



REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA

TORNEIO NACIONAL

GENERALIDADES

PARTICIPANTES:

É aberta a participação no TNGAM a qualquer entidade filiada ou não à Federação.

No estado em que não houver federação, as entidades estão isentas da exigência acima e deverão fazer as inscrições diretamente com a **CBG**.

Não poderão participar do TNGAM ginastas que participaram de Campeonatos Brasileiros nos dois anos anteriores ao ano vigente.

Exceção:

- Os ginastas da categoria Pré-Infantil ficam liberados de participar em qualquer nível.
- Os ginastas da categoria Infantil B ficam liberados de participar nos níveis: NII – Intermediário e NI – Avançado.

CATEGORIAS:

Pré-Infantil	09 e 10 anos, completos no ano da competição.
Infantil B	11 e 12 anos, completos no ano da competição.
Infantil A	13 e 14 anos, completos no ano da competição.
Juvenil	15 anos e acima, completos no ano da competição.

PROVAS:

- Solo (pista ou esteira de 14 a 16m).
- Salto (altura da mesa / cavalo – Pré - 1,00m / Infantil - 1,20m / Infantil A - 1,30m / Juvenil - 1,35m.);
- Paralelas simétricas (NII e I – 1,65m);
- Barra (NIII - 1,50m do colchão / NII e I – 2,30m do colchão).

NÍVEIS:

- Iniciante – NÍVEL III;
- Intermediário – NÍVEL II;
- Avançado – NÍVEL I.



COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES:

Número ilimitado de ginastas.

PROGRAMAÇÃO:

- CI – Participam todos os ginastas.

PREMIAÇÃO

Equipe:

- Será premiada a entidade que participar com o maior número de ginastas.
- Serão premiadas com Troféus as entidades classificadas do 1º ao 3º lugar, de acordo com a regra para obtenção de pontos – Equipe.

Individual Geral:

- Serão premiados com medalhas os ginastas classificados do 1º ao 6º lugar em cada nível por categoria.

OBS.: Na categoria em que houver menos do que dez participantes, haverá premiação Individual Geral até o 3º colocado.

Certificados:

- Para todas as Delegações.

* Todos os ginastas não premiados receberão medalha de participação.

Regra para obtenção de pontos - EQUIPE:

As entidades receberão pontos de acordo com a classificação individual geral de seus ginastas em cada Nível, independente da categoria, conforme a tabela abaixo.

<i>Classificação</i>	<i>Pontos</i>
1º	15
2º	12
3º	09
4º	07
5º	06
6º	05
7º	04
8º	03
9º	02
10º	01



- * Serão computados somente os 10 melhores resultados de cada entidade.
- * Em caso de empate será considerado campeão o clube que tiver o maior número de primeiros lugares, persistindo o empate serão considerados os segundos lugares e assim sucessivamente.

QUALIFICAÇÃO OPCIONAL DE NÍVEL:

O ginasta está qualificado a mudar de nível quando alcançar a seguinte pontuação:

Nível III – Iniciante: **45.00 pontos**

Nível II – Intermediário: **60.00 pontos**

- * É direito do treinador optar pela passagem de nível, independente da pontuação.

ARBITRAGEM

- A banca de arbitragem poderá ter árbitros estaduais.
- A banca de arbitragem poderá ser reduzida.
- A convocação da arbitragem é de responsabilidade da CBG.



REGULAMENTO TÉCNICO GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA

TORNEIO NACIONAL

EXIGÊNCIAS

a) NÍVEL III - Iniciante

1) Solo

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1	2,00	Pequena corrida (direção A-B), rodante 1 flic seguido de salto levemente selado, aterrissagem.
2	0,50	Oitava à parada de mãos com braços estendidos.
3	1,00	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) 2".
4	2,00	Apoio das mãos no solo a frente do quadril, esquadro afastado 2", elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.
5	2,00	Parada de mãos a força subindo com afastamento das pernas e unir na parada de mãos (2 seg.), rolamento à frente à posição fundamental.
6	0,50	Passo a frente, avião 2", voltar a posição fundamental
7	2,00	Pequena corrida (direção B-A), mortal de frente grupado à posição fundamental.

2) Salto

- Reversão para frente – 10,00 pontos.

- * Os ginastas terão direito a dois saltos, a nota final será a do melhor salto.

3) Barra

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1	1,00	Tomada de impulso
2	2,50	Quipe ao apoio seguido de



3	2,00	Lançamento do corpo para trás até que o quadril atinja a altura dos ombros (desconto de angulação conforme o CP)
4	2,50	Giro livre até o quadril atingir a altura dos ombros
5	2,00	Saída em sub-lançamento (corpo estendido e o quadril deve atingir a altura da barra) à posição fundamental.

b) NÍVEL II - Intermediário

1) Solo VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1.	2,00	Pequena corrida (direção A-B), sobre-passo rodante 2 flic-flac, salto estendido.
2.	0,50	Rolamento para trás com os braços estendidos a parada de mãos passageira descendo a posição de "X".
3.	1,50	Parada de mãos na força com as pernas afastadas (marcar 2 seg.). rolamento para frente com as pernas unidas e estendidas à posição em pé.
4.	1,00	(direção B-A) corrida, reversão com as pernas afastadas ao passo.
5.	1,50	Roda ¼ de volta, parada de mãos ao impulso rolamento para frente com as pernas unidas e estendidas, queda de peito passando uma perna ao espacato de frente.
6.	0,50	Passar as pernas para trás, ficando na posição decúbito ventral, flexionar as pernas e elevar-se a posição em pé.
7.	1,00	Passo, avião facial 2 seg. lançamento da perna a frente com ½ volta.
8.	2,00	Na direção A-B corrida, rodante flic mortal para trás grupado a posição fundamental.

