

FAQ PROGRAMMA RITMICA CSEN 2022

GENERALE:

Una ginnasta può accedere ad una **categoria superiore** (solo per gli esercizi Coppia, Squadra, Successione e Rappresentativa), ma non ad una categoria inferiore alla propria.

No passaggio di categoria per Individuali.

La ginnasta NON potrà però in alcun modo cambiare livello nella medesima gara. Potrà nella gara successiva passare ad un livello superiore, ma non inferiore (NO retrocedere)

EQUILIBRI: Nel Corpo libero (individuale e di insieme) devono essere eseguiti con un movimento ampio di un segmento corporeo degli arti superiori.

DB: Gli elementi tecnici attrezzo non sono limitati ma non possono essere eseguiti in modo identico durante le DB, eccetto durante la serie di salti e di pivot.

Per coppie e squadre le DB è valida se eseguita da tutte le ginnaste e realizzata correttamente almeno dalla metà delle componenti.

DE: Uno scambio con perdita di attrezzo di una ginnasta sarà considerato valido come esigenza, ma sarà penalizzato a livello esecutivo e la difficoltà di scambio sarà uguale a 0.

ONDE (W)

• In tutti gli esercizi per ogni livello devono essere presenti **2 onde** del corpo (**anche parziali**).

Penalità: **0,20** per 1 o 2 onde mancanti (Giuria **Artistico**/Esecuzione)

• Negli esercizi Golden sono obbligatorie: **min. 2 onde totali** del corpo.

Penalità: **0,30** per **ogni onda (W) mancante (Giuria D)**

COLLABORAZIONI

La collaborazione è un lavoro di cooperazione dove ciascuna ginnasta entra in relazione con una o più compagne. Tutte le ginnaste devono partecipare all'azione(i) di Collaborazione, anche se con ruoli differenti, altrimenti la collaborazione non è valida.

E' possibile eseguire una Collaborazione suddivisa in due sottogruppi purché tutte le ginnaste partecipino alla Collaborazione e il tipo di movimento realizzato (rotazione, passaggio, salto, ecc.) sia identico per i 2 sottogruppi. Se 2 o più collaborazioni sono eseguite consecutivamente, le ginnaste devono cambiare ogni volta la loro posizione affinché le collaborazioni successive alla prima siano valide.

PRE ACROBATICHE: Nelle collaborazioni si possono inserire le pre acrobatiche adeguate per ciascun livello e non possono essere ripetute (no penalità), ma in presenza di falli tecnici saranno penalizzati a livello esecutivo.

SILVER CUP 3

N.B - modifica

MODIFICA: SQUADRE MIN 2 DB di due gruppi corporei differenti MAX 3

GOLDEN CUP 1

N.B - modifica

Il valore di partenza di **TUTTI** gli esercizi è di punti 4.00 (**non più 4.50**)

Non è possibile eseguire difficoltà in esubero relativamente al numero massimo delle difficoltà consentito in ogni gara specifica. Ad eccezione delle DB utilizzate come criterio per le DA.

Gli esuberanti non saranno considerati validi e saranno eliminati secondo l'ordine cronologico (no penalità), ma in presenza di falli tecnici saranno penalizzati a livello esecutivo.

Verranno considerate le DB di più alto valore fino al raggiungimento del punteggio max consentito.

E' possibile inserire DB combinate, ma saranno considerate come DB isolate.

Le DA verranno conteggiate in ordine cronologico.

L'acrobatica nel corpo libero esordienti/allieve, ha un valore fisso di 0.30

La serie di passi ritmici ha valore 0.30