



## REGULAMENTO TÉCNICO CAMPEONATO BRASILEIRO INDIVIDUAL - 2021 GINÁSTICA RÍTMICA

**Este Regulamento é regido pelo Código de Pontuação (CoP) de Ginástica Rítmica da FIG e baseado nos Regulamentos Específicos da UPAG e da CONSUGI**

**ATENÇÃO! O CT-GR-CBG aconselha aos treinadores que consultem os regulamentos específicos da CONSUGI e da UPAG no caso de participarem de competições internacionais.**

### CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

Faixa etária - 09 e 10 anos, completos no ano da competição (anos 2011 a 2012)

- ❖ **O Campeonato Brasileiro Pré-Infantil será dividido em dois níveis**, somente nas provas individuais.
  - a) Nível A – Participam as ginastas de 10 anos (nascidas em 2011).
  - b) Nível B – Participam as ginastas de 09 anos (nascidas em 2012).

Obs.: Para o ranqueamento da categoria pré-infantil será considerada a pontuação das ginastas dos 2 níveis, o qual será o parâmetro para eventuais convocações e bolsa atleta, BEM COMO PARA DEFINIR AS FINALISTAS.

#### Programação:

1. **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas.
  - ❖ A Equipe será composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas.
  - ❖ Todas as ginastas devem participar, obrigatoriamente, nos 03 (três) exercícios na Classificatória.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Classificação da equipe, composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas;
    - b) Premiação por equipe;
    - c) Classificação e Premiação do Individual Geral por nível;
    - d) Qualificação para a Competição Final por Aparelho.
2. **Competição Final por Aparelho:**
  - ❖ A final por aparelho será realizada com os dois níveis juntos, considerando o ranqueamento de todas as ginastas inscritas nos níveis A e B.
  - ❖ No máximo 02 (duas) ginastas por entidade quando a final tiver a quantidade de 08 (oito) ginastas. No máximo 03 (três) ginastas por entidade nos demais casos.
  - ❖ No caso de haver mais de 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória, a Competição Final por Aparelho terá 12 (doze) ginastas classificadas por aparelho.
  - ❖ No caso de haver entre 31 (trinta e uma) e 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória, a Competição Final por Aparelho terá (10) dez ginastas classificadas por aparelho.
  - ❖ No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória, a Competição Final por Aparelho terá 08 (oito) ginastas classificadas por aparelho.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Premiação por aparelhos.

## Premiação:

- Por equipe: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das 03 (três) melhores notas em cada aparelho. A classificação por equipe será determinada na Competição Por Equipe.
- Individual geral: Troféus do 1º ao 3º lugar. Somatório das 03 (três) notas obtidas pela ginasta. A classificação individual geral será determinada na Competição Individual Geral.
- Individual por aparelho: Medalhas do 1º ao 3º lugar. A classificação por aparelho será determinada na Competição Final por Aparelho.
- Medalhas de participação para todas as ginastas não medalhistas.

## OBSERVAÇÃO:

\* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) com o mínimo de 03 (três) e o máximo de 04 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.









\* No caso da equipe B não estar completa, é possível que a entidade inscreva até 02 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 01 ou 02 exercícios, à escolha.





## Provas:








- ❖ Mãos livres
- ❖ Corda
- ❖ Bola

a) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30".



b) É permitido música com palavras apenas para 02 (duas) provas.

REQUERIMENTOS				
	BD 3 + 2			<b>Grand écart.</b> Preparação em <i>chassé</i> e saltar afastando as pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. O braço contrário da perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical.
				<b>Perna livre em posição lateral com ajuda.</b> Manter no mínimo 2 segundos (pode ser <i>relevé</i> ou pé plano).
			 (um à escolha)	<b>Pivot en attitude (360° ou mais).</b> Perna livre flexionada na horizontal. O joelho no mínimo 90°, tronco na vertical ligeiramente à frente. <b>OU Pivot en passé (360° ou mais).</b> Perna livre flexionada, joelho na altura horizontal e posicionado lateralmente <b>em andeur</b> , tronco na vertical.
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor.			
		<b>Onda corporal anteroposterior</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 01).		

