

GINÁSTICA DE TRAMPOLIM

PROGRAMA DE COMPETIÇÃO – 2009

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.

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

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

NÍVEIS	MOUNT	SPOTTER	DISMOUNT	VALOR
NÍVEL 1	Salto est	Grupado	Afastado	0,0
NÍVEL 2	Salto est	Grupado	Piruetta	0,4
NÍVEL 3	Salto est	Grupado	Front T	0,5
NÍVEL 4	Salto est	Grupado	Front P	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)
<i>Passada Obrigatória</i>	<i>Passada Obrigatória</i>	<i>Passada Obrigatória</i>
Níveis 1 a 8.	Níveis 1 a 8.	Níveis 2 a 9.
<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>
0,0 pontos	0,2 pontos	0,4 pontos

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 10.	Níveis 4 a 10.	Níveis 6 a 10
<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>
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 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.

	MOUNT	VALOR
NÍVEL 1	½ pirueta	0,2
NÍVEL 2	Pirueta	0,4
NÍVEL 3	Front T	0,5
NÍVEL 4	Front P	0,6
NÍVEL 5	Barani	0,7
NÍVEL 6	Front Full	0,9
NÍVEL 7	Rudy	1,2
NÍVEL 8	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 6.	Níveis 2 a 8.
<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>
0,0 pontos	0,2 pontos	0,4 pontos

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 8.	Níveis 3 a 8.	Níveis 5 a 8.
<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>	<i>Dificuldade Mínima 2ª passada</i>
0,5 pontos	0,6 pontos	0,7 pontos

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
NÍVEL 1	e e e r f com salto estendido	0.4
NÍVEL 2	Ou Rev e e r f com salto estendido e e r f f com salto estendido	0.6 0.6
NÍVEL 3	r f f f f com salto estendido	1.0
NÍVEL 4	r f f f - °. (mortal grupado para trás)	1.3
NÍVEL 5	r f f - °. .- ° (mortal grupado frente)	1.7
NÍVEL 6	.- ° r f f - °. (mortal grupado para trás)	1.7
NÍVEL 7	r ^ f f -- °. (Duplo Grupado)	2.9

e =	Estrela	r =	Rondada – Rodante
f =	Flic – flac	^ =	Tempo (flic sem mãos)
2. =	Full (mortal c/ pirueta)	Rev =	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.
- 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 2 a 5.
	Dificuldade Mínima	Dificuldade Mínima 2ª série
	0,4 pontos	0,6 pontos

INFANTO-JUVENIL (13 e 14)	JUVENIL (15 e 16)	ADULTA (17 e ACIMA)
Série Obrigatória	Série Obrigatória	Série Obrigatória
Níveis 3 a 5.	Níveis 3 a 7.	Níveis 4 a 7.
Dificuldade Mínima 2ª série	Dificuldade Mínima 2ª série	Dificuldade Mínima 2ª série
1,0 pontos	1,0 pontos	1,3 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"	0,5
Front "P" ou "S"	0,6
Full	0,7
Barani	0,6
Double Full	1,4
Double Back "T" / "P" / "S"	2,0 / 2,4 / 2,8