



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA TORNEIO NACIONAL 2017

1. GENERALIDADES

O Torneio Nacional é uma competição que tem como objetivo massificar a participação visando o nível de desenvolvimento das ginastas independente da faixa etária.

Está subdividida em 3 níveis de desenvolvimento como segue:

- Iniciante
- Intermediário
- Avançado

2. QUALIFICAÇÃO OPCIONAL DE NÍVEL

- É direito e da responsabilidade do treinador optar pelo nível de sua ginasta como também pela passagem de nível, independente da pontuação;
- A ginasta que competiu em um nível superior nunca poderá retornar ao nível anterior;
- Para um maior incentivo na participação, a competição é por nível mas para a premiação individual estão previstas medalhas por nível e categorias;
- Para a pontuação da equipe serão considerados os 10 melhores resultados de cada nível independente da categoria.

3. PARTICIPANTES

- É aberta a participação no TNGAF a qualquer entidade filiada à federação ou de alguma forma ligada a esta.
- A Federação não poderá competir com a Seleção Estadual.
- Nos Estados em que não houver federação, as entidades estão isentas da exigência acima e deverão fazer as inscrições diretamente com a CBG.
- Não poderão participar do TNGAF ginastas que participaram de Campeonatos Brasileiros nos dois anos anteriores ao ano vigente. **CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA.**

Exceção:

- Ginastas da categoria **Pré-Infantil B 2016** ficam liberadas para participar no **Nível Iniciante e Intermediário.**



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

- Ginastas das Categorias **Pré Infantil A** e **Infantil B 2016** ficam liberadas para participar do **Nível Intermediário e Avançado**.
- Ginastas das Categorias **Infantil A** e **Juvenil B 2016** ficam liberadas para participar do **Nível Avançado**.

3.1 SOBRE AS CATEGORIAS

CATEGORIAS	FAIXA ETÁRIA	OBSERVAÇÃO
Pré-Infantil	09 e 10 anos	Completos no ano da competição
Infantil	11 e 12 anos	Completos no ano da competição
Juvenil	13 a 15 anos	Completos no ano da competição
Adulta	16 anos e acima	Completos no ano da competição

4. APARELHOS

4.1 MEDIDAS DOS APARELHOS

PROVAS	MEDIDAS
SALTO SOBRE A MESA	Iniciante – 1,10 m ou 1,20 m
	Intermediário – 1,20 m ou 1,25 m
	Avançado – 1,25 m (Oficial)
PARALELAS ASSIMÉTRICAS	FIG
TRAVE DE EQUILÍBRIO	FIG
SOLO	Tablado ou Pista de 12 a 14 m

Observação: Caso a competição feminina e masculina ocorra simultaneamente e o local contar com um tablado oficial, este será dividido em 2, isto é ½ tablado para o feminino e ½ tablado para o masculino.

4.2 ESPECIFICIDADE DOS APARELHOS

TEMPO DE SÉRIE	PROVAS	TODOS OS NÍVEIS
	Trave	Máximo de 1'30"
	Solo	Máximo de 1'30"

Música: É permitida a utilização da mesma música para toda a equipe.

Observação: É necessário que os organizadores reservem um espaço para o aquecimento corporal dos ginastas.

5. PROGRAMAÇÃO

CI – Todos os ginastas participam.

6. COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

Número ilimitado de ginastas.

7. PREMIAÇÃO

7.1 EQUIPE

- TROFÉU MASSIFICAÇÃO: Será premiada a entidade que participar com o maior número de ginastas.
- Serão premiadas com Troféus as entidades classificadas do 1º ao 3º lugar, de acordo com a regra para obtenção de pontos – Equipe.

7.2 INDIVIDUAL GERAL

- Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 6º lugar em cada nível por categoria.

Observação¹: Na categoria em que houver menos do que dez participantes, haverá premiação Individual Geral até o 3º colocado.

Observação²: Todas as ginastas não premiadas receberão medalha de participação.

7.3 EQUIPE – REGRA PARA PONTUAÇÃO

As entidades receberão pontos de acordo com a classificação do Individual Geral de suas ginastas em cada Nível, independente da Categoria, conforme a tabela abaixo:

Classificação	Pontos
1º	15
2º	12
3º	09
4º	07
5º	06
6º	05
7º	04
8º	06
9º	02
10º	01

Observação: Em caso de empate será considerado campeão o clube que tiver o maior número de primeiros lugares, persistindo o empate serão considerados os segundos lugares e assim sucessivamente.

