------	------

NÍVEL 3 – Valor da Série = 13,00

Nota de Dificuldade = 7,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Reversão alternada + reversão de pernas unidas + mortal para frente grupado	1,50
2	Rodante + Flic + mortal para trás estendido	1,50
3	Giro de 360° sobre um pé	0,50
4	Sequência de 2 saltos: salto com afastamento lateral de pernas + salto com afastamento ântero posterior.	1,00
5	Passagem de dança: salto com grande afastamento ântero posterior e troca de pernas (cortada) + Jeté	1,00
6	Rodante + Flic + Flic + flic	1,50

NÍVEL 4 – Valor da Série = 14,00

Nota de Dificuldade = 8,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Reversão de pernas unidas + flic para frente + mortal para frente grupado	1,50
2	Rodante + Flic + mortal para trás estendido	1,50
3	Passagem de dança: salto com grande afastamento ântero posterior e troca de pernas (cortada) + salto livre de valor mínimo B	1,50
4	Giro de 360° sobre um pé valor mínimo B	1,00
5	Sequência acrobática com 2 mortais	1,50
6	Sequência de 2 saltos: salto com afastamento lateral de pernas + salto com afastamento ântero posterior de pernas, sendo	1,00

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

	um deles com 180° de giro	
--	---------------------------	--

NÍVEL 5 – Valor da Série = 15,00

Nota de Dificuldade = 9,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Reversão de pernas unidas + flic para frente + mortal para frente estendido ou reversão de pernas unidas + mortal para frente estendido	1,50
2	Rodante +Flic + mortal para trás estendido com ½ giro	2,00
3	Passagem de dança: 2 saltos livres e diferentes com grande afastamento ântero posterior valor mínimo B (leap ou hop)	1,50
4	Giro de 360° sobre um pé valor mínimo B	1,00
5	Sequência acrobática com 2 mortais diferentes	1,50
6	Salto com afastamento lateral ou ântero posterior de pernas com 360° de giro	1,50

NÍVEL 6 – Valor da Série = 16,00

Nota de Dificuldade = 10,00

Nota de Execução = 6,00

Item	Elemento	Valor
1	Reversão de pernas unidas + Flic para frente + mortal para frente estendido	2,00
2	Rodante + Flic + mortal para trás estendido com 1/1 giro	2,00
3	Passagem de dança: 2 saltos livres e diferentes com grande afastamento ântero posterior valor mínimo B (leap ou hop)	1,00
4	Giro de 360° sobre um pé valor mínimo B para fora (en dedan) + Giro de 360° sobre um pé para dentro (en dehor)	1,50
5	Sequência acrobática com 2 mortais em diferentes direções	2,00
6	Salto Leap ou hop de valor mínimo C	1,50

CBG – REGULAMENTO TÉCNICO – CAMPEONATO BRASILEIRO – GAF 2017