

# GINÁSTICA DE TRAMPOLIM

## PROGRAMA DE COMPETIÇÃO – 2013

### **TRAMPOLIM SINCRONIZADO** – Não serão realizadas finais

- Os ginastas de todas as categorias deverão executar somente 1 série livre com dificuldade mínima.

### **TRAMPOLIM INDIVIDUAL** – Não serão realizadas finais

- Os ginastas das categorias MIRIM e PRÉ-INFANTIL deverão executar 1 série livre com requerimentos obrigatórios e dificuldade mínima.
- Os ginastas das demais categorias deverão executar duas séries: a 1ª série livre com requerimentos obrigatórios e a 2ª série livre com dificuldade mínima da respectiva categoria.
- Caso o atleta NÃO cumpra a dificuldade mínima na 2ª série, implicará na dedução de 0,5 pontos da nota de cada árbitro de execução, somente em série completa. A nota de dificuldade será considerada.

#### **1ª Série Livre com Requerimentos Obrigatórios**

- A dificuldade NÃO será considerada.
- O ginasta deverá executar uma série utilizando os requerimentos obrigatórios da respectiva categoria. Os requerimentos obrigatórios devem ser assinalados com um asterisco.
- Não cumprir qualquer requerimento implicará em dedução de 1,0 ponto da nota de cada árbitro de execução para cada requerimento faltante.
- Cada repetição de elemento implicará em dedução de 1,0 ponto da nota de cada árbitro de execução.
- Alterações no cartão de competição implicarão em dedução total de 0,2 pontos da nota de cada árbitro de execução.

MIRIM (7 e 8)	PRÉ-INFANTIL (9 e 10)	INFANTIL (11 e 12)
<b>Requerimentos Obrigatórios</b>	<b>Requerimentos Obrigatórios</b>	<b>Requerimentos Obrigatórios</b>
Grupado	½ volta	Piruetas
½ volta em combinação com outro elemento	Costas ou Frontal	Costas ou ½ Volta Frontal
Piruetas	Piruetas	Front ou Back
<b>Dificuldade Mínima</b>	<b>Dificuldade Mínima</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>
0,5 pontos	0,7 pontos	1,0 pontos

INFANTO-JUVENIL (13 e 14)	JUVENIL (15 e 16)	ADULTA (17 e ACIMA)
<b>Requerimentos Obrigatórios</b>	<b>Requerimentos Obrigatórios</b>	<b>Requerimentos Obrigatórios</b>
½ Volta Frontal	Back P	Barani
Front ou Barani	Barani	¾ Front ou ¾ Back
Back	¾ Front ou ¾ Back	Back S
<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>
1,2 pontos	1,5 pontos	2,0 pontos

## **DUPLO MINI TRAMPOLIM**

- O ginasta deverá executar uma passada obrigatória (deverá ser a primeira) e uma passada livre DIFERENTE da obrigatória. Não serão realizadas finais.

### **Passada Obrigatória:**

- O ginasta deverá executar uma passada dentre as opções permitidas para sua categoria.
- A dificuldade da passada obrigatória será considerada.
- Mudança no cartão de competição implicará em interrupção da passada.

<b>NÍVEIS</b>	<b>MOUNT</b>	<b>SPOTTER</b>	<b>DISMOUNT</b>	<b>VALOR</b>
<b>NÍVEL 1</b>	Salto est	Grupado	Afastado	<b>0,0</b>
<b>NÍVEL 2</b>	Salto est	Grupado	½ Pirueta	<b>0,2</b>
<b>NÍVEL 3</b>	Salto est	Grupado	Pirueta	<b>0,4</b>
<b>NÍVEL 4</b>	Salto est	Grupado	Front T/P	<b>0.5/0.6</b>
<b>NÍVEL 5</b>	Salto est	Grupado	Barani	<b>0,7</b>
<b>NÍVEL 6</b>	Salto est	Back T	Barani	<b>1,2</b>
<b>NÍVEL 7</b>	Barani	-----	Back S	<b>1,3</b>
<b>NÍVEL 8</b>	Barani	-----	Double Back T	<b>2,7</b>
<b>NÍVEL 9</b>	Salto est	Back P	Barani out T	<b>3,0</b>
<b>NÍVEL 10</b>	Barani Out T	-----	Double Back P	<b>4,8</b>

### **Passada Livre:**

- Não será considerada a dificuldade do elemento caso ocorra repetição do mesmo.
- Caso o ginasta NÃO cumpra a dificuldade mínima implicará na dedução de 0,5 pontos da nota de cada árbitro de execução.