	<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).
		<b>03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha.</b> Valor: 0,10 pts cada um.
		<b>01 (uma) combinação de 02 (dois) elementos pré-acrobáticos.</b> Valor: 0,20 pts.
		<b>01 (um) chainé.</b> Valor: 0,10 pts (máximo 01).

REQUERIMENTOS					
  	BD 3 + 2		1	03 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,40 pts.	
			1		
			1 (em ½ ponta)		
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.	
	Serão contabilizadas as 03(três) dificuldades corporais exigidas e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor. <b>OBS:</b> Dentre as BDs escolhidas 01 (uma) deverá estar prevista na tabela de BDs obrigatórias de mãos livres				
		<b>Onda corporal anteroposterior</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 01).			
	S	<b>Combinação de passos de dança</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).			
		Três elementos pré-acrobáticos à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um.			
	R1	01 Risco com 01 rotação ( <i>Chainé</i> ). (É possível acrescentar critérios de lançamento e/ou recuperação) ( <b>Máximo 01</b> )			
	R2	01 Risco com 02 rotações (CODIGO FIG) (Não obrigatório - Máximo 01)			
AD	<b>Dificuldade do Aparelho</b> (não há mínimo ou máximo).				

Além dos Grupos Fundamentais exigidos pelo CoP para cada aparelho na tabela de Execução Artística, deverão ser executados os elementos do aparelho descritos abaixo. Em caso de ausência destes, haverá uma penalidade de 0,30 pts para cada elemento ausente.

REQUERIMENTOS EXECUÇÃO ARTÍSTICA	
	- Salto ou saltito com dupla rotação da corda - Série (mín. 3) de saltitos com passagem por dentro da corda com mudança de direção (além da já exigida como GF)
	- Rolamento da bola no mínimo em 2 grandes segmentos do corpo (diferente do já exigido como GF) - Movimento em oito da bola com movimentos circulares do(s) braço(s) (diferente do já exigido como GF). Obs.: Caso o movimento em oito exigido pelo GF seja executado em uma direção (ex. para dentro) o outro deverá ser executado para fora.

## 1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

- Os elementos de BDs são dificuldades obrigatórias e dificuldades à livre escolha das tabelas do CoP.
- O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do CoP.
- O valor máximo das BDs é de 0,40 pontos. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pontos.

**Exceção:** Para as dificuldades de rotação, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.

- Cada BD conta uma só vez; se a BD se repete, a dificuldade não é válida (não se penaliza).

- 1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 03 (três) dificuldades à livre escolha em mãos livres, as 03 (três) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 03 (três) dificuldades obrigatórias.
- 1.6. Se uma ginasta apresenta mais de 02 (duas) dificuldades à livre escolha no exercício com aparelho, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 03 (três) dificuldades exigidas.
- 1.7. A mão não-dominante deve ser usada para realizar o Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho durante pelo menos 01 BD (Bola).
- 1.8. A dificuldade de equilíbrio obrigatória somente será validada se for mantida por pelo menos dois segundos (ML).
- 1.9 O CT GR CBG sugere a escolha da dificuldade de Foutée Italiano (0,30) para os exercícios desta categoria
- 2.0 O CT GR CBG sugere a utilização das ADS durante as BDs que compõem o D1/D2 dos exercícios nesta categoria, com intuito de estimular novas sincronizações técnicas entre corpo e aparelho.

## 2. ONDAS CORPORAIS

- 2.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 20 (**primeiro símbolo**). Onda terminando em *relevé* (caso contrário, penalidade 0,10 pts - execução técnica).
- 2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:
- a) Ausência de extensão corporal;
  - b) Ausência de coordenação dos braços;
  - c) Onda corporal pouco profunda.
- 2.3. A onda corporal deve estar coordenada com pelo menos um Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho.

