



# **XIII COPA AMISTOSA DOM BOSCO DE GINÁSTICA RÍTMICA**



**REGULAMENTO 2018**



**Objetivo:** A Copa Amistosa de Ginástica Rítmica é um evento de caráter amistoso que tem a finalidade de reunir ginastas, técnicos, árbitros, dirigentes e familiares para prestigiar, divulgar e promover a Ginástica Rítmica, visando estimular a participação e socialização das crianças e adolescentes participantes.

**Data:** 01 e 02 de dezembro de 2018

**Local:** Ginásio do Colégio Salesiano Dom Bosco.  
Rua Eduardo Chartier 360, Bairro Higienópolis- Porto Alegre.

**Horários:** a confirmar, dependendo do número de participantes.

**Inscrições:** até dia **14 de novembro de 2018**. Devem ser feitas diretamente com a organização do evento, através do e-mail [copaamistosadombosco@hotmail.com](mailto:copaamistosadombosco@hotmail.com) e encaminhado para [ginastica@ginasticars.com.br](mailto:ginastica@ginasticars.com.br), utilizando Ficha de Inscrição (ANEXO 6 e ANEXO 7) disponível neste regulamento. Juntamente com a inscrição deverá ser enviada a cópia do comprovante de pagamento. Se porventura houver alguma desistência, não será feita a devolução do valor da inscrição.

O pagamento deverá ser efetuado via depósito bancário na seguinte conta:

Cristiane Rodrigues Pinho  
Número da Conta 00030871-4 (Caixa Econômica Federal),  
Agência 0449 – Conta Corrente 001

**Valores:**

- Por ginasta (por aparelho): R\$ 40,00
- Conjuntos: R\$150,00

**Reunião Técnica:** no dia **01 de dezembro (sábado) às 9h** no local do evento. Na reunião serão tratados assuntos relativos à organização da competição.

**Premiação:**

- **Técnicos e Auxiliares Técnicos:** medalha de participação.
- **Individual:** Serão premiados todos os ginastas do primeiro ao sexto lugar, em todos os níveis e categorias. Todos ginastas que não obtiverem colocação do primeiro ao sexto lugar receberão medalha de participação.
- **Conjunto:** Serão premiados os conjuntos do primeiro ao terceiro lugar em todos os níveis e categorias.
- **Troféus Individual Geral (1º, 2º e 3º lugares):** Serão premiados nas categorias Juvenil e Adulta (soma das 3 maiores notas de cada ginasta).
- **Equipe:** Será premiada com um troféu a equipe com maior número de inscritos.



## REGULAMENTO GERAL:

### Idades/categorias:

- Pré mirim: 05 e 06 anos\*
  - Mirim: 7 e 8 anos\*
  - Pré Infantil: 09 e 10 anos\*
  - Infantil: 11 e 12 anos\*
  - Juvenil: 13 a 15 anos\*
  - Adulto: 16 anos em diante\*
- \* completos no ano da competição.

### Níveis:

- **NÍVEIS FEMININO: A, B, C e D**
- **NÍVEL MASCULINO: A**

### Normas gerais - INDIVIDUAL (conforme tabela abaixo)

	Nível	Quem compete
<b>Feminino</b>	<b>A</b>	Ginastas que já participaram de: - Campeonatos Internacionais - Campeonatos Brasileiros - Campeonatos Estaduais
	<b>B</b>	Ginastas que já participaram de: - Torneio Nacional - Torneio Regional  Ginastas que competem em: - Torneio Estadual Nível I - Torneio Estadual Nível II (exceto ginastas estreantes em Torneio Estadual em 2018)  CATEGORIA MIRIM: ginastas que já participaram de campeonatos estaduais.
	<b>C</b>	Ginastas que já participaram do CERGS ou como estreante em: - Taça RS - Copas Amistosas  Ginastas que competirão em 2018 no: - Torneio Estadual Nível II – estreante  CATEGORIA MIRIM: ginastas que competem em 2018 no campeonato estadual mirim estreante.  *** Ginastas que só competiram em Torneio Estadual Nível II Estreante em anos anteriores e que não chegaram a competir no Torneio Estadual nível II, podem permanecer na categoria C.