8. ARBITRAGEM

- A banca de arbitragem poderá ser reduzida.
- A convocação da arbitragem é de responsabilidade da CBG.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA TORNEIO NACIONAL 2017

NÍVEL INICIANTE

1. INFORMAÇÕES GERAIS

- A ginasta deve realizar uma das séries apresentadas no regulamento podendo optar por níveis diferentes em cada aparelho;
- A série deve ser composta exclusivamente pelos elementos descritos em cada aparelho;
- Quando a ginasta retirar (não tentar realizar) qualquer elemento da série, será penalizada com uma **Dedução Neutra de 0,50 pontos por elemento faltante** e não receberá o valor respectivo;
- Elementos adicionais terão os descontos de execução previstos no Código de Pontuação e acarretarão em uma **Dedução Neutra de 0,50 pontos por elemento adicional**;
- Se um elemento não atingir as especificações descritas não será considerado, perdendo seu valor total, porém não acarretará na Dedução Neutra por elemento faltante;
- Antes da apresentação da ginasta o técnico deve anunciar à banca de arbitragem qual série será realizada.

2. SALTO SOBRE A MESA

Altura da Mesa: 1,10 m ou 1,20 m	1.00 – Reversão para frente (Grupo 1) Nota D = 5,00 Nota E = 10,00
	2 Saltos NF = Nota do Melhor Salto



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

3. BARRAS PARALELAS ASSIMÉTRICAS

Série 1	D 5.00
Nota máxima = 11.00	E 6.00
1. Subida de oitava à força	1,00
2. Lançamento com pernas unidas	0,50
3. Giro de quadril	1,00
4. Subida grupada ao apoio dos pés	0,50
5. Balanço para frente	0,50
6. Balanço para trás	0,50
7. Balanço para frente	0,50
8. Saída – soltar barrote atrás	0,50

Série 2	D 6.00
Nota Máxima = 12.00	E 6.00
1. Kipe ao apoio facial	1,50
2. Lançamento com pernas unidas acima da horizontal	0,50
3. Giro de quadril para trás	1,00
4. Subida grupada ao apoio dos pés	0,50
5. Oitavão	1,50
6. Saída – sublançamento para frente com pernas unidas ou afastadas	1,00

Série 3	D 7.00
Nota Máxima = 13.00	E 6.00
1. Kipe ao apoio facial	1,00
2. Lançamento com pernas unidas acima da horizontal	1,00
3. Giro de quadril para trás	1,00
4. Lançamento para trás ao balanço e kipe ao apoio facial	1,00
5. Subida grupada ao apoio dos pés ou giro de sola	1,00
6. Kipe ao apoio facial	1,00
7. Saída – sublançamento para frente com pernas unidas ou afastadas	1,00

4. TRAVE DE EQUILÍBRIO

Série 1	D 5.00
Nota máxima = 11.00	E 6.00
1. Entrada livre – SEM VALOR	x
2. Posição inicial do giro + equilíbrio sobre um pé em ½ ponta 2” (passé)	0,50
3. Salto galope ou tesoura	1,00
4. Salto grupado	1,00
5. Equilíbrio facial - avião	0,50
6. Parada de mãos (não é necessário que chegar na vertical)	1,00



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

7. Saída – Rodante	1,00
--------------------	------

Série 2	D 6.00
Nota máxima = 12.00	E 6.00
1. Entrada livre – SEM VALOR	x
2. Giro de 180 graus sobre um pé	0,50
3. Salto galope + salto grupado	1,00
4. Equilíbrio facial- avião	1,00
5. Parada de mãos chegando na vertical	1,00
6. Reversão lateral - Estrela/roda	1,50
7. Saída – Reversão para frente	1,00

Série 3	D 7.00
Nota máxima = 13.00	E 6.00
1. Entrada em Esquadro com afastamento lateral das pernas	1,00
2. Giro de 180 graus sobre um pé	0,50
3. Salto em grande afastamento antero posterior das pernas (leap)	1,00
4. Sissone ou espacato + salto grupado	1,00
5. Equilíbrio facial- avião	0,50
6. Reversão Lenta para trás	1,00
7. Reversão lateral - Estrela/roda	1,00
8. Saída – mortal grupado para frente	1,00

5. SOLO

Série 1	D 5.00
Nota máxima = 11.00	E 6.00
1. Rodante + Flic	1,00
2. Reversão para frente alternada ou com chegada simultânea dos pés	1,00
3. Reversão Lenta para trás/ponte para trás	1,00
4. Salto em grande afastamento antero posterior das pernas (leap)	1,00
5. Salto em grande afastamento lateral das pernas (jump)	1,00

Série 2	D 6.00
Nota máxima = 12.00	E 6.00
1. Rodante + Flic +Flic + salto estendido	1,00
2. Reversão alternada + reversão com chegada simultânea dos pés	1,00
3. Mortal para frente grupado	1,00
4. Estrela sem mãos	1,00



