

GINÁSTICA DE TRAMPOLIM

PROGRAMA DE COMPETIÇÃO – 2018

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) |
|--|-----------------------------------|------------------------------------|
| Requerimentos Obrigatórios | Requerimentos Obrigatórios | Requerimentos Obrigatórios |
| Grupado | ½ volta | Pirueta |
| ½ volta em combinação com outro elemento | Costas ou Frontal | Costas ou ½ Volta Frontal |
| Pirueta | Pirueta | Front ou Back |
| Dificuldade Mínima | Dificuldade Mínima | Dificuldade Mínima 2ª série |
| 0,5 pontos | 0,7 pontos | 1,0 pontos |

| INFANTO-JUVENIL (13 e 14) | JUVENIL (15 e 16) | ADULTA (17 e ACIMA) |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Requerimentos Obrigatórios | Requerimentos Obrigatórios | Requerimentos Obrigatórios |
| ½ Volta Frontal | Back P | Barani |
| Front ou Barani | Barani | ¾ Front ou ¾ Back |
| Back | ¾ Front ou ¾ Back | Back S |
| Dificuldade Mínima 2ª série | Dificuldade Mínima 2ª série | Dificuldade Mínima 2ª série |
| 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, com dificuldade mínima da respectiva categoria. 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.

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

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.

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

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

MINI TRAMPOLIM

- O ginasta deverá executar uma passada obrigatória (deverá ser a primeira) e uma passada livre DIFERENTE da obrigatória, com dificuldade mínima da respectiva categoria. 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.

| | MOUNT | VALOR |
|----------------|-----------------|--------------|
| NÍVEL 1 | Grupado/Carpado | 0,0 |
| NÍVEL 2 | ½ volta | 0,2 |
| NÍVEL 3 | Pirueta | 0,4 |
| NÍVEL 4 | Front T | 0,5 |
| NÍVEL 5 | Front P | 0,6 |
| NÍVEL 6 | Barani | 0,7 |
| NÍVEL 7 | Front Full | 0,9 |
| NÍVEL 8 | Rudy | 1,2 |
| NÍVEL 9 | Barani Out "T" | 2,4 |

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.

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

| INFANTO-JUVENIL (13 e 14) | JUVENIL (15 e 16) | ADULTA (17 e ACIMA) |
|---|---|---|
| <i>Passada Obrigatória</i> | <i>Passada Obrigatória</i> | <i>Passada Obrigatória</i> |
| Níveis 3 a 9. | Níveis 4 a 9. | Níveis 5 a 9. |
| <i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i> | <i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i> | <i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i> |
| <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 da respectiva categoria. 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 |
|----------------|--|------------|
| NÍVEL 1 | e e e e r | 0.1 |
| NÍVEL 2 | e e e e Rev | 0.1 |
| NÍVEL 3 | e e e r f com salto estendido | 0.2 |
| NÍVEL 4 | e e r f f com salto estendido | 0.3 |
| NÍVEL 5 | r f f f f com salto estendido | 0.5 |
| NÍVEL 6 | r f f f - °. (mortal grupado para trás) | 0.9 |
| NÍVEL 7 | r f f - °. .- ° (mortal grupado frente) | 1.3 |
| NÍVEL 8 | .- ° r f f - °. (mortal grupado para trás) | 1.3 |
| NÍVEL 9 | r ^ f f -- °. (Duplo Grupado) | 2.5 |

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

Série Livre:

- O ginasta podrá 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) |
|---------------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| NÃO COMPETE NESTA PROVA. | 1 Série Livre | Série Obrigatória |
| | | Níveis 1 a 6. |
| | Dificuldade Mínima | Dificuldade Mínima 2ª série |
| | 0,1 pontos | 0,2 pontos |

| INFANTO-JUVENIL (13 e 14) | JUVENIL (15 e 16) | ADULTA (17 e ACIMA) |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Série Obrigatória | Série Obrigatória | Série Obrigatória |
| Níveis 2 a 7. | Níveis 3 a 7. | Níveis 4 a 7. |
| Dificuldade Mínima 2ª série | Dificuldade Mínima 2ª série | Dificuldade Mínima 2ª série |
| 0,3 pontos | 0,4 pontos | 0,5 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 | 0,1 |
| Reversão / Flic-Flac | 0,1 |
| Tempo | 0,2 |
| 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 |