## 3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

- 3.1. Somente se contabilizarão, como máximo, 03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados.
- 3.2. A combinação de elementos pré-acrobáticos somente é válida se é realizada sem interrupção na conexão dos elementos e se apresenta dinamismo em sua execução. Os elementos podem ser iguais ou diferentes (ML).
- 3.3 Caso a série de 02 (dois) elementos pré-acrobáticos (ML) seja executada com troca do eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível e em conformidade com o item 3.2, será aplicada bonificação +0,10 pontos (apenas uma vez).
- 3.4 A execução de uma série de 03 (três) elementos pré-acrobáticos não é suficiente para validar a exigência obrigatória da categoria, que é de uma série de 2 (dois) elementos pré-acrobáticos (ML).
- 3.5. O mesmo elemento pré-acrobático pode ser usado uma vez isolado e mais uma vez na combinação/série (ML).
- 3.6. Cada elemento pré-acrobático deve estar coordenado com pelo menos um Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho.
- 3.7. Os elementos pré-acrobáticos utilizados para as AD's poderão ser contabilizados também para os que deverão ser realizados isolados (↻). Exemplo: AD de grande rolamento da bola em uma estrela. Valor: 0,30 AD + 0,10 pré-acrobático isolado.

## 4. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

- 4.1. Nesta categoria é obrigatória a execução de 01 (um) R1 e opcional a execução de 01 (um) R2.

SÍMBOLO	VALOR BASE	AÇÃO	DESCRIÇÃO DA BASE
R1	0.10	01 rotação "Chainé"	01 lançamento grande ou médio

4.2. A rotação do R1 (*Chainé*) deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. Se o R1 for executado com uma rotação diferente do *chainé*, o risco não será avaliado (não se penaliza).

4.3. O valor de base do R1 (0,10) ou do R2 (0,20) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho.

4.4. Pode ser utilizada uma segunda rotação no R1 como critério de recuperação na rotação, com a condição de que a recuperação seja com um elemento fora do campo visual. (Regra CoP FIG). Não é permitida usar uma rotação no lançamento do R1.

## 5. TABELAS DE PENALIDADES

### D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória (cada vez)
	Dificuldades à livre escolha	Menos de uma dificuldade de cada grupo corporal ( $\wedge$ , T, $\delta$ ) - penalidade para cada grupo corporal ausente
		BD com um valor de base superior a 0,40
		Menos do que 03 (três) Dificuldades Corporais Executadas
	Manejo com a mão não-dominante	Menos do que 01 (uma) Dificuldade Corporal com a mão não-dominante (Bola)
Se a BD é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a BD, a Dificuldade repetida não é válida (não há penalidade)		
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos que 01 onda obrigatória
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 01	Mais do que 01
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

### D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elementos Dinâmicos com Rotação	Mínimo de 01 R1	Ausência de no mínimo 01
	Máximo de 01 R2	Mais do que 01 R2
Elementos Acrobáticos	03 elementos isolados	Menos do que 03
	01 combinação de 02 elementos (ML)	Menos do que 01
<i>Chainé</i>	Mínimo de 01	Menos do que 01

### ❖ EXECUÇÃO

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.



## CATEGORIA INFANTIL

Faixa etária - 11 e 12 anos, completos no ano da competição (anos 2009 a 2010)

- ❖ **O Campeonato Brasileiro Infantil será dividido em dois níveis**, somente nas provas individuais.
  - a) Nível A – Participam as ginastas de 12 anos (nascidas em 2009).
  - b) Nível B – Participam as ginastas de 11 anos (nascidas em 2010).

Obs.: Para o ranqueamento da categoria infantil será considerada a pontuação das ginastas dos 2 níveis (11 e 12 anos juntas), o qual será o parâmetro para eventuais convocações e bolsa atleta. As finais serão separadas por nível, A e B.

