

**REGULAMENTO TÉCNICO CAMPEONATO BRASILEIRO DE CONJUNTOS
ILONA PEUKER - GINÁSTICA RÍTMICA - 2023**

ATENÇÃO: Este regulamento é **PROVISÓRIO** e poderá sofrer alterações até a Assembleia Geral da CBG do ano de **2023**

CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

Faixa etária - 9 e 10 anos, completos no ano da competição (anos **2013 a 2014**)

Observações gerais de participação:

- Cada entidade poderá inscrever até 1 (um) conjunto, 1 (uma) dupla e 1 (um) trio.
- Uma mesma ginasta só poderá ser inscrita no conjunto ou na dupla ou no trio.

OBSERVAÇÃO:

* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) nas competições de conjunto. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação Geral.






Provas:






- ❖ Mãos Livres (5 ginastas)
- ❖ Dupla (2 ginastas): 2 (dois) Arcos
- ❖ Trio (3 ginastas): 3 (três) **Bolas**







Tempo dos exercícios:

- Conjuntos: 2'15" a 2'30".
- Duplas: **até** 1'15"
- Trios: **até** 2'00"

CONJUNTO MÃO LIVRES - REQUERIMENTOS

5X 	BD 3+3			<i>Grand écart.</i> Preparação em <i>chassé</i> e saltar afastando as duas pernas simultaneamente em 180° com forma bem definida e fixada. O braço contrário à perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. Tronco na vertical.
				Perna livre no nível horizontal 90° - <i>Arabesque com pé plano.</i> Tronco alinhado. Manter no mínimo 2 (dois) segundos.

			 (um à escolha)	Pivot 360° ou mais. Perna livre estendida na horizontal 90°, os braços em terceira posição OU Pivot em passé (360° ou mais). Perna livre flexionada, joelho na altura horizontal posicionado em <i>en dedans</i> ou <i>en dehor</i> , tronco na vertical.	
		DBs livres		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0.40 pts.	
		Serão contabilizadas as 03 (três) DBs obrigatórias e as 3 (três) DBs de livre escolha.			
	W		1 (uma) onda corporal anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0.10 pts. (máximo 01).		
			1 (uma) onda corporal posteroanterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0.10 pts. (máximo 01).		
		W	1 (uma) onda total a livre escolha. Valor: 0.10 ou 0.20 pts. (máximo 01).		
	ACROBÁTICOS		3 (três) pré-acrobáticos isolados diferentes dos utilizados nas colaborações.		
	DC MÍN 6 / MÁX10	CL	Colaboração com elevação/apoio da ginasta (mínimo 1)		
		CC	Colaboração sem rotação (mínimo 3)		
		CR	Colaboração com rotação (mínimo 2)		

DUPLA E TRIO - REQUERIMENTOS					
Dupla 2X 	DB Mín. 3	DB + DE Máximo 6		1	3 (três) DBs, sendo uma de cada grupo corporal com o valor máximo de 0.40 pts.
				1	
				1	
	DE Mín. 2		2 (duas) DE, com valor máximo de 0.40 pts.		
1 DIF DB ou DE	1 (uma) dificuldade de livre escolha, valor máximo 0.40 pts.				
Trio 3X 	W		1 (uma) onda corporal anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0.10 pts. (máximo 01).		
		W	1 (uma) onda total à livre escolha.		

	R+	1 (um) Risco com <i>Chainé</i> , 1 ou 2 rotações. (É possível acrescentar critérios de lançamento e/ou recuperação) (obrigatório) <ul style="list-style-type: none"> Lançar corretamente com 2 braços estendidos à frente com o corpo parado e pernas em quinta posição, executar o(s) chainé(s) e recuperar a bola com uma mão e a corda nos 2 nós sem ajuda do corpo. 		
	ACROBÁTICO		2 (dois) pré-acrobáticos isolados diferentes dos utilizados nas colaborações	
	DC Min 06 /Máx 10 (conjunto) Min 05 /Máx 08 (duplas e trios)	CC	Colaborações sem lançamentos altos ou longos do aparelho (mínimo 2)	
		CL	Colaboração com elevação/apoio da ginasta (máximo 1) - somente trio	
			Colaboração com lançamentos ou recuperações múltiplas (mínimo 1) - isolada (regra especial para as duplas no item 4.8) somente para trios	
CR		Colaborações com rotação corporal (mínimo 2).		

- Os Grupos Fundamentais serão controlados pelos árbitros **DA** de acordo com o Código de Pontuação, sendo penalizado 0.30 para cada elemento ausente.

