# REGULAMENTOS TÉCNICOS

# GAF 2021

# CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS

# SÉRIES OBRIGATÓRIAS E LIVRES

Este documento tem como objetivo orientar técnicos, árbitros e ginastas sobre as deduções aplicadas as séries obrigatórias e livres dos Campeonatos Brasileiros Pré Infantil e Infantil, assim como todas as categorias do Torneio Nacional de GAF.

Todos devem ter conhecimento não só dos regulamentos nacionais, mas do Código de Pontuação vigente, regras técnicas da FIG e CBG.

**Comitê Técnico:**

**Coordenação: Adriana Alves**

**Componentes: Jaqueline Pires, Altair Prado, Caroline Molinari, Lucas Rodrigues, Monica dos Anjos.**



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA
PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

**ÍNDICE** **Página**

## SALTO SOBRE A MESA


- (1) Reversão pag. 03
- (2) Rodante pag. 04
- (3) Rodante Flic pag. 05


## PARALELAS ASSIMÉTRICAS E BARROTE


- (1) Balanço na suspensão sem rotação sobre eixo longitudinal pag. 06
- (2) Balanço na suspensão com rotação sobre eixo longitudinal pag. 06
- (3) Impulso para trás pag. 07
- (4) Elementos circulares próximo a barra pag. 07


## TRAVE DE EQUILIBRIO


- (1) Entrada de esquadro pag. 08
- (2) Avião pag. 08
- (3) Giro pag. 08
- (4) Parada de mãos pag. 08
- (5) Rodante (N1) pag. 08
- (5) Falhas gerais pag. 09


## SOLO


- (1) Falhas Gerais pag. 10




Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA
PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

# Salto sobre a mesa

## 1. Salto 1.00 Reversão/ Plano Alto

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 0,80 | 1,00 | OBS |
| • Primeiro voo | | | | | | |
| Ângulo no quadril | Até 30º | Até 45º | Até 90º | | | |
| Corpo arqueado ou selado | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| • Repulsão (apoio) | | | | | | |
| Apoio escalonado | X | X | | | | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | X | | | | |
| • Segundo voo | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | Parada de mãos ponte | |
| Não manter a posição estendida do corpo | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente | X Entre 101 cm e 150 cm | X Entre 51cm a 100cm | X Em cima da linha dos 50cm ou menos | | X Bater com as costas na mesa | |
| Desvio de direção | X | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | X (Pausa sobre a mesa) | | |
| **ATERRISSAGEM PLANO BAIXO** | Passo pequeno-cd | Passo largo >largura do ombro | Chegada de cócoras | | Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos | |
| **ATERRISSAGEM PLANO ALTO** OBS: O objetivo deste salto, é que a corveta seja feita com velocidade, altura e corpo levemente arqueado, podendo ocasionar um desequilibrio para frente. Desta forma, passos a frente ou rolo devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | Passo pequeno-cd para trás | Passo largo >largura do ombro para trás | Chegada de cócoras | | Queda sobre quadril, apoio de uma ou duas mãos atrás | 0.30p Roçar com os pés sobre a mesa |

**OBS: Saltos inválidos: Apoio da cabeça na mesa, rolo por cima da mesa, cair deitada sobre a mesa, caminhar sobre a mesa. OBS: Demais deduções OU Casos omissos de acordo com o CP.**