<b>MIRIM (7 e 8)</b>	<b>PRÉ-INFANTIL (9 e 10)</b>	<b>INFANTIL (11 e 12)</b>
<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>
Níveis 1 a 8.	Níveis 1 a 8.	Níveis 2 a 9.
<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>
<i>0,0 pontos</i>	<i>0,2 pontos</i>	<i>0,4 pontos</i>

<b>INFANTO-JUVENIL (13 e 14)</b>	<b>JUVENIL (15 e 16)</b>	<b>ADULTA (17 e ACIMA)</b>
<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>
Níveis 3 a 10.	Níveis 4 a 10.	Níveis 5 a 10
<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>
<i>0,5 pontos</i>	<i>0,6 pontos</i>	<i>1,2 pontos</i>

## **MINI TRAMPOLIM**

- O ginasta deverá executar uma passada obrigatória (deverá ser a primeira) e uma passada livre “diferente da primeira” com dificuldade mínima. Não serão realizadas finais.

### **Passada Obrigatória:**

- O ginasta deverá executar uma passada dentre as opções permitidas para sua categoria.
- A dificuldade da passada obrigatória será considerada
- Mudança no cartão de competição implicará em interrupção da passada.

	<b>MOUNT</b>	<b>VALOR</b>
<b>NÍVEL 1</b>	Grupado/Carpado	<b>0,0</b>
<b>NÍVEL 2</b>	½ volta	<b>0,2</b>
<b>NÍVEL 3</b>	Pirqueta	<b>0,4</b>
<b>NÍVEL 4</b>	Front T	<b>0,5</b>
<b>NÍVEL 5</b>	Front P	<b>0,6</b>
<b>NÍVEL 6</b>	Barani	<b>0,7</b>
<b>NÍVEL 7</b>	Front Full	<b>0,9</b>
<b>NÍVEL 8</b>	Rudy	<b>1,2</b>
<b>NÍVEL 9</b>	Barani Out “T”	<b>2,4</b>

### **Passada Livre:**

- O salto estendido será considerado interrupção da passada.
- Caso o atleta NÃO cumpra a dificuldade mínima, implicará na dedução de 0,5 pontos da nota de cada árbitro de execução.

**OBS:** O ginasta será penalizado em 0,1 ponto na nota de cada árbitro de execução, caso toque a proteção de mola.

<b>MIRIM (7 e 8)</b>	<b>PRÉ-INFANTIL (9 e 10)</b>	<b>INFANTIL (11 e 12)</b>
<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>
Níveis 1 a 8.	Níveis 1 a 8.	Níveis 2 a 8.
<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>
<i>0,0 pontos</i>	<i>0,2 pontos</i>	<i>0,4 pontos</i>

<b>INFANTO-JUVENIL (13 e 14)</b>	<b>JUVENIL (15 e 16)</b>	<b>ADULTA (17 e ACIMA)</b>
<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>	<b><i>Passada Obrigatória</i></b>
Níveis 3 a 9.	Níveis 4 a 9.	Níveis 5 a 9.
<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>	<b><i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i></b>
<i>0,5 pontos</i>	<i>0,6 pontos</i>	<i>0,7 pontos</i>

## TUMBLING

- O ginasta deverá executar uma série obrigatória (5 elementos) e uma série livre (5 elementos) com dificuldade mínima. Observar os quadros abaixo. Não serão realizadas finais.
- Séries com menos de 03 (três) elementos receberão nota 0 (zero).

### Série obrigatória:

- O ginasta deverá executar uma série dentre as opções permitidas para sua categoria.
- A dificuldade da série obrigatória será considerada.
- Mudança no cartão de competição implicará em interrupção da série.