	<b>D</b>	<p>Ginastas que NUNCA participaram de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campeonatos Amistosos</li> <li>- Torneios Escolares</li> <li>- Campeonatos e Torneios Nacionais e/ou Estaduais</li> </ul> <p>*** Ginastas que fazem ou fizeram parte integrante de Conjunto em Campeonatos ou Torneios a nível estadual, regional e nacional, mas que nunca competiram individualmente, não estão autorizadas a competir neste nível (deverá competir no nível C).</p>
<b>Masculino</b>	<b>A</b>	Nível único

### Regulamentos Específicos:

- Nível A (Feminino)

Categoria	Aparelhos	Regulamento
Mirim	ML e/ou Bola	ANEXO 1
Pré-infantil	ML e/ou Corda	CBG para Campeonatos Brasileiros
Infantil	ML, Bola e/ou Maças	
Juvenil	Bola, Arco e /ou Maças	
Adulto	Bola, Arco e /ou Maças	

- Nível B, C e D (Feminino)

Categoria	Aparelhos	Regulamento
Pré-mirim	ML	ANEXO 1
Mirim	ML e/ou Bola	ANEXO 1
Pré-infantil	ML e/ou Bola	CBG para Torneios Nacionais/Regionais *** Sem as Dificuldades Corporais obrigatórias no pré-infantil e infantil. ARCO – Infantil - ANEXO 2 ML-Juvenil -ANEXO 3 ML e ARCO- Adulto-ANEXO 4
Infantil	ML, Maças e/ou Arco	
Juvenil	ML, Maças e/ou Bola	
Adulto	ML, Maças, Fita e/ou Arco	



- Nível A (Masculino)

Categoria	Aparelhos	Regulamento
Mirim	ML	Ver ANEXO 1
Pré-infantil	ML	CBG para Torneios Nacionais
Infantil	Maças	
Juvenil	Bola	
Adulto	Maças	

### Normas gerais – CONJUNTO

	Nível	Categoria e aparelho
<b>FEMININO, MASCULINO E MISTO</b>	<b>A</b> Regulamento da CBG para Campeonatos Brasileiros * Ginastas que participam de Campeonatos Brasileiros e Estaduais	Pré-infantil – ML Infantil – 5 Arcos Juvenil – 5 Cordas Adulto – 3 bolas/2 cordas
	<b>B</b> Regulamento da CBG para Torneio Nacional * Ginastas que se enquadram no individual na categoria B e que participaram de conjuntos em Torneios Regionais e Nacionais nos últimos 2 anos.	
	<b>C</b> Regulamento em anexo por categoria (anexo 5) *Ginastas que se enquadram no individual nas categorias C e D	Todas categorias: Mãos Livres

- Os conjuntos poderão ser formados por meninas, meninos ou mistos. Todos competirão juntos (não serão divididos por gênero) somente sendo divididos por Nível e Categoria.

### RECURSO:

Não haverá RECURSO de notas em nenhum quesito.



## ANEXO 1

### CATEGORIA PRÉ-MIRIM E MIRIM (todos os níveis)

**Idade:** 6 a 8 anos, completos no ano da competição.

**Provas:** Mãos Livres e Bola

**Duração do exercício:** 1'15" a 1'30"

**A música com palavra é permitida.**

MÃOS LIVRES		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 5 dificuldades corporais de livre escolha com valor máximo de 0,30.
		<b>Onda Corporal Anteroposterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
		02 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um Uma combinação de 02 elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,20 pts

BOLA (MIRIM)		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 5 dificuldades corporais de livre escolha com valor máximo de 0,30.
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	<b>R</b>	<b>Elemento Dinâmico de Rotação</b> (mínimo 1) – Serão aceitos R com uma rotação com valor de 0,10 ou com duas no valor de 0,20. Ver explicação abaixo.
	<b>AD</b>	Não há mínimo, será permitido no máximo 2.

Observações:

- Na distribuição das dificuldades corporais deve haver a representação dos 3 Grupos Corporais (salto, equilíbrio e rotação), mínimo de 1 elemento cada.
- Obrigatório no mínimo um pivot 360° na meia ponta como elemento de rotação.
- Poderá ser realizado o EDR (risco) com apenas uma rotação. A Rotação do R1 deverá ser realizada durante o vôo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. O valor de base do R1 (0,10) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho. Ao valor de base do R1 (0,10) pode ser acrescentado até 0,30 pontos de critérios no máximo.

