



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

**FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO**
CNPJ:42.135.483/0001-81

REGULAMENTO CAMPEONATO ESTADUAL-2018

DISPOSIÇÕES GERAIS

PARTICIPANTES:

É aberta a participação no Campeonato Estadual de Ginástica De Trampolim a qualquer entidade filiada a Federação De Ginástica do Estado Do Rio De Janeiro

CATEGORIAS:

Mirim (6 a 8 anos).
Pré-infantil (9 a 10 anos).
Infantil (11 a 12 anos).
Infanto-Juvenil (13 a 14 anos).
Juvenil (15 a 16 anos).
Adulto (17 ou mais anos).

PROVAS

Trampolim Individual.
Trampolim Sincronizado.
Duplo Mini-Trampolim.
Tumbling.

ARBITRAGEM

A FGERJ não conta com equipamentos e número de árbitros suficiente para que possa seguir o código de pontuação FIG. Por esse motivos as bancas serão compostas:

Trampolim Individual
1 AC = T (manual- cronometro)
2 AE
1 AD
1A deslocamento



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Trampolim sincronizado

1 AC = não haverá T

2 AE para cada trampolim

1AD para cada trampolim

1A deslocamento para cada trampolim

1 A de sincronismo

Duplo mini trampolim

1AC= DIFICULDADE

2 AE

Tumbling

1AC= execução

2 AE

1 AD

COMPETIÇÃO TRAMPOLIM

MIRIM (6 A 8 ANOS)

- Uma série livre com 10 elementos

* Não haverá final

PRE INFANTIL (9 A 10 ANOS)

- Uma série obrigatória do programa da CBG(não será somada a dificuldade) + uma série livre com 10 elementos

* Não haverá final (as duas séries serão somadas)

INFANTIL (11 A 12 ANOS)

- Uma série livre com requerimentos obrigatórios e 1 série livre

Requerimentos para 1ª série livre (marcar com *)

- 10 elementos diferentes

- 1 elemento aterrissando de costas

- 1 elemento aterrissando de frontal

- 1 barani grupado 41o

* Final partindo de zero



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

INFANTO JUVENIL (13 A 14 ANOS)

– Uma série livre com requerimentos obrigatórios e 1 série livre

Requerimentos para 1ª série livre (marcar com *)

- 10 elementos diferentes

- 1 elemento aterrissando de costas

- 1 elemento aterrissando de frontal

- 1 41< ou 4-<

* Final partindo de zero

JUVENIL (15 A 16 ANOS)

– Uma série livre com requerimentos obrigatórios e 1 série livre

Requerimentos para 1ª série livre (marcar com *)

- 10 elementos diferentes

- 1 elemento aterrissando de costas **ou** frontal

- 1 elemento de mortal em combinação com o item anterior

- 1 41/ ou 4-/

* Final partindo de zero

ADULTO (A PARTIR DE 17 ANOS)

– Uma série livre com requerimentos obrigatórios e 1 série livre

Requerimentos para 1ª série livre (marcar com *)

- 10 elementos diferentes

- 5 elementos com pelo menos 270° de rotação de mortal

- 1 elemento aterrissando de costas **ou** frontal

- 1 elemento de mortal em combinação com o item anterior

* Final partindo de zero

COMPETIÇÃO TRAMPOLIM SINCRONIZADO

- SOMENTE UMA SÉRIE LIVRE PARA CADA DUPLA DE SINCRONIZADO



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

COMPETIÇÃO DUPLO MINI TRAMPOLIM

- DUAS PASSADAS LIVRES SEM REPETIÇÃO DE ELEMENTOS.
***Não haverá final em nenhuma categoria**

COMPETIÇÃO TUMBLING

MIRIM (6 A 8 ANOS)

- Uma série livre com 05 elementos
*** Não haverá final**

PRE INFANTIL (9 A 10 ANOS)

- Uma série livre com 05 elementos
*** Não haverá final**

INFANTIL (11 A 12 ANOS)

- Uma série com 08 elementos com no mínimo 2 flics
*** Não haverá final**

INFANTO JUVENIL (13 A 14 ANOS)

- Duas séries
A primeira com 08 elementos com no mínimo 2 flics e 1 tempo e terminando de mortal
A segunda livre
*** As duas séries serão somadas**

JUVENIL (15 A 16 ANOS)

- Duas séries
A primeira com 08 elementos com no mínimo 3 flics e 1 tempo e terminando de mortal
A segunda livre
*** As duas séries serão somadas**



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

ADULTO (A PARTIR DE 17 ANOS)

– Duas séries

A primeira com 08 elementos com no mínimo 4 flics e 1 tempo e terminando de mortal

A segunda livre

* **As duas séries serão somadas**

PREMIAÇÃO:

Medalhas do 1º ao 3º lugar por prova e sexo.