	SÉRIES	VALOR
<b>NÍVEL 1</b>	e e e e r	<b>0.2</b>
<b>NÍVEL 2</b>	e e e e Rev	<b>0.4</b>
<b>NÍVEL 3</b>	e e e r f com salto estendido	<b>0.4</b>
<b>NÍVEL 4</b>	e e r f f com salto estendido	<b>0.6</b>
<b>NÍVEL 5</b>	r f f f f com salto estendido	<b>1.0</b>
<b>NÍVEL 6</b>	r f f f - °. (mortal grupado para trás)	<b>1.3</b>
<b>NÍVEL 7</b>	r f f - °. .- ° (mortal grupado frente)	<b>1.7</b>
<b>NÍVEL 8</b>	.- ° r f f - °. (mortal grupado para trás)	<b>1.7</b>
<b>NÍVEL 9</b>	r ^ f f -- °. (Duplo Grupado)	<b>2.9</b>

<b>e =</b>	Estrela	<b>r =</b>	Rondada – Rodante
<b>f =</b>	Flic – flac	<b>^ =</b>	Tempo (flic sem mãos)
<b>2. =</b>	Full (mortal c/ pirueta)	<b>Rev =</b>	Reversão

### Série Livre:

- O ginasta poderá repetir a série obrigatória, com exceção do nível 1.
- O ginasta **NÃO** será penalizado se não finalizar a série em mortal.
- O ginasta **NÃO** será penalizado se não finalizar a série na área de aterrissagem.
- Mudanças no cartão de competição implicarão em dedução total de 0,2 pontos da nota de dificuldade.
- Caso o atleta **NÃO** cumpra a dificuldade mínima implicará na dedução de 0,5 ponto da nota de cada árbitro de execução, somente em série completa.

MIRIM (7 e 8)	PRÉ-INFANTIL (9 e 10)	INFANTIL (11 e 12)
<b>NÃO COMPETE NESTA PROVA.</b>	<b>1 Série Livre</b>	<b>Série Obrigatória</b>
		Níveis 1 a 6.
	<b>Dificuldade Mínima</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>
	0,2 pontos	0,4 pontos

INFANTO-JUVENIL (13 e 14)	JUVENIL (15 e 16)	ADULTA (17 e ACIMA)
<b>Série Obrigatória</b>	<b>Série Obrigatória</b>	<b>Série Obrigatória</b>
Níveis 2 a 7.	Níveis 3 a 7.	Níveis 4 a 7.
<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>	<b>Dificuldade Mínima 2ª série</b>
0,6 pontos	0,8 pontos	1,0 pontos

## DIFICULDADES

NOME DO ELEMENTO	TRAMPOLIM		DUPLO MINI E MINI	
	Valor Oficial "T"	Valor Oficial "P / S"	Valor Oficial "T"	Valor Oficial "P / S"
Afastado / Grupado / Carpado"	0	0	0	0
Senta	0	0	-	-
½ Pirueta (1/2 Volta)	-	0,1	-	0,2
Pirueta	-	0,2	-	0,4
Frontal / Costas	-	0,1	-	-
½ Volta Frontal / ½ Volta Costas	-	0,2	-	-
Pull Over (¾ de mortal p/ trás partindo do costas)	0,3	0,3	-	-
¾ p/ Frente ou Trás	0,3	0,3	-	-
Front (Mortal Frente)	0,5	0,6	0,5	0,6
Barani (Mortal c/ ½ pirueta)	0,6	0,6	0,7	0,7
Back (Mortal de Costas)	0,5	0,6	0,5	0,6
Full (Mortal c/ pirueta)	-	0,7	-	0,9
Rudy (Mortal c / 1 ½ pirueta)	-	0,8	-	1,2
Double Full (Mortal c/ 2 Piruetas)	-	0,9	-	1,5
Ball Out (mortal frente partindo do costas)	0,6	0,7	-	-
Barani Ball Out (mortal frente c/ ½ pirueta partindo da posição de costas)	0,7	0,7	-	-
Rudy Ball Out	-	0,9	-	-
Cody (mortal partindo do frontal)	0,6	0,7	-	-
1 ¾ Front	0,8	0,9	-	-
Double Back (Duplo Mortal Costas)	1,0	1,2	2,0	2,4 / 2,8
Barani Out (Duplo Mortal Frente c/ ½ pirueta no 2ª mortal)	1,1	1,3	2,4	2,8 / 3,2

## **DIFICULDADES DO TUMBLING**

NOME DO ELEMENTO	Valor Oficial
Estrela	0,0
Rodante / Árabe	0,2
Reversão / Flic-Flac	0,2
Tempo	0,3
Back "T"	0,5
Back "P" ou "S"	0,6
Front "T"	0,6
Front "P" ou "S"	0,7
Full	0,9
Barani	0,8
Double Full	1,5
Double Back "T" / "P" / "S"	2,0 / 2,4 / 2,8