1. . DIFICULDADES CORPORAIS (DB)

- 1.1. Os elementos de DB são dificuldades obrigatórias para mãos livres. Todos os elementos de DB para exercícios individuais também são válidos para exercícios de conjunto. Os valores dos elementos obrigatórios respeitam os valores do CoP.
- 1.2. O valor máximo das DB é de 0.40 pontos. Se um conjunto/dupla/trio apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0.30 pts. Exceção: Para as dificuldades de rotação, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas. **Para pivots fouettes será avaliado o máximo de 3 retomadas.**
- 1.3. Mínimo de 1 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente, por todas as 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios;
- 1.4. O conjunto deve ter a presença das 2 (duas) ondas obrigatórias mais 1 (uma) onda Corporal Total (W) de livre escolha, as duplas e trios devem ter 1 (uma) onda obrigatória e 1 (uma) onda Corporal Total (W) de livre escolha

NOTAS:

1. Uma Onda Corporal Total (W) é uma sequência de contração e descontração de todos os músculos do corpo, ao longo dos segmentos corporais como uma corrente elétrica, da cabeça, através da pélvis, até os pés (ou vice-versa). A participação dos braços é determinada pelo manejo do aparelho e/ou coreografia.

2. Cada Onda Corporal Total (W) deve ser realizada de forma idêntica pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios. Se esse requisito não for cumprido, a Onda Corporal Total (W) não é válida.
3. A Onda Corporal Total poderá ser uma das existentes na Tabelas de Dificuldade 11(#28), e na Tabela de Dificuldade 13 (#4) no Código de Pontuação; um elemento fundamental ou não fundamental do aparelho é exigido para as ondas corporais totais que são DB presentes nas Tabelas de DB. Ou poderá ser Ondas Corporais Totais que são modificações de ondas DB. As Ondas Corporais Totais não exigem Elemento Fundamental ou Não Fundamental do aparelho; o aparelho deve estar em movimento (não estático). Esses tipos de ondas corporais completas (modificações de DB) podem ser repetidos.

Penalização: 0.30 pts. por cada onda ausente.

2. DIFICULDADE DE TROCA (DE)

- 2.1. Para validar uma troca de aparelhos todas as ginastas devem participar das seguintes ações:
 - a. Lançar o seu próprio aparelho a uma companheira;
 - b. Receber o aparelho de uma companheira.

NOTA: Apenas as trocas com lançamentos altos, longos ou grandes (sem "Boomerang") são válidas. Uma Troca que não é alta nem longa, não é válida.

- 2.2. O valor base das DE é de 0.20 pts.
- 2.3. O valor da DE pode ser aumentado por todos os critérios previstos no CoP até um valor máximo de 0.40 pts.
- 2.4. Os critérios adicionais devem ser iguais e só serão válidos se executados pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, por 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios.
- 2.5. Para esta categoria os lançamentos longos são determinados pela distância de no mínimo 6 (seis) metros entre as ginastas. A distância de 6 metros deve ser entre aquelas ginastas que estão trocando os aparelhos entre si, no momento do lançamento e/ou no momento da recuperação
- 2.6. Uma Dificuldade Corporal isolada (DB) de qualquer valor pode ser realizada tanto durante o lançamento, ou sob o voo, ou na recuperação do aparelho na DE. A DB e a DE são ambas avaliadas e serão registradas no número total de DB e DE:
- 2.7. Se mais de uma DB for realizada durante uma troca, apenas a primeira DB será avaliada como DB e contada para o número total de DB. A DE será válida.
- 2.8. O mesmo grupo de pré-acrobático/ rotações verticais, pode ser usado uma vez no R ou na DE.

3. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

- 3.1. A rotação do R+ (*Chainé/s*) deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. Se o R+ não for executado exatamente com a regra abaixo com uma rotação diferente do *chainé*, o risco não será avaliado (não se penaliza).
- 3-2: Lançar corretamente com 2 braços estendidos à frente com o corpo parado e pernas em quinta posição, executar o(s) *chainé(s)* e recuperar a bola/arco com uma mão.

- ~~3.3. O valor de base do R1 (0.10) poderá ser aumentado usando critérios adicionais descritos no CoP, que podem ser realizados durante o lançamento e/ou recuperação do aparelho.~~
- ~~3.4. O Elemento R1 não é obrigatório (máximo 1)~~
- 3.5. O mesmo grupo de pré-acrobático/ rotações verticais, pode ser usado uma vez no R ou na DE.