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

5. Passagem de dança – 2 saltos 1 deles em grande afastamento antero posterior das pernas	1,00
6. 2 Saltos em grande afastamento lateral e ou antero posterior das pernas (jump)	1,00

Série 3	D 7.00
Nota máxima = 13.00	E 6.00
1. Sequencia acrobática para trás com mortal	2,00
2. Reversão alternada + reversão com chegada simultânea dos pés	1,00
3. Mortal para frente grupado	1,00
4. Estrela sem mãos ou reversão para frente sem mãos	1,00
5. Passagem de dança – 2 saltos diferentes, um deles em grande afastamento antero posterior das pernas	1,00
6. 2 Saltos diferentes em grande afastamento lateral e ou antero posterior das pernas (jump)	1,00

REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA TORNEIO NACIONAL 2017

NÍVEL INTERMEDIÁRIO

1. INFORMAÇÕES GERAIS

- A ginasta deve realizar uma das séries apresentadas no regulamento podendo optar por níveis diferentes em cada aparelho;
- A série deve ser composta exclusivamente pelos elementos descritos em cada aparelho;
- Quando a ginasta retirar (não tentar realizar) qualquer elemento da série, será penalizada com uma **Dedução Neutra de 0,50 pontos por elemento faltante** e não receberá o valor respectivo;
- Elementos adicionais terão os descontos de execução previstos no Código de Pontuação e acarretarão em uma **Dedução Neutra de 0,50 pontos por elemento adicional**;
- Se um elemento não atingir as especificações descritas não será considerado, perdendo seu valor total, porém não acarretará na Dedução Neutra por elemento faltante;
- Antes da apresentação da ginasta o técnico deve anunciar à banca de arbitragem qual



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

série será realizada.

2. SALTO SOBRE A MESA

Altura da Mesa: 1,20 m ou 1,25 m	1º salto = 1.00/1.20 (Grupo 1) Nota D = 5,00
	2º salto = Livre Nota D = Código de Pontuação 2 Saltos diferentes NF = Média dos 2 Saltos Nota E = 10,00

3. BARRAS PARALELAS ASSIMÉTRICAS

Série 4	D 8.00
Nota máxima = 11.00	E 6.00
1. Kipe ao apoio facial	1.00
2. Impulso para trás acima horizontal	0.50
3. Giro Livre acima horizontal	1.50
4. Kipe ao apoio facial	1.00
5. Subida grupada ao apoio dos pés ou giro de sola	0.50
6. Kipe ao apoio facial para o BS	1.00
7. Impulso para trás acima horizontal	0.50
8. Oitavão	1.00
9. Sublançamento a frente com pernas unidas ou afastadas	1.00

Série 5	D 9.00
Nota Máxima = 12.00	E 6.00
1. Kipe ao apoio facial	1.00
2. Impulso para trás acima horizontal	1.00
3. Giro Livre acima horizontal	1.00
4. Kipe ao apoio facial	1.00
5. Subida grupada ao apoio dos pés ou giro de sola	0.50
6. Kipe ao apoio facial para o BS	1.00
7. Impulso para trás acima horizontal	1.00
8. Saída em mortal para trás	2.50



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

4. TRAVE DE EQUILÍBRIO

Série 4	V 8.00
Nota máxima = 14.00	E 6.00
1.Entrada em Esquadro com afastamento lateral das pernas	0.50
2.Giro de 360° sobre 1 dos pés	1.00
3.Salto espacate (Split) com grande afastamento antero posterior das pernas (Leap) + salto jump	1.50
4.Reversão lenta para frente ou trás	1.50
5.Flic flac	2.50
6.Saída – mortal grupado ou carpado para frente	1.00

Série 5	V 9.00
Nota máxima = 15.00	E 6.00
1.Entrada em Esquadro com afastamento lateral das pernas	1.00
2.Giro de 360° sobre 1 dos pés	1.00
3.Sequencia de dança - 2 saltos diferentes, um deles com grande afastamento antero posterior de pernas ou lateral	1.50
4.Ponte para frente marcando 2" no equilíbrio facial - avião	1.50
5.Sequencia acrobática sendo 1 elemento com fase de voo	2.00
6.Saída em mortal para trás vindo de 1 elemento acrobático no mínimo A	2.00