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

## 1. Salto 1.20 Rodante/ Plano Alto

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 0,80 | 1,00 | OBS |
| • Primeiro voo | | | | | | |
| Falta de giro no EL para o salto do G1 com ½ giro (180º) | Menos 45º | Maior que 45º e menor que 90º | | | | |
| Ângulo no quadril | Até 30º | Até 45º | Até 90º | | | |
| Corpo arqueado ou selado | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| • Repulsão (apoio) | | | | | | |
| Não passar pela vertical | X | X | | | | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | X | | | | |
| Duplo apoio | | | X | | | |
| • Segundo voo | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | | |
| Não manter a posição estendida do corpo | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente | X Entre 101 cm e 150 cm | X Entre 51cm a 100cm | X Em cima da linha dos 50cm ou menos | | | Observar a altura do ombro na finalização. |
| Ângulo de finalização do ombro | x | x | x | | | |
| Desvio de direção | x | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | | | |
| **ATERRISSAGEM PLANO BAIXO** | Passo pequeno-cd | Passo largo >largura do ombro | Chegada de cócoras | | Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos | |
| ATERRISSAGEM PLANO ALTO OBS: O objetivo deste salto é que a corveta seja feita com velocidade, altura e corpo levemente fechado, podendo ocasionar um desequilibrio para trás. Desta forma, passos atrás ou rolo, devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | Passo pequeno-cd para frente | Passo largo >largura do ombro para frente | Chegada de cócoras | | Queda sobre joelhos, apoio uma ou duas mãos a frente | 0.30p Roçar com os pés sobre a mesa |

**OBS: Saltos inválidos: Apoio da cabeça na mesa, rolo por cima da mesa, cair deitada sobre a mesa, caminhar sobre a mesa. OBS: Demais deduções OU Casos omissos de acordo com o CP.**

.



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

## 3.Salto 1.40 Rodante Flic/Plano Alto

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 0,10 | 0,30 | 0,50 | 0,80 | 1,00 | OBS |
| • Primeiro voo | | | | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >lagura do ombro | | | | |
| | | | | | | |
| • Repulsão (Apoio) | | | | | | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | X | | | | |
| Duplo apoio | | | X | | | |
| • Segundo voo | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | | |
| Não manter a posição estendida do corpo (levemente fechado em posição de corveta | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >lagura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente | X Entre 100 cm e 150 cm | X Entre 51cm a 100cm | X Em cima da linha dos 50cm ou menos | | | Observar a altura do ombro na finalização. |
| Ângulo de finalização do ombro | x | x | x | | | |
| Desvio de direção | X | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | | | |
| **ATERRISSAGEM PARA PLANO ALTO** OBS: O objetivo deste salto é que a corveta seja feita com velocidade, altura e corpo levemente fechado, podendo ocasionar desequilibrios para trás. Desta forma, passos atrás ou rolo, devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | Passo pequeno-cd para frente | Passo largo >lagura do ombro para frente | Chegada de cócoras | | | 0.30p Roçar com os pés sobre a mesa |

**OBS: Saltos inválidos: Apoio da cabeça na mesa, rolo por cima da mesa, cair deitada sobre a mesa, caminhar sobre a mesa. OBS: Demais deduções OU Casos omissos de acordo com o CP.**



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

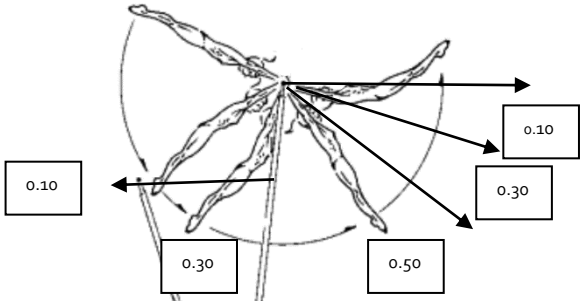
# Paralelas Assimétricas e Barrote

## 1. Balanços na suspensão sem rotação sobre eixo longitudinal

***Torneio Nacional Nível base, barrote N1, N2, N3, N4 e N5***

***OBS: usar como referência a linha tronco com a BS-horizontal***

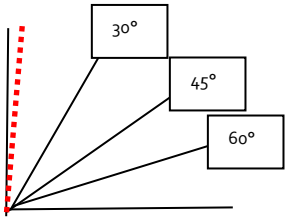
| Elemento solicitado | Falha | Dedução |
|---|---|---|
| Balanço a frente | Na linha da BS até 30° | **0.10p** |
| Balanço a frente | Entre 31° e 45° | **0.30p** |
| Balanço a frente | Abaixo de 45° | **0.50p** |
| Balanço atrás | Pés na linha da BI | **0.10p** |
| Balanço atrás | Pés abaixo da Linha da BI | **0.30p** |