### Programação:

#### 1. **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas.

- ❖ A Equipe será composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas.
- ❖ Todas as ginastas devem participar, obrigatoriamente, nos 04 (quatro) exercícios na Classificatória.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Classificação da equipe, composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas;
  - b) Premiação por equipe;
  - c) Classificação e Premiação do Individual Geral por nível;
  - d) Qualificação para a Competição Final por Aparelho por nível;

#### 2. **Competição Final por Aparelho.**

- ❖ A final por aparelho será realizada separadamente por nível;
- ❖ No máximo 02 (duas) ginastas por entidade quando a final tiver a quantidade de 08 (oito) ginastas. No máximo 03 (três) ginastas por entidade nos demais casos.
- ❖ No caso de haver mais de 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória em cada nível, a Competição Final por Aparelho terá 12 (doze) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver entre 31 (trinta e uma) e 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória em cada nível, a Competição Final por Aparelho terá (10) dez ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória por nível, a Competição Final por Aparelho terá 08 (oito) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Premiação por aparelhos por nível.

### Premiação:

- a) Por equipe: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das 03 (três) melhores notas em cada aparelho. A classificação por equipe será determinada na Competição Por Equipe.
- b) Individual geral: Troféus do 1º ao 3º lugar. Somatório das 04 (quatro) notas obtidas pela ginasta por nível. A classificação individual geral será determinada na Competição Individual Geral.
- c) Individual por aparelho: Medalhas do 1º ao 3º lugar. A classificação por aparelho será determinada na Competição Final por Aparelho por nível.
- d) Medalhas de participação para todas as ginastas não medalhistas.

## OBSERVAÇÃO:

\* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) com o mínimo de 03 (três) e o máximo de 04 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.






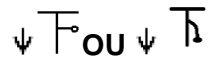

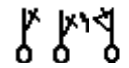


\* No caso da equipe B não estar completa, é possível que a entidade inscreva até 02 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 01 a 03 exercícios, à escolha.




## Provas:









- ❖ Mãos livres
- ❖ Arco
- ❖ Maças
- ❖ Fita

a) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30".




b) É permitido música com palavras em até 02 (duas) provas.

REQUERIMENTOS				
	BD 4 + 3			<b>Grand écart em círculo.</b> Preparação em <i>chassé</i> e saltar afastando as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. Tronco na vertical.
				<b>Equilíbrio em círculo <i>en relevé</i>.</b> Perna livre elevada atrás, próxima da cabeça, em posição <i>grand écart</i> com joelho flexionado, com ajuda. Manter no mínimo 2 segundos.
				<b>Perna livre acima em posição de <i>grand écart</i>,</b> tronco na horizontal ou mais abaixo sem ajuda, em pé plano. Manter no mínimo 2 segundos.
			 (um à escolha)	<b>Perna livre com ajuda em posição de <i>grand écart</i></b> (360° ou mais). Perna livre estendida a 180° à frente <b>OU</b> ao lado. Tronco alinhado. <b>OU Perna livre com ajuda posição em círculo</b> (360° ou mais). Tronco e ombros alinhados.
				<b>Illusion (360°)</b> com tronco flexionado à frente.
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,50 pts.

Serão contabilizadas as 04 (quatro) dificuldades corporais obrigatórias e as 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor mais o Illusion.	
	<b>Onda Corporal Lateral</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 01).
<b>S</b>	<b>Combinação de passos de dança</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).
	<b>02 (dois) elementos pré-acrobáticos à livre escolha.</b> Valor 0,10 pts cada um (máximo 02).
	<b>01 (uma) combinação de 03 (três) elementos pré-acrobáticos.</b> Valor: 0,30 pts. (máximo 01)
	 <b>01 (uma) combinação de 02 (dois) chainés consecutivos.</b> Valor: 0,20 pts (máximo 01 combinação).

REQUERIMENTOS				
	BD 3 + 3		1	03 (três) dificuldades corporais, com o valor máximo de 0,50 pts.
			1	
			1 (em ½ ponta)	
		BD's livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0,50 pts.
		<b>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais exigidas e as 03 (três) dificuldades de livre escolha com o maior valor.</b> <b>OBS:</b> Dentre as BDs escolhidas 01 (uma) deverá estar prevista na tabela de BDs obrigatórias de mãos livres. Caso a escolha seja pela BD de <b>Perna livre acima em posição de <i>grand écart</i>, tronco na horizontal ou mais abaixo sem ajuda</b> , poderá ser em relevé		
		<b>Onda Corporal Lateral</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0,10 pts (máximo 01).		
	S	<b>Combinação de passos de dança</b> de acordo com o ritmo e tempo do caráter da música. Mínimo 8 segundos. Valor: 0,30 pts (mínimo 02).		
		Dois elementos pré-acrobáticos à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um.		
	R2	02 Riscos com 02 rotações (CODIGO FIG) (ver bases)		
	AD	<b>Dificuldade do Aparelho</b> (não há mínimo ou máximo).		