4. COLABORAÇÕES

- 4.1. Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.
- 4.2. Todas as ginastas devem participar da(s) ação(s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Toda as ginastas devem estar relacionadas diretamente ou passando por cima, por baixo ou através de uma ginasta sem contato ou por meio dos aparelhos.
- 4.3. Para que uma colaboração seja válida, as 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios devem participar de forma ativa da mesma. A colaboração deve transmitir a ideia de trabalho coletivo onde o êxito da ação esteja estritamente ligado ao trabalho de cada integrante do conjunto.
- 4.4. É possível executar DC em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou as rotações são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si (diretamente ou por meio dos aparelhos).
- 4.5. Os lançamentos das DC devem ser altos (mínimo duas vezes a altura da ginasta) ou longos (mínimo 6 metros, para essa categoria). Se os lançamentos não forem altos ou longos, a DC não é válida.
- 4.6. Uma nova Colaboração só pode começar quando a DC anterior estiver completa: quando a ginasta da ação principal receba seu aparelho.
- 4.7. Para as duplas as Colorações CC incluem relacionamentos realizados com um mínimo de 2 ações idênticas com relações com o corpo ou relações de aparelho, realizadas em sucessão: 1 ginasta realizando a mesma ação no mínimo 2 vezes (mínimo 2 ações) em sucessão.
- 4.8. $C \nearrow$ ou $c \Downarrow$ podem ser combinadas com CR por no máximo 1 vez em um exercício; Colorações combinadas adicionais não serão avaliadas. Para as duplas, um dos aparelhos poderá ser recuperado pela ginasta que executou o $C \nearrow$
- 4.9. Um máximo de 3 (três) elementos de CR, em ordem de execução, podem ser executados com as duas pontas da corda amarradas juntas (nó); elementos de CR adicionais com as pontas amarradas juntas (nó) não serão validados para o CR
- 4.10. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos podem ser utilizado uma vez em uma CR, isolado, em uma série ou repetido, em qualquer ordem, dentro de uma CR. Se um grupo de elementos pré-acrobáticos se repete (isolado ou em série) em outra CR (independentemente de que seja uma variação do mesmo grupo) esta CR não será válida. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos pode ser realizado no solo e com apoio da companheira/s. Estes são considerados elementos diferentes.

- 4.11. O mesmo acrobático pode ser usado uma vez na CC e outra vez na CR/ $C \nearrow$ $C \searrow$;
- 4.12. A definição dos tipos de colaboração segue a descrição das tabelas do CoP.

Valor			Tipos de Colaboração
0.10	0.20	0.30	
CR			Colaboração com lançamentos altos/longos/grande do aparelho e rotação dinâmica do corpo durante o voo do aparelho
	CL		Colaboração com elevação/apoio das ginastas
		CC	Colaboração sem lançamentos altos ou longos do aparelho*
		$C \nearrow$	Colaboração com lançamentos múltiplos do aparelho
		$C \searrow$	Colaboração com recepções múltiplas do aparelho

*Para mãos livres:

CC

- Passagem por cima, por baixo ou através da(s) ginasta(s), **com 3 ações iguais em sucessão.**
- **Criar** uma construção inter-relacionada que forma uma imagem com todas as ginastas claramente fixadas por 1 (um) segundo.

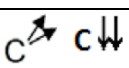
CR

- **Possível utilizar os critérios adicionais de série (+ 0.2), passagem por obstáculo (+ 0.1) e acréscimo no número de ginastas na ação principal (CR2 e CR3) seguindo a descrição do CoP FIG.**

TABELAS DE PENALIDADES

DB		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias ML	Ausência de uma Dificuldade Obrigatória (cada vez)
	3 (três) dificuldades corporais (mínimo)	Ausência de uma Dificuldade de cada Grupo Corporal não executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todas as ginastas
		Menos de 3 (três) DB realizadas
		DB com um valor de base superior a 0.40 pts.
Dificuldades de Trocas	2 (duas) trocas (mínimo)	Menos do que 2 (duas) (duplas e trios)
Riscos	1 (um) R1	Mais do que 1 (um)
Ondas corporais obrigatórias	1 (uma) onda corporal anteroposterior (ML)	Menos que 1 (uma)
	1 (uma) onda corporal posteroanterior (ML)	Menos que 1 (uma)

	1 (uma) onda total livre	Menos que 1 (uma)
--	--------------------------	-------------------