## 2. Balanço na suspensão com rotação sobre eixo longitudinal

| Elemento solicitado | Falha | Dedução |
|---|---|---|
| Balanço para frente com ½ giro no EL mínimo a 45º | Abaixo de 45° até 60°<br>Abaixo de 61° até horizontal | 0,10p<br>0.30p |
| Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a 30º (3.201) | Abaixo de 30° até 45°<br>Abaixo de 45° até 60°<br>Abaixo de 61° até horizontal | 0.10p<br>0.30p<br>0.50p |
| Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a parada de mãos (3.201) | À 10°<br>Entre 11° até 30°<br>Entre 31° até 45°<br>Abaixo de 45° | Sem dedução<br>0.10p<br>0.30p<br>0.50p |

**OBS: ângulo de finalização #2 e #3**





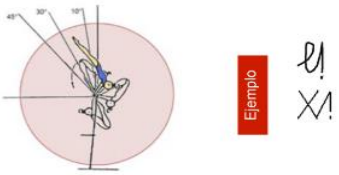

Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA
PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

## 3. Impulsos atrás

| Elemento solicitado | Falha | Dedução |
|---|---|---|
| Impulso atrás na horizontal | Abaixo da horizontal | 0.30p |
| Impulso atrás acima da horizontal | Na horizontal<br>Abaixo da horizontal | 0.10p<br>0.30p |
| Impulso atrás a 45° | Abaixo de 45° até 60°<br>Abaixo de 61° até horizontal<br>Abaixo da horizontal | 0,10p<br>0.30p<br>0.50p |
| Impulso atrás a 30° | Abaixo de 30° até 45°<br>Abaixo de 45° até 60°<br>Abaixo de 61° até horizontal | 0.10p<br>0.30p<br>0.50p |
| Impulso atrás a parada de mãos | À 10°<br>Entre 11° até 30°<br>Entre 31° até 45°<br>Abaixo de 45° | Sem dedução<br>0.10p<br>0.30p<br>0.50p |

**Elementos circulares**




## 4. Elementos circulares próximo a barra

**OBS: ângulo de finalização**

| Elemento solicitado | Falha | Dedução |
|---|---|---|
| Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 30° | Abaixo de 30°<br>À 45°<br>Abaixo de 45° | 0,10p<br>0.30p<br>0.50p |
| Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) à parada de mãos | À 10°<br>À 30°<br>À 45° ou abaixo | 0.10p<br>0.30p<br>0.50p |

OBS: Demais deduções conforme CP.

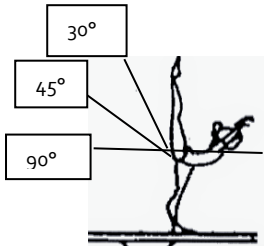


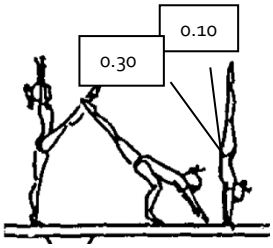
Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

# Trave de Equilíbrio

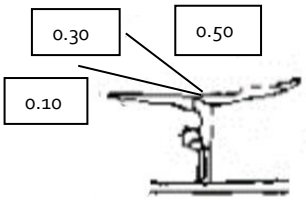
| Elemento solicitado | Falha | Dedução |
|---|---|---|
| **1.** Entrada de esquadro | Entrar uma perna depois a outra<br>Pés com altura abaixo de 90°<br>Pernas encostadas nos braços | 0.10p<br>0.10p<br>0.10p |
| **2.** Avião | Insuficiente afastamento<br>Até 10°<br>Entre 11°e 30°<br>De 31° a 45°<br>Abaixo de 45°<br>Não marcar 2”<br>Tronco abaixo de 90° | <br>Sem dedução<br>0.10p<br>0.30p<br>0.50p<br>0.10p<br>0.10p |
| **3.** Giro 360°<br>Giro 180° | ¼ faltante<br>Não sustentar a ½ ponta | 0.10p<br>0.10p |
| **4**. Parada de mãos com afastamento 180°<br><br>Não chegar a vertical | Insuficiente afastamento<br>0° a 20°<br>21° a 45°<br>>45°<br>30°<br>45°<br>Não marcar 2” | <br>0.10p<br>0.30p<br>0.50p<br>0.10P<br>0.30P<br>0.10p |
| **5**.Rodante (saída na ponta) | Falta de repulsão<br>Não passar pela vertical | 0.10/0.30p<br>0.10p |