Além dos Grupos Fundamentais exigidos pelo CoP para cada aparelho na tabela de Execução Artística, deverão ser executados os elementos do aparelho descritos abaixo. Em caso de ausência destes, haverá uma penalidade de 0,30 pts para cada elemento ausente.

REQUERIMENTOS EXECUÇÃO ARTÍSTICA	
	- Rolamento do arco no mínimo em 2 grandes segmentos do corpo (diferente do já exigido como GF) - Rolamento no solo com troca de direção (retroversão/ <i>boomerang</i> )
	- Molinete (diferente do já exigido como GF) - Pequenos lançamentos das 2 maçãs desconectadas (diferente do já exigido como GF). Obs.: Caso o pequeno lançamento das 2 maçãs exigido pelo GF seja executado simultaneamente e na mesma direção, o outro deverá ser executado de forma alternada ou em diferentes direções
	- Escapada "Echappé" (diferente do já exigido como GF) - <i>Boomerang</i>

## 1. DIFICULDADES CORPORAIS (BD)

1.1. Os elementos de BDs são dificuldades obrigatórias e dificuldades à livre escolha das tabelas do CoP.

1.2. O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do CoP.

1.3. O valor máximo das BDs é de 0,50 pontos. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0,30 pontos.

**Exceção:** Para as dificuldades de rotação, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas.

1.4. Cada BD conta uma só vez; se a BD se repete, a dificuldade não é válida (não se penaliza).

1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 02 (duas) dificuldades à livre escolha em mãos livres, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 04 (quatro) dificuldades obrigatórias.



- 1.6. Se uma ginasta apresenta mais de 02 (duas) dificuldades à livre escolha no exercício com aparelho, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 04 (quatro) dificuldades exigidas.
- 1.7. A mão não-dominante deve ser usada para realizar o Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho durante pelo menos 02 BD's (Fita).
- 1.8. As dificuldades de equilíbrio obrigatórias somente serão validadas se forem mantidas por pelo menos dois segundos (ML).
- 1.9 O CT GR CBG sugere a escolha da dificuldade de Foutée Italiano (0,30 ou 0,50) para os exercícios desta categoria
- 2.0 O CT GR CBG sugere a utilização das ADS durante as BDs que compõem o D1/D2 dos exercícios nesta categoria, com intuito de estimular novas sincronizações técnicas entre corpo e aparelho.

## 2. ONDAS CORPORAIS

- 2.1. Ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 20 (terceiro símbolo).
- 2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:
- a) Ausência de extensão corporal;
  - b) Ausência de coordenação dos braços;
  - c) Onda corporal pouco profunda.
- 2.3. A onda corporal deve estar coordenada com pelo menos um Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho.

## 3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

- 3.1. Somente se contabilizarão como máximo 03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados.
- 3.2. A combinação de elementos pré-acrobáticos somente é válida se se realiza sem interrupção na conexão dos elementos e se apresenta dinamismo em sua execução. Os elementos podem ser iguais ou diferentes (ML).
- 3.3 Caso a série de 03 (três) elementos pré-acrobáticos (ML) seja executada com troca do eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível e em conformidade com o item 3.2, será aplicada bonificação +0,10 pontos (apenas uma vez).
- 3.4. O mesmo elemento pré-acrobático pode ser usado uma vez isolado e mais uma vez na combinação/série (ML).
- 3.5. Cada elemento pré-acrobático deve estar coordenado com pelo menos um elemento técnico fundamental ou não-fundamental do aparelho.
- 3.6. Os elementos pré-acrobáticos utilizados para as AD's poderão ser contabilizados também para os que deverão ser realizados isolados (6). Exemplo: AD de grande rolamento da bola em uma estrela. Valor: 0,30 AD + 0,10 pré-acrobático isolado.