DA		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Colaborações	CC - Mínimo 2 (duas)	Menos do que 2 (duas)
	CL (ML) - Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)
	CL (Trio) - Máximo 1 (um)	Mais do que 1 (um)
	CR - Mínimo 2 (dois)	Menos do que 2 (dois)
	 - Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)
Elementos Fundamentais Específicos do aparelho	Mínimo 2 (dois) de cada	Cada 1 (um) ausente não realizados simultaneamente ou em rápida sucessão

❖ ARTÍSTICO

- Nota final de Artístico: 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.
- Para o conjunto de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 3 (três) Combinações de Passos de Dança. **Penalidade** de 0.50 pts. para cada combinação ausente.
- Para o conjunto de Mãos Livres, é obrigatório 2 (dois) tipos de cada trabalho coletivo. **Penalidade** de 0.30 pts. para cada tipo de trabalho coletivo ausente.

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

- ❖ **NOTA FINAL DE EXECUÇÃO:** 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

PROGRAMAÇÃO:

1. CONJUNTOS

- Competição Classificatória – participam todos os conjuntos.
- Competição Final – 08 (oito) melhores conjuntos classificados na Competição Classificatória.

2. DUPLAS E TRIOS

Haverá somente a Competição II – final por aparelho.

PREMIAÇÃO:

- Conjuntos: troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das notas obtidas na Classificatória e na Final.
- Duplas e trios: medalhas do 1º ao 3º lugar.
- Participação: Medalhas para todas as ginastas não premiadas.

CATEGORIA INFANTIL

Faixa etária - 11 e 12 anos, completos no ano da competição (anos **2011 a 2012**)
É permitida uma ginasta de 10 anos (**completos no ano da competição**) apenas para conjunto.

Observações gerais de participação:

- Cada entidade poderá inscrever até 1 (um) conjunto, 1 (uma) dupla e 1 (um) trio.
- Uma mesma ginasta só poderá ser inscrita no conjunto ou na dupla ou no trio.
- Caso inscreva 6 ginastas, todas deverão ser titulares de um exercício

OBSERVAÇÃO:









* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) nas competições de conjunto. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação Geral.



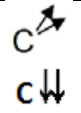
Prova:

- ❖ **Mãos Livres** (5 ginastas)
- ❖ 05 (cinco) **Maças**
- ❖ Dupla (2 ginastas): 2 (duas) **Bolas**
- ❖ Trio (3 ginastas): 3 (três) **Cordas**

Tempo dos exercícios:

- Conjuntos: 2'15" a 2'30".
- Duplas: **até** 1'15"
- Trios: **até** 2'00"

REQUERIMENTOS					
5X  5X 	DB Mín. 3	DB + DE Máximo 7		1	3 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo, com o valor máximo de 0.50 pts.
				1	
				1	
Dupla 2X 	DE Mín. 2 2 DIF DB ou DE		2 (duas) trocas. Valor máximo: 0.50 pts. 2 (duas) dificuldades à livre escolha, valor máximo 0.50 pts.		
Para Mãos Livres serão 3 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo, com o valor máximo de 0.50 pts + 4 (quatro) dificuldades corporais livres até 0,50 Máximo 7 DB					
Trio 3X 	W Mín. 2	 ou	1 (uma) onda corporal anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0.10 pts. OU 1 (uma) onda corporal posteroanterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor: 0.10 pts.		

			
		W	1 (uma) onda total à livre escolha 0.10 pts.
	ACROBÁTICO		1 (um) pré-acrobático isolado diferente dos utilizados nas colaborações 0.10 pts.
	R	Elemento Dinâmico de Rotação com duas rotações (máximo 1)	
	DC Mín 05/Máx 12 (conjunto) Mín 05/Máx 10 (Duplas e trios)	CC	Colaborações sem lançamentos altos ou longo do aparelho (mínimo 2)
		CL	Colaboração com elevação/apoio da ginasta (máximo 1) - somente trio e conjunto
			Colaboração com lançamentos ou recuperações múltiplas (mínimo 1) isolada - somente para trios e conjuntos (regra especial para as duplas no item 4.8)
		CR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 2).

- Os requerimentos para as duplas e trios são os mesmos que para os conjuntos.
- Os Grupos Fundamentais serão controlados pelos árbitros DA de acordo com o Código de Pontuação, sendo penalizado 0.30 para cada elemento ausente.