**Penalidades D1/D2 e D3/D4 conforme Regulamento Técnico Torneio Regional e Nacional**



## ANEXO 2

### CATEGORIA INFANTIL

**Idade:** 11 a 12 anos, completos no ano da competição.

**Prova adicional:** Mãos Livres

**Duração do exercício:** 1'15" a 1'30"

**A música com palavra será permitida em uma das coreografias.**

ARCO		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 6 dificuldades corporais de livre escolha com valor máximo de 0,50.
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	<b>R</b>	<b>Elemento Dinâmico de Rotação</b> (mínimo 01, máximo 03). R1, R2, R3,... –
	<b>AD</b>	Não há mínimo ou máximo.

Observações:

- Na distribuição das dificuldades corporais deve haver a representação dos 3 Grupos Corporais (salto, equilíbrio e rotação), mínimo de 1 elemento cada.
- Obrigatório no mínimo um pivot 360º na meia ponta como elemento de rotação.
- Poderá ser realizado o EDR (risco) com apenas uma rotação (R1). A rotação do R1 deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. O valor de base do R1 (0,10) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho. Ao valor de base do R1 (0,10) pode ser acrescentado até 0,50 pontos de critérios no máximo.

**Penalidades D1/D2 e D3/D4 conforme Regulamento Técnico Torneio Regional e Nacional**



### ANEXO 3

#### CATEGORIA JUVENIL

**Idade:** 13 a 15 anos, completos no ano da competição.

**Prova adicional:** **Mãos Livres**

**Duração do exercício:** 1'15" a 1'30"

**A música com palavra será permitida em uma das coreografias.**

MÃOS LIVRES		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 7 dificuldades corporais de livre escolha.
		<b>Onda Corporal Posteroanterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 03)
		02 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um Uma combinação de 03 elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,30 pts

Observações:

- d) Na distribuição das dificuldades corporais deve haver a representação dos 3 Grupos Corporais (salto, equilíbrio e rotação), mínimo de 1 elemento cada.
- e) Obrigatório no mínimo um pivot 360° na meia ponta como elemento de rotação.

**Penalidades D1/D2 e D3/D4 conforme Regulamento Técnico Torneio Regional e Nacional**



#### ANEXO 4

### CATEGORIA ADULTO

**Idade:** a partir de 16 anos, completos no ano da competição.

**Prova adicional: Mãos Livres**

**Duração do exercício:** 1'15" a 1'30"

**A música com palavra será permitida em uma das coreografias.**

<b>MÃOS LIVRES</b>		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 9 dificuldades corporais de livre escolha.
		<b>Onda Corporal Posteroanterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 03)
		02 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um Uma combinação de 03 elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,30 pts
<b>ARCO</b>		
	<b>BD</b>	Mínimo de 3 e máximo de 9 dificuldades corporais de livre escolha com valor máximo de 0,50.
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> no mínimo 1
	<b>R</b>	<b>Elemento Dinâmico de Rotação :</b> mínimo 01
	<b>AD</b>	No mínimo 1.

Observações:

- Na distribuição das dificuldades corporais deve haver a representação dos 3 Grupos Corporais (salto, equilíbrio e rotação), mínimo de 1 elemento cada.
- Obrigatório no mínimo um pivot 360º na meia ponta como elemento de rotação.

**Penalidades D1/D2 e D3/D4 conforme Regulamento Técnico Torneio Regional e Nacional**



## **ANEXO 5**

### **CONJUNTOS NIVEL C**

#### 1. Dificuldades Corporais (BD):

- 1.1 Mínimo de 01 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente por todas as 5 (cinco) ginastas.
- 1.2 Se um conjunto apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido, ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pts. Exceção para as dificuldades de rotação, onde se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.

#### 2. Ondas Corporais:

- 2.1 Não é possível executar as ondas corporais obrigatórias conectadas às dificuldades corporais (BD)
- 2.2 A onda deve ser executada pelas 5 (cinco) ginastas para que seja válida. Pode ser executada: sucessivamente ou em rápida sucessão.
- 2.3 Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução: ausência de extensão corporal, ausência de coordenação dos braços e onda corporal pouco profunda.

