

**CAMPEONATO ESTADUAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA
REGULAMENTO TÉCNICO NÍVEL INICIANTE 2018**

CATEGORIA MIRIM – 6 A 8 ANOS

NÍVEL INICIANTE	
OBRIGATÓRIO	
Aparelhos	SOLO e SALTO
Séries	- Solo: séries 09, 10, 11, 12 ou 13 - Salto (vide tabela)
Categorias	Mirim
Informações	A participação em relação aos níveis técnicos nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.
PREMIAÇÃO	
Individual geral	CI Medalhas 1º ao 6º colocado
PROGRAMAÇÃO	
CI	Programa obrigatório Todos participam
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS	
Aparelhos	Medidas
Solo	Tablado oficial ou pista de 15 metros
Salto	1,10m do chão. Permitido usar dois trampolins ou mini-trampolim

SALTO OBRIGATÓRIO

CATEGORIA	SALTO	OBSERVAÇÕES	ALTURA MESA	NP e NF
SÉRIE - 10	Flanco direto ou Afastado direto	<ul style="list-style-type: none"> • 2 saltos por ginasta. • Saltos diferentes ou iguais. • vale o melhor salto Poderá ser usado 02 trampolins. Poderá ser usado mini trampolim.	1,10	NP: 10,00
SÉRIE - 11	Rodante		1,10	NP: 11,00
SÉRIE - 12	Reversão (12)		1,10	NP: 12,00

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

SOLO
SÉRIE 09 - Nota de partida – 9,00 pontos.
Valor de Dificuldade – 4,00 pontos.
Valor de Apresentação – 5,00 pontos.

Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, salto extensão + salto grupado	0,25 + 0,25
2.	Lançamento de pernas à frente, Roda finalizando lateral.	0,50
3.	¼ de giro continuando na direção do deslocamento, impulso a parada de mãos e retornar à posição fundamental.	0,50
4.	Rolamento para frente com as pernas unidas terminando em pé	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 seg.)	0,50
6.	Vela (2 seg.) seguido de	0,25
7.	Salto em extensão com meia volta	0,25
8.	Roda unindo os pés terminando de frente ou rodante.	1,00

SOLO
SÉRIE 10 - Nota de partida – 10,00 pontos.
Valor de Dificuldade – 5,00 pontos.
Valor de Apresentação – 5,00 pontos.

Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, elevação dos braços acima da cabeça, chute com uma das pernas, avião (2 seg.) e retornar à posição fundamental	0,50
2.	Lançamento de pernas à frente e Roda finalizando na posição lateral	0,50
3.	¼ de giro continuando na direção do deslocamento, Rodante + salto extensão	1,00
4.	Rolamento para trás com as pernas estendidas e afastadas	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 seg.)	0,50
6.	Vela (2 seg.) retornando na posição fundamental.	0,50
7.	Parada de mãos passageira unindo os pés e retorno na posição fundamental.	0,50
8.	Corrida rolo voado para frente (peixe) posição fundamental.	1,00

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

NÍVEL	SOLO	DESCRIÇÃO DA PROVA
SÉRIE 11 —	Nota de partida – 11,00 pontos Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	NÍVEL 1. CATEGORIA PRÉ-INFANTIL.
SÉRIE 12 —	Nota de partida – 12,00 pontos Valor de Dificuldade – 6,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	NÍVEL 2. CATEGORIA PRÉ-INFANTIL.
SÉRIE 13 —	Nota de partida – 13,00 pontos Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	NÍVEL 3. CATEGORIA PRÉ-INFANTIL.