2) Salto

O ginasta deverá executar dois saltos:

- 1º salto – Obrigatório
Reversão – 10,00 pontos.
- 2º salto – Livre
De acordo com o Código de Pontuação - FIG.

* **Nota final:** média dos dois saltos.



3) Paralelas simétricas

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1.	2,00	A partir de uma pequena corrida, impulso no trampolim, entrada entre os barrotes e kipe.
2.	1,50	Imediato embalo para trás até os pés ficarem acima dos barrotes voltando ao esquadro (2 seg.).
3.	2,00	parada de ombros (2 seg.) na força com as pernas unidas.
4.	2,00	Rolamento para frente e dominação traseira.
5.	1,50	Embalo para frente (quadril na altura dos ombros), embalo para trás até 45º, embalo para frente.
6.	1,00	Embalo para trás a parada de mãos passageira e saída lateral por trás a posição fundamental.

4) Barra fixa

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1.	1,00	Na suspensão em tomada dorsal, tomada de impulso balanço para trás a suspensão.
2.	1,00	Balanço a frente, troco com meia volta à frente (corpo na altura da barra) ao embalo em tomada mista (corpo na altura da barra).
3.	1,00	Embalo para frente à mudança de tomada da mão dorsal para a palmar.
4.	1,00	Embalo para trás e troca simultânea das mãos à tomada dorsal.
5.	1,00	Embalo para frente e quipe com as pernas afastadas ao apoio afastado na barra.
6.	1,00	Queda atrás com lançamento das pernas à frente em suspensão balanço para trás
7.	1,50	Quipe ao apoio
8.	1,50	Giro livre ao apoio
9.	1,00	Saída em sub-lançamento à frente com as pernas unidas.

c) **NÍVEL I - Avançado**1) Solo
VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1	1,00	Pequena corrida (direção A-B), rodante flic
2	1,00	mortal grupado
3	0,50	Oitava à parada de mãos com braços estendidos.
4	0,50	Descer lentamente ao espacato de frente marcar a posição 2".
5	1,00	Parada de mãos à força subindo com afastamento das pernas 2", rolamento à frente à posição fundamental.
6	1,00	(direção B-A) corrida, sobre passo reversão.
7	1,00	peixe seguido de salto afastado, passo à frente 1/4 de volta
8	1,00	Pequena corrida (direção A-B) seguido de mortal de frente grupado
9	1,00	Peixe com rolamento à posição fundamental
10	0,50	Equilíbrio em uma perna (2 seg.), passo a frente com mudança de direção.
11	1,50	Rodante flic mortal para trás grupado. (direção B-A)

2) Salto

O ginasta deverá executar dois saltos:

- 1º salto – Obrigatório
Reversão – 10,00 pontos.
- 2º salto – Livre
De acordo com o Código de Pontuação - FIG.

* **Nota final:** média dos dois saltos.

3) Paralelas simétricas

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1	1,00	Corrida de impulso ao quipe seguido impulso para trás, mínimo 45°.
2	1,00	Passagem pela parada de ombros ao rolamento.
3	1,00	Dominação traseira ao
4	1,00	Esquadro (2 seg.).



5	2,00	Parada de mãos à força com as pernas afastadas (2 seg.).
6	1,00	Balanço à frente (quadril deve atingir a altura dos ombros), balanço atrás à parada de mãos (2 seg.).
7	1,00	Câmbio A
8	1,00	Balanço à frente, balanço atrás à parada de mãos passageira.
9	1,00	Saída em mortal para trás grupado

4) Barra fixa

VALOR DO JURI A

Ord.	Valor	Elementos
1	1,00	Tomada de impulso seguido de quipe ao apoio
2	2,00	Lançamento no mínimo a 45°
3	2,00	Giro livre à parada de mãos
4	1,50	1 giro gigante para trás
5	1,50	1 giro gigante para trás
6	2,00	Saída em mortal estendido para trás.

Exceção:

- Omissão de elemento – desconto de acordo com o valor do elemento.
- Despontuação de acordo com o Código de Pontuação – FIG.
- Quando o ginasta retirar (não tentou fazer) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50p.
- Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será penalizado em 0,50p.
- Quando a arbitragem não considerar:
 - Um elemento da parte - ele perderá a metade do valor da mesma;
 - Dois ou mais elementos - ele perderá o valor completo da parte.

* Não haverá dedução de 0,50p.