1. DIFICULDADES CORPORAIS

- 1.1. Um conjunto deve incluir apenas elementos que todas as ginastas possam realizar com segurança e com alto grau de eficiência estética e eficiência técnica.
- 1.2. Os elementos de DB são os elementos de salto, equilíbrio e rotação das tabelas de dificuldades do CoP.
- 1.3. O valor máximo das DBs é de 0.50 pts. Se um conjunto/dupla/trio apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalização de 0.30 pts. Exceção: Para as dificuldades de rotação, a rotação se avaliará de acordo com o número de rotações executadas. **Para pivots fouettes será avaliado o máximo de 4 retomadas.**
- 1.4. Mínimo de 1 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente, por todas as 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios;
- 1.5. O conjunto, dupla e trio devem ter a presença das 2 (duas) ondas, sendo 1 (uma) onda obrigatória mais 1 (uma) onda Corporal Total (W) à livre escolha.

NOTAS:

1. Uma Onda Corporal Total (W) é uma sequência de contração e descontração de todos os músculos do corpo, ao longo dos segmentos corporais como uma corrente elétrica, da cabeça, através da pélvis, até os pés (ou vice-versa). A participação dos braços é determinada pelo manejo do aparelho e/ou coreografia

2. Cada Onda Corporal Total (W) deve ser realizada de forma idêntica pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios. Se esse requisito não for cumprido, a Onda Corporal Total (W) não é válida.
3. A Onda Corporal Total poderá ser uma das existentes na Tabelas de Dificuldade 11 (#28), e na Tabela de Dificuldade 13 (#4) no Código de Pontuação; um elemento fundamental ou não fundamental do aparelho é exigido para as ondas corporais totais que são DB presentes nas Tabelas de DB. Ou poderá ser Ondas Corporais Totais que são modificações de ondas DB. As Ondas Corporais Totais não exigem Elemento Fundamental ou Não Fundamental do aparelho; o aparelho deve estar em movimento (não estático). Esses tipos de ondas corporais completas (modificações de DB) podem ser repetidos.

Penalização: 0.30 pts. por cada onda ausente.

2. DIFICULDADE DE TROCA (DE)

2.1. Para validar uma troca de aparelhos todas as ginastas devem participar das seguintes ações:

- a. Lançar o seu próprio aparelho a uma companheira;
- b. Receber o aparelho de uma companheira.

NOTA: Apenas as trocas com lançamentos altos, longos ou grandes (sem "Boomerang") são válidas. Uma Troca que não é alta nem longa, não é válida.

2.2. O valor base das DE é de 0.20 pts.

2.3. O valor da DE pode ser aumentado por todos os critérios previstos no CoP até um valor máximo de 0.50 pts.

2.4. Os critérios adicionais devem ser iguais e só serão válidos se executados pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, por 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios.

2.5. Para esta categoria os lançamentos longos são determinados pela distância de no mínimo 6 (seis) metros entre as ginastas. A distância de 6 metros deve ser entre aquelas ginastas que estão trocando os aparelhos entre si, no momento do lançamento e/ou no momento da recuperação

2.6. Uma Dificuldade Corporal isolada (DB) de qualquer valor pode ser realizada tanto durante o lançamento, ou sob o voo, ou na recuperação do aparelho na DE. A DB e a DE são ambas avaliadas e serão registradas no número total de DB e DE.

2.7. Se mais de uma DB for realizada durante uma troca, apenas a primeira DB será avaliada como DB e contada para o número total de DB. A DE será válida.

2.8. **O mesmo grupo de pré-acrobático/ rotações verticais, pode ser usado uma vez no R ou na DE.**

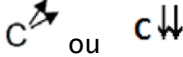

2.9. Um máximo de 2 elementos de DE, em ordem de execução, pode ser realizados com as duas pontas da corda amarradas juntas (nó); elementos de DE adicionais com as pontas amarradas juntas (nó) não serão válidos para DE.

3. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

3.1. Os requisitos básicos para o R seguem as regras do CoP.

- 3.2. O valor base do R pode ser aumentado utilizando os critérios adicionais descritos no CoP, com exceção do número de rotações. Os critérios podem ser realizados durante o lançamento do aparelho, durante as rotações corporais sob o voo do aparelho e/ou durante a recuperação do aparelho.
- 3.3. A recuperação da corda pode ser realizada das seguintes formas, contudo o R não é válido quando apenas 1 ponta da corda é recuperada.
- Uma ponta em cada mão sem apoio em qualquer parte do corpo
 - Recuperação mista
 - As duas pontas da corda amarradas juntas (nó)