## 4. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

- 4.1. Nesta categoria é obrigatória a execução de 02 (dois) R2, sendo um deles com pelo menos 01 (um) *chainé*. Ou seja:
- \* 01 (um) R2 com um *chainé* + outra rotação;
  - \* 01 (um) R2 com duas rotações à escolha, diferentes do risco anterior;
- 4.2. A ordem de execução dos riscos é livre.
- 4.3. O valor de base do R2 (0,20) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento ou recuperação do aparelho.
- 4.4. Se a ginasta não apresentar nenhum risco com *chainé*, o segundo risco não será avaliado e haverá uma penalidade de 0,30 pts.

## 5. TABELAS DE PENALIDADES

### D1-D2

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória (cada vez)
	Dificuldades à livre escolha	Menos de uma dificuldade de cada grupo corporal ( $\wedge$ , $\top$ , $\delta$ ); penalidade para cada grupo corporal ausente
		BD com um valor de base superior à 0,50
	Manejo com a mão não-dominante	Menos do que 03 (três) Dificuldades Corporais Executadas
Se a BD é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a BD, a Dificuldade repetida não é válida (não há penalidade).		
Onda Corporal	01 onda obrigatória	Menos que 01 onda obrigatória
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 01	Mais do que 01
Combinações de Passos de Dança	Mínimo de 02	Menos do que 02

### D3-D4

Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0,30
Elementos Dinâmicos com Rotação	Mínimo de 01 R2 ( <i>chainé</i> + outra rotação)	Menos do que 01
	Mínimo de 01 R2 (rotações livres)	Menos do que 01
Elementos Acrobáticos	02 elementos isolados	Menos do que 02
	01 combinação de 03 elementos (ML)	Menos do que 01
<i>Chainé</i>	Mínimo de 01 combinação de 02 elementos	Menos do que 01 combinação

### ❖ EXECUÇÃO

a) Faltas Artísticas e Técnicas

Pontuação = 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

## CATEGORIA JUVENIL

### REGULAMENTO SEGUE A NORMA DO CoP - FIG 2017/2020

Faixa etária - 13 a 15 anos, completos no ano da competição (anos 2006 a 2008)

- ❖ **O Campeonato Brasileiro Juvenil será dividido em dois níveis**, somente nas provas individuais.
  - a) **Nível I** – Ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro Juvenil Individual Nível I ou Nível II em 2019 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (1º ao 27º lugar em 2019); e ginastas nascidas em 2008 e 2007 que competiram no Brasileiro Infantil Individual em 2019 e obtiveram primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (1º ao 22º lugar em 2019);
  - b) **Nível II** - Ginastas que nunca participaram de Campeonato Brasileiro; ginastas que competiram no Campeonato Brasileiro Juvenil Individual Nível I ou Nível II em 2019 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (28º ao 76º lugar em 2019); e ginastas nascidas em 2008 e 2007 que competiram no Brasileiro Infantil Individual em 2019 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (23º ao 62º lugar em 2019).
  - c) Ginastas que não possuem ranking de individual geral em Campeonatos Brasileiros Individuais em 2019, mas já participaram de Campeonatos Brasileiros Individuais em anos anteriores devem observar a proporção de 50% do ranking individual geral da sua participação mais recente em Campeonato Brasileiro Individual para determinar o nível.

Obs.: Para o ranqueamento da categoria juvenil será considerada a pontuação das ginastas dos 2 níveis, o qual será o parâmetro para eventuais convocações, bolsa atleta e nivelamento para o ano seguinte.

#### Provas:

- ❖ Arco
- ❖ Bola
- ❖ Maças
- ❖ Fita

- a) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30".
- b) É permitido música com palavras em até 02 (duas) provas.