#### 3. Elementos Acrobáticos:

- 3.1 Os elementos pré-acrobáticos tem que ser executados pelas 5 ginastas para que seja válida. Deve ser o mesmo elemento para as 5 ginastas e podem ser executados sucessivamente ou em rápida sucessão.
- 3.2 Os elementos pré-acrobáticos podem ser usados uma vez pelas 5 ginastas isolados e mais uma vez nas colaborações CR ou CRR.

#### 4. Colaborações

- 4.1 Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.
- 4.2 Todas as 5 ginastas devem participar da(s) ação(s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Todas as 5 ginastas devem estar diretamente ligadas.
- 4.3 É possível executar as CR e CRR em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou os pré-acrobáticos são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si.

Valor			Tipos de Colaboração
0,10	0,20	0,30	
<b>C</b>			Ginastas passam por cima, debaixo, ou através do movimento das companheiras
	<b>CR</b>		Colaboração com elemento dinâmico com rotação É possível executar o elemento dinâmico com ajuda das companheiras (elevação)
		<b>CRR</b>	Colaboração com elemento dinâmico com rotação Ginastas passam por cima, por baixo, ou através do movimentos das companheiras.



Tabela de Penalidades:

	Dificuldade	Penalidade 0,30
<b>D1</b> <b>D2</b>	Dificuldades corporais	Ausência de uma dificuldade de cada grupo corporal não realizada simultaneamente ou em muito rápida sucessão (não em subgrupos) por todas as 5 ginastas
	Onda Corporal	Menos do que 01
	Combinação de passos de dança	Menos do que 02
<b>D3</b> <b>D4</b>	Elementos acrobáticos	Menos do que 3
	Colaborações C, CR, CRR	Se executar a menos do que o previsto por colaboração (por categoria)

#### CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

REQUERIMENTOS		
	<b>BD</b>	3 dificuldades de livre escolha (Valor máximo da dif. 0,40)
	)	<b>Onda Corporal Anteroposterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1) – CoP: Dif Corporal número 20 (primeiro símbolo)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	⌘	03 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um
	<b>C</b>	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 3)
	<b>CR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)
	<b>CRR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)

#### CATEGORIA INFANTIL

REQUERIMENTOS		
	<b>BD</b>	4 dificuldades de livre escolha (Valor máximo da dif. 0,50)
	)	<b>Onda Corporal Posteroanterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1) – CoP: Dif Corporal número 20 (segundo símbolo)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	⌘	03 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um
	<b>C</b>	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 3)
	<b>CR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)
	<b>CRR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)



## CATEGORIA JUVENIL

REQUERIMENTOS		
	<b>BD</b>	5 dificuldades de livre escolha (Valor máximo da dif. 0,50)
	)	<b>Onda Corporal Posteroanterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1) – CoP: Dif Corporal número 20 (segundo símbolo)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	⌘	03 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um
	<b>C</b>	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 3)
	<b>CR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)
	<b>CRR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)

## CATEGORIA ADULTO

REQUERIMENTOS		
	<b>BD</b>	6 dificuldades de livre escolha (Valor máximo da dif. 0,50)
	)	<b>Onda Corporal Posteroanterior:</b> Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 1) – CoP: Dif Corporal número 20 (segundo símbolo)
	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança:</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02)
	⌘	03 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um
	<b>C</b>	Colaborações sem rotação corporal (mínimo 3)
	<b>CR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)
	<b>CRR</b>	Colaboração com rotação corporal (mínimo 1)





**ANEXO 7 - FICHA DE INSCRIÇÃO DE CONJUNTO  
XIII COPA AMISTOSA DOM BOSCO DE GINÁSTICA RÍTMICA**

ENTIDADE:  
PROFESSOR:  
CREF.:  
AUXILIAR:

<b>Categoria: Nível: Aparelho:</b>	<b>ANO DE NASCIMENTO</b>
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.Reserva:	

\_\_\_\_\_  
Local e data

\_\_\_\_\_  
Professor Responsável

- Só serão aceitas inscrições digitadas;
- As inscrições deverão ser confirmadas após serem enviadas;