4. COLABORAÇÕES

- 4.1. Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.
- 4.2. Todas as ginastas devem participar da(s) ação(s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Toda as ginastas devem estar relacionadas diretamente ou passando por cima, por baixo ou através de uma ginasta sem contato ou por meio dos aparelhos
- 4.3. Para que uma colaboração seja válida, as 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios devem participar de forma ativa da mesma. A colaboração deve transmitir a ideia de trabalho coletivo onde o êxito da ação esteja estritamente ligado ao trabalho de cada integrante do conjunto.
- 4.4. Os lançamentos das DC devem ser altos (mínimo duas vezes a altura da ginasta) ou longos (mínimo 6 metros, para essa categoria). Se os lançamentos não forem altos ou longos, a DC não é válida.
- 4.5. É possível executar DC em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou as rotações são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si (diretamente ou por meio dos aparelhos)
- 4.6. Uma nova Colaboração só pode começar quando a DC anterior estiver completa: quando a ginasta da ação principal receba seu aparelho.
- 4.7. Para as duplas as Colorações CC incluem relacionamentos realizados com um mínimo de 2 ações idênticas com relações com o corpo ou relações de aparelho, realizadas em sucessão: 1 ginasta realizando a mesma ação no mínimo 2 vezes (mínimo 2 ações) em sucessão.
- 4.8.  podem ser combinadas com CR por no máximo 1 vez em um exercício; Colorações combinadas adicionais não serão avaliadas. Para as duplas, um dos aparelhos poderá ser recuperado pela ginasta que executou o 
- 4.9. Um máximo de 3 elementos de CR, em ordem de execução, podem ser executados com as duas pontas da corda amarradas juntas (nó); elementos de CR adicionais com as pontas amarradas juntas (nó) não serão validados para o CR
- 4.10. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos podem ser utilizado uma vez em uma CR, isolado, em uma série ou repetido, em qualquer ordem, dentro de uma CR. Se um grupo de elementos

pré-acrobáticos se repete (isolado ou em uma série) em outra CR (independentemente de que seja uma variação diferente) esta CR não será válida. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos pode ser realizado no solo e com apoio da companheira/s. Estes são considerados elementos diferentes.

4.11. O mesmo **grupo de pré-acrobático** pode ser usado uma vez na CC e outra vez na CR.

4.12. A definição dos tipos de colaboração segue a descrição das tabelas do CoP.

Valor			Tipos de Colaboração
0.10	0.20	0.30	
CR			Colaboração com lançamentos altos/longos/grande do aparelho e rotação dinâmica do corpo durante o voo do aparelho
	CL		Colaboração com elevação/apoio das ginastas
		CC	Colaboração sem lançamentos altos ou longos do aparelho*
			Colaboração com lançamentos múltiplos do aparelho
			Colaboração com recepções múltiplas do aparelho

*Para Mãos Livres:

CC

- Passagem por cima, por baixo ou através da(s) **ginasta(s)**, com **3 ações iguais em sucessão**.
- Criar uma construção inter-relacionada que forma uma imagem com todas as ginastas claramente fixadas por 1 (um) segundo.

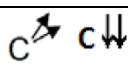
CR

- Possível utilizar os critérios adicionais de série (+ 0.2), passagem por obstáculo (+ 0.1) e acréscimo no número de ginastas na ação principal (CR2 e CR3) seguindo a descrição do CoP FIG.

TABELAS DE PENALIDADES

DB		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades Corporais	3 (três) dificuldades (mínimo)	Ausência de uma Dificuldade de cada Grupo Corporal não executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todas as ginastas
		Menos de 3 (três) DB realizadas
		DB com um valor de base superior a 0.50 pts.
Dificuldades de Trocas	2 (duas) trocas (mínimo)	Menos do que 2 (duas)
Riscos	1 (um) R (máximo)	Mais do que 1 (um)

Ondas corporais obrigatórias	1 (uma) onda corporal anteroposterior ou posteroanterior	Menos que 1 (uma)
	1 (uma) onda total à livre escolha	Menos que 1 (uma)

DA		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Colaborações	CC - Mínimo 2 (dois)	Menos do que 2 (dois)
	CL - Máximo 1 (um)	Mais que 1 (um)
	CR - Mínimo 2 (dois)	Menos do que 2 (dois)
	 - Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)
Elementos Fundamentais Específicos do aparelho	Mínimo 2 (dois) de cada	Cada 1 (um) ausente não realizados simultaneamente ou em rápida sucessão

❖ **ARTÍSTICO**

Nota final de Artístico: 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

- a. Para o conjunto de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 3 (três) Combinações de Passos de Dança. **Penalidade** de 0.50 pts. para cada combinação ausente.
- b. Para o conjunto de Mãos Livres, é obrigatório 2 (dois) tipos de cada trabalho coletivo. **Penalidade** de 0.30 pts. para cada tipo de trabalho coletivo ausente.