5. SOLO

Série 4	D 8.00
Nota máxima = 11.00	E 6.00
1.Rodante, Flic, mortal para trás grupado	2.00
2.Reversão com chegada simultânea dos pés, mortal para frente grupado	1.50
3.Rodante Flic, Flic, Flic, salto estendido	1.00
4.Estrela sem mãos ou reversão para frente sem mãos	1.00
5.Passagem de dança – 2 saltos diferentes, 1 deles em grande afastamento antero posterior das pernas (Leap)	1.00
6.Dois Saltos diferentes em grande afastamento lateral e ou antero posterior das pernas (jump)	1.00
7.Giro no mínimo 360 graus sobre um dos pés	0.50



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

Série 5	D 9.00
Nota máxima = 15.00	E 6.00
1.Rodante, flic, mortal para trás estendido	2.50
2.Reversão alternada + reversão com chegada simultânea dos pés + mortal para frente grupado	2.50
3.Estrela sem mãos ou reversão para frente sem mãos	1.00
4.Passagem de dança – 2 saltos diferentes, com grande afastamento ântero posterior ou lateral de pernas (Leap ou hop)	1.00
5.Dois Saltos diferentes em grande afastamento lateral e ou antero posterior das pernas (jump)	1.00
6.Giro no mínimo B sobre um dos pés	1.00

REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA TORNEIO NACIONAL 2017

NÍVEL AVANÇADO

1. INFORMAÇÕES GERAIS

A avaliação será baseada nos seguintes fatores:

1.1 Valor de Dificuldade (VD)

Serão considerados 6 ELEMENTOS: Os 5 VD de maior valor mais a SAÍDA (PA/TRA/SO):

Na TRAVE e no SOLO serão considerados:

- 3 acrobáticos
- 2 de dança
- 1 elemento livre

O Painel D sempre reconhecerá o VD do elemento, exceto quando não reúne os requisitos técnicos próprios do elemento.

- Elemento A = 0,10



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

- Elemento B = 0,20
- Elemento C = 0,30
- Elemento D ou mais = 0,40

1.2 Requisitos de Composição (RC)

No máximo **2,00 pontos** = 4 requisitos x 0,50 pontos cada um.

Os Requisitos estão descritos abaixo, no seu respectivo aparelho.

Na série livre, um elemento pode cobrir mais de um RC, no entanto um elemento não pode ser repetido para cobrir outro RC.

1.3 Exercício Curto:

Dedução Neutra quando se realiza:

- 5 elementos: - 1,00 ponto
- 4 elementos: - 3,00 pontos
- 3 elementos: - 5,00 pontos
- 1 ou 2 elementos: - 8,00 pontos
- Se não realizar elementos: - 10,00 pontos

O critério de aplicação de exercício curto é sobre o número de VD total, independente da regra de número mínimo de elementos acrobáticos e de dança (TRA/SO).

2. SALTO

Altura da Mesa: 1,25 m	2 saltos iguais ou diferentes	NF = Nota do melhor salto
	Nota D = Código de Pontuação	NE = 10,00

3. BARRAS PARALELAS ASSIMÉTRICAS

VD – Valor de Dificuldade	5 elementos de maior dificuldade + Saída	
4 x 0,50 cada No máximo 2,00	Um giro circular próximo a barra, mínimo B.	0,50
	Um giro gigante para trás	0,50
	Um lançamento a parada	0,50
	Um elemento com 180° de giro no mínimo B	0,50

A avaliação dos elementos será de acordo com o Código de Pontuação.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA

4. TRAVE DE EQUILÍBRIO

VD – Valor de Dificuldade	5 elementos de maior dificuldade + Saída <ul style="list-style-type: none">• 3 acrobáticos• 2 de dança• 1 elemento livre	
4 x 0,50 cada No máximo 2,00	Uma sequencia acrobática com dois elementos de voo	0,50
	Giro (Grupo 3)	0,50
	Sequencia de dança - 2 saltos diferentes, um deles com grande afastamento ântero posterior de pernas ou lateral	0,50
	Elementos acrobáticos em diferentes direções (F/L e T)	0,50

A avaliação dos elementos será de acordo com o Código de Pontuação.

5. SOLO

VD – Valor de Dificuldade	5 elementos de maior dificuldade + Saída <ul style="list-style-type: none">• 3 acrobáticos• 2 de dança• 1 elemento livre	
4 x 0,50 cada No máximo 2,00	Passagem de dança com 2 saltos diferentes (leaps ou hops), 1 deles com grande afastamento antero posterior ou lateral das pernas	0,50
	Uma linha acrobática com mortal de no mínimo 180° de giro no eixo longitudinal	0,50
	Uma linha acrobática com dois mortais diferentes	0,50
	Uma linha acrobática com mortal para frente	0,50

A avaliação dos elementos será de acordo com o Código de Pontuação.

Observação: Número máximo de linhas acrobáticas com mortal = 3.