#### Programação:

1. **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas.
  - ❖ A Equipe será composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas (sendo no mínimo 01 (um) e no máximo 04 (quatro) exercícios por ginasta), totalizando 12 (doze) exercícios, sendo 03 de cada aparelho. Cada ginasta pode executar no máximo 01 (um) exercício por aparelho.
  - ❖ Para participar da Competição Individual Geral, a ginasta deve participar, obrigatoriamente, nos 04 (quatro) exercícios.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Classificação da equipe, composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas. A classificação será dada pelo somatório das 10 (dez) melhores notas registradas pela equipe;

- b) Premiação por equipe;
- c) Classificação e Premiação do Individual Geral (**por nível**);
- d) Premiação especial por idade:  
13 anos – classificação do 1º ao 3º lugar
- e) Qualificação para a Competição Final por Aparelho.

## 2. Competição Final por Aparelho (**por nível**).

- ❖ No máximo 02 (duas) ginastas por Entidade.
- ❖ No caso de haver mais de 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória (**por nível**), a Competição Final por Aparelho terá 12 (doze) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver entre 31 (trinta e uma) e 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória (**por nível**), a Competição Final por Aparelho terá (10) dez ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória (**por nível**), A Competição Final por Aparelho terá 08 (oito) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Premiação por aparelhos.

### Premiação:

- a) Por equipe: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das 10 (dez) melhores notas registradas pela equipe. A classificação por equipe será determinada na Competição Por Equipe.
- b) Individual geral: Troféus do 1º ao 3º lugar. Somatório das 04 (quatro) notas obtidas pela ginasta. A classificação individual geral será determinada na Competição Individual Geral.
- c) Individual por aparelho: Medalhas do 1º ao 3º lugar. A classificação por aparelho será determinada na Competição Final por Aparelho.

### OBSERVAÇÃO:

\* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) com o mínimo de 03 (três) e o máximo de 04 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.

\* No caso da equipe B não estar completa, é possível que a entidade inscreva até 02 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 01 a 03 exercícios, à escolha.

## CATEGORIA ADULTA

### REGULAMENTO SEGUE A NORMA DO CoP - FIG 2017/2020

Faixa etária – A partir de 16 anos, completos no ano da competição (ano 2005 e anteriores).

Exceção: É permitida 01 (uma) ginasta de 15 anos (ano 2006), por Entidade, que poderá disputar 03 (três) aparelhos à escolha para completar a Equipe na competição classificatória (sem ir para a final).

- ❖ **O Campeonato Brasileiro Adulto será dividido em dois níveis**, somente nas provas individuais.
  - a) **Nível I** – Ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro Adulto Individual Nível I ou Nível II em 2019 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 50% (1º ao 22º lugar em 2019); e ginastas nascidas em 2005 e 2004 que competiram no Brasileiro Juvenil Individual em 2019 e obtiveram primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (1º ao 27º lugar em 2019);
  - b) **Nível II** - Ginastas que nunca participaram de Campeonato Brasileiro; ginastas que competiram no Campeonato Brasileiro Adulto Individual Nível I ou Nível II em 2019 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (23º ao 44º lugar em 2019); e ginastas nascidas em 2005 e 2004 que competiram no Brasileiro Juvenil Individual em 2019 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (28º ao 76º lugar em 2019).
  - c) Ginastas que não possuem ranking de individual geral em Campeonatos Brasileiros Individuais em 2019, mas já participaram de Campeonatos Brasileiros Individuais em anos anteriores devem observar a proporção de 50% do ranking individual geral da sua participação mais recente em Campeonato Brasileiro Individual para determinar o nível.

Obs.: Para o ranqueamento da categoria adulto será considerada a pontuação das ginastas dos 2 níveis, o qual será o parâmetro para eventuais convocações, bolsa atleta e nivelamento para o ano seguinte.

#### Provas:

- ❖ Arco
- ❖ Bola
- ❖ Maças
- ❖ Fita

- a) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30".
- b) É permitido música com palavras em até duas provas.

#### Programação:

- 4- **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas inscritas nas Equipes. Exceção: ginastas de 15 anos (ano 2006) não disputam o Individual Geral.
- ❖ A Equipe será composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas (sendo no mínimo 01 (um) e no máximo 04 (quatro) exercícios por ginasta), totalizando 12 (doze) exercícios, sendo 03 de cada aparelho. Cada ginasta pode executar no máximo 01 (um) exercício por aparelho.



- ❖ Para participar da Competição Individual Geral, a ginasta deve participar, obrigatoriamente, nos 04 (quatro) exercícios.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Classificação da equipe, composta por 03 (três) ou 04 (quatro) ginastas. A classificação será dada pelo somatório das 10 (dez) melhores notas registradas pela equipe;
  - b) Premiação por equipe;
  - c) Classificação e Premiação do Individual Geral;
  - d) Premiação especial por idade:  
16anos – classificação do 1º ao 3º lugar
  - e) Qualificação para a Competição Final por Aparelho.

## 1. Competição Final por Aparelho (por nível).

- ❖ No máximo 02 (duas) ginastas por Entidade.
- ❖ No caso de haver mais de 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória (por nível), a Competição Final por Aparelho terá 12 (doze) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver entre 31 (trinta e uma) e 45 (quarenta e cinco) ginastas participantes na Classificatória (por nível), a Competição Final por Aparelho terá (10) dez ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória (por nível), a Competição Final por Aparelho terá 08 (oito) ginastas classificadas por aparelho.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Premiação por aparelhos.

### Premiação:

- a) Por equipe: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das 10 (dez) melhores notas registradas pela equipe. A classificação por equipe será determinada na Competição Por Equipe.
- b) Individual geral: Troféus do 1º ao 3º lugar. Somatório das 04 (quatro) notas obtidas pela ginasta. A classificação individual geral será determinada na Competição Individual Geral (por nível).
- c) Individual por aparelho: Medalhas do 1º ao 3º lugar. A classificação por aparelho será determinada na Competição Final por Aparelho.

### OBSERVAÇÃO:

\* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) com o mínimo de 03 (três) e o máximo de 04 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.

\* No caso da equipe B não estar completa, é possível que a entidade inscreva até 02 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 01 a 03 exercícios, à escolha.

## REGRAS DE DESEMPATE PARA TODAS AS CATEGORIAS (INDIVIDUAL):

- ❖ Em caso de empate em pontos em qualquer colocação na Competição por Equipe e Classificatória para a Final por Aparelho, a classificação será determinada pelos seguintes critérios:
  1. A ginasta com maior pontuação de Execução total, prevalecerá;
  2. A ginasta com a mais baixa falta técnica de Execução, prevalecerá;
  3. A ginasta com a maior nota de Dificuldade total, prevalecerá;Se ainda houver empate, permanecerão empatadas.
- ❖ Em caso de empate em pontos em qualquer colocação dentro da Competição Individual Geral, a classificação será determinada pelos seguintes critérios:
  1. A ginasta com maior pontuação de Execução total (todos os aparelhos), prevalecerá;
  2. A ginasta com as mais baixas faltas técnicas de Execução (todos os aparelhos), prevalecerá;
  3. A ginasta com a maior nota de Dificuldade total (todos os aparelhos), prevalecerá;Se ainda houver empate, permanecerão empatadas.
- ❖ Em caso de empate em pontos em qualquer colocação dentro da Competição Final por aparelho, não haverá desempate.

**Observação Geral:** Não poderão participar de Campeonatos Brasileiros Individual, em qualquer categoria, as ginastas que tiverem participado de Torneio Regional ou Nacional em 2021.

## CRONOGRAMA GERAL CAMPEONATOS BRASILEIROS

### INDIVIDUAL

CATEGORIA	TURNO	DIA 0	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
PRÉ-INFANTIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória Premiação	Finais
	TARDE		Treinamento				Premiação
	NOITE		Abertura				
INFANTIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Classificatória	Classificatória	Finais	
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória Premiação	Premiação	
	NOITE		Abertura				
JUVENIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento				Finais
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória	Premiação
	NOITE		Abertura	Classificatória	Classificatória	Classificatória Premiação	
ADULTO	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento			Finais	
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória	Premiação	
	NOITE		Abertura		Premiação		