## OBS: item 2




## item 4



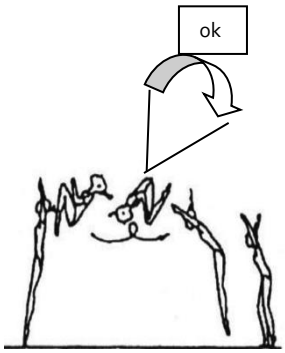



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

## 6. Falhas Gerais e Deduções específicas

| Elemento solicitado | Falha | Deduções |
|---|---|---|
| 1.Entradas: subida à força/ com ponte para frente | Subir a parada de mãos não marcar e cair<br>Subir a parada de mãos marcar 2" e cair<br>Subir a parada de mãos marcar 2" e cair sem realizar a ponte para frente (N8) | Sem VD, sem omissão<br>Somente queda<br>Sem VD, sem omissão |
| 2.Sequências acrobáticas/seq. dança | Falta de ritmo<br>Pausa (sem intenção)<br>Não apoiar um dos pés ao final da sequência:<br>*Neste caso acima citado, poderá ser repetida sequência acrobática. | 0.10p<br>Sem VD, 0.50p omissão<br>Sem VD, sem omissão<br>*Se repetir e acertar ok |
| 3.Falta de movimento próximo a trave | Não encostar com pelo menos duas partes diferentes do tronco.<br>Falta de criatividade | 0.30p<br>0.10p |
| 4.Movimentos laterais | Não realizar ao menos dois passos ligados com deslocamento lateral<br>Falta de criatividade | 0.30p<br>0.10p |
| 5.Mortal de costas grupado abrindo | Falta de definição das fases (grupar e depois abrir)<br>Abertura insuficiente ou tardia<br>Não abrir o corpo | 0.10p.<br>0.10p<br>0.30p |
| 6.Ponte para trás | Falta de manutenção da perna min. a 90° no início e no final do movimento (min. 1") | 0.10p cada |
| 7.Ponte para frente | Falta de manutenção da perna min. a 90° no final do movimento (min. 1") | 0.10p |

OBS: Demais descontos pelo CP.




**Item 5** – A abertura deve ocorrer a partir da posição invertida até ¾ de mortal.



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA
PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL

# SOLO

## 1. Falhas Gerais

| Elemento solicitado | Falha | Deduções |
|---|---|---|
| Giros | ¼ faltante | 0.10p |
| Sequências acrobáticas | Pausa<br>Incompletas*<br>*casos omissos resolvidos pelo Painel D em conjunto com a diretora de competição | Sem VD, 0.50p omissão<br>Sem VD, sem omissão |
| Salto de extensão ao final do flic flac | Não realizar o salto<br><br>Altura insuficiente | 0.30p<br><br>0.10p |
| Salto hop Foutté | Não caracterizar arabesque | 0.10p |
| Mortais para frente e para trás | Posição incorreta da cabeça | 0.10p |
| Mortal com 360° de pirueta | ¼ faltante | 0.30p |

OBS: Demais descontos pelo CP.

As deduções aqui especificadas, são aquelas diferentes do código de pontuação. Toda e qualquer outra falha será avaliada através das tabelas de falhas gerais, apresentação artística ou descontos específicos de cada aparelho, encontrados no CP.

Vale ressaltar, que a qualidade de execução deverá ser o ponto principal na estratégia do treinador para a seleção dos níveis a serem apresentados, visto que a diferença de VD entre cada um, é apenas um ponto.

Bom trabalho a todos



Av. Dr. Edézio Vieira de Melo, nº 419 - Bairro Suíssa
Aracaju - Sergipe - Brasil - CEP: 49015-350
Telefones: +55 (79) 3211-1206 / 3211-1207
www.cbginastica.com.br

CAIXA
PÁTRIA AMADA BRASIL GOVERNO FEDERAL