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

- ❖ **NOTA FINAL DE EXECUÇÃO:** 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

PROGRAMAÇÃO:

1. CONJUNTOS

1.1. Competição Geral e Classificatória – participam todos os conjuntos. É facultativa a participação nas 2 (duas) provas na Classificatória, ou seja, a entidade poderá participar com 1 (um) ou 2 (dois) conjuntos, sendo que somente a entidade que participar das 2 (duas) provas concorrerá na Competição Geral.

1.2. Competição Final – 8 (oito) melhores conjuntos classificados na Competição Classificatória, todos os duos e todos os trios.

2. DUPLAS E TRIOS

Haverá somente a Competição II – final por aparelho.

PREMIAÇÃO:

- a) Conjunto Geral: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das notas dos 02 (dois) conjuntos obtidas na Competição Geral.
- b) Medalhas do 1º ao 3º lugar por aparelho na Competição Final.
- c) Duplas e trios: medalhas do 1º ao 3º lugar.
- d) Participação: Medalhas para todas as ginastas não premiadas.

CATEGORIA INFANTO-JUVENIL

Faixa etária - 13 e 14 anos, completos no ano da competição (anos 2010/2009).
É permitida uma ginasta de 12 anos (**completos no ano da competição**) apenas para conjunto.

Observações gerais de participação:

- Cada entidade poderá inscrever até 1 (um) conjunto, 1 (uma) dupla e 1 (um) trio.
- Uma mesma ginasta só poderá ser inscrita no conjunto ou na dupla ou no trio
- Caso inscreva 6 ginastas, todas deverão ser titulares de um exercício

OBSERVAÇÃO:








* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) para competições de conjunto. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação Geral.



Provas:

- ❖ 5 (cinco) Cordas
- ❖ 5 (cinco) Bolas
- ❖ Dupla (2 ginastas): 2 (duas) Arcos
- ❖ Trio (3 ginastas): 3 (três) Cordas

Tempo dos exercícios

- Conjuntos: 2'15" a 2'30".
- Duplas: até 1'15"
- Trios: até 2'00"

REQUERIMENTOS						
5X		DB Mín. 3	DB + DE Máximo 8		1	3 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo
					1	
5X					1	
		DE Mín. 3	3 (três) trocas DE			
Dupla		2 DIF DB ou DE	2 (duas) dificuldades à livre escolha			
2X		W Mín. 2	W	2 (duas) ondas totais à livre escolha		
Trio		R	Elemento Dinâmico de Rotação com duas rotações (máximo 1)			
3X		DC Mín 06/Máx 15 (conjunto) Mín 06/Máx 13	CC	Colaborações sem lançamentos altos ou longo do aparelho (mínimo 2)		
			CL	Colaboração com elevação/apoio da ginasta (máximo 1) – somente trio e conjunto		

	(Duplas e trios)	 	Colaboração com lançamentos e recuperações múltiplas (mínimo 2) isolada, sendo 1 de cada tipo - somente para trios e conjuntos. (regra especial para as duplas no item 4.7)
		CR	Colaborações com rotação corporal (mínimo 2).

- Os requerimentos para as duplas e trios são os mesmos que para os conjuntos.
- Os Grupos Fundamentais serão controlados pelos árbitros DA de acordo com o Código de Pontuação, sendo penalizado 0.30 para cada elemento ausente.

1. DIFICULDADES CORPORAIS

- 1.1. Um conjunto deve incluir apenas elementos que todas as ginastas possam realizar com segurança e com alto grau de eficiência estética e eficiência técnica.
- 1.2. Os elementos de DB são os elementos de salto, equilíbrio e rotação das tabelas de dificuldades do CoP.
- 1.3. Mínimo de 1 (uma) dificuldade de cada grupo corporal deve estar presente e ser executada simultaneamente, por todas as 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios;
- 1.4. O conjunto, dupla e trio devem ter a presença das 2 (duas) Ondas Corporais Total (W) à livre escolha.

NOTAS:

1. Uma Onda Corporal Total (W) é uma sequência de contração e descontração de todos os músculos do corpo, ao longo dos segmentos corporais como uma corrente elétrica, da cabeça, através da pélvis, até os pés (ou vice-versa). A participação dos braços é determinada pelo manejo do aparelho e/ou coreografia
2. Cada Onda Corporal Total (W) deve ser realizada de forma idêntica pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios. Se esse requisito não for cumprido, a Onda Corporal Total (W) não é válida.
3. A Onda Corporal Total poderá ser uma das existentes na Tabelas de Dificuldade 11(#28), e na Tabela de Dificuldade 13 (#4) no Código de Pontuação; um elemento fundamental ou não fundamental do aparelho é exigido para as ondas corporais totais que são DB presentes nas Tabelas de DB. Ou poderá ser Ondas Corporais Totais que são modificações de ondas DB. As Ondas Corporais Totais não exigem Elemento Fundamental ou Não Fundamental do aparelho; o aparelho deve estar em movimento (não estático). Esses tipos de ondas corporais completas (modificações de DB) podem ser repetidos.

Penalização: 0.30 pts. por cada onda ausente.

2. DIFICULDADE DE TROCA (DE)

- 2.1. Para validar uma troca de aparelhos todas as ginastas devem participar das seguintes ações:
 - a. Lançar o seu próprio aparelho a uma companheira;
 - b. Receber o aparelho de uma companheira.

NOTA: Apenas as trocas com lançamentos altos, longos ou grandes (sem "Boomerang") são válidas. Uma Troca que não é alta nem longa, não é válida.

- 2.1. O valor base da DE é de 0.20 pts.
- 2.2. O valor da DE pode ser aumentado por todos os critérios previstos no CoP.
- 2.3. Os critérios adicionais devem ser iguais e só serão válidos se executados pelas 5 (cinco) ginastas no conjunto, por 2 (duas) ginastas na dupla e 3 (três) ginastas nos trios.
- 2.4. Para esta categoria os lançamentos longos são determinados pela distância de no mínimo 6 (seis) metros entre as ginastas. A distância de 6 metros deve ser entre aquelas ginastas que estão trocando os aparelhos entre si, no momento do lançamento e/ou no momento da recuperação
- 2.5. Uma Dificuldade Corporal isolada (DB) de qualquer valor pode ser realizada tanto durante o lançamento, ou sob o voo, ou na recuperação do aparelho na DE. A DB e a DE são ambas avaliadas e serão registradas no número total de DB e DE:
- 2.6. Se mais de uma DB for realizada durante uma troca, apenas a primeira DB será avaliada como DB e contada para o número total de DB. A DE será válida.
- 2.7. O mesmo grupo de pré-acrobático/ rotações verticais, pode ser usado uma vez no R ou na DE.
- 2.8. Um máximo de 2 elementos de DE, em ordem de execução, podem ser realizados com as duas pontas da corda amarradas juntas (nó); elementos de DE adicionais com as pontas amarradas juntas (nó) não serão válidos para DE.

3. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

- 3.1. Os requisitos básicos para o R seguem as regras do CoP.
- 3.2. O valor base do R pode ser aumentado utilizando os critérios adicionais descritos no CoP, com exceção do número de rotações. Os critérios podem ser realizados durante o lançamento do aparelho, durante as rotações corporais sob o voo do aparelho e/ou durante a recuperação do aparelho.
- 3.3. A recuperação da corda pode ser realizada das seguintes formas, contudo o R não é válido quando apenas 1 ponta da corda é recuperada.
 - Uma ponta em cada mão sem apoio em qualquer parte do corpo
 - Recuperação mista
 - As duas pontas da corda amarradas juntas (nó)

4. COLABORAÇÕES



- 4.1. Um exercício de conjunto é definido pelo trabalho cooperativo onde cada ginasta estabelece um relacionamento com uma ou mais companheiras.
- 4.2. Todas as ginastas devem participar da(s) ação(s) da colaboração, mesmo que assumam funções diferentes, caso contrário, a colaboração não é válida. Toda as ginastas devem estar relacionadas diretamente ou passando por cima, por baixo ou através de uma ginasta sem contato ou por meio dos aparelhos
- 4.3. Para que uma colaboração seja válida, as 05 (cinco) ginastas no conjunto, 02 (duas) ginastas na dupla e 03 (três) ginastas nos trios devem participar de forma ativa da mesma. A colaboração deve transmitir a ideia de trabalho coletivo onde o êxito da ação esteja estritamente ligado ao trabalho de cada integrante do conjunto.

- 4.4. É possível executar DCs em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou as rotações são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si (diretamente ou por meio dos aparelhos).
- 4.5. Uma nova Colaboração só pode começar quando a DC anterior estiver completa: quando a ginasta da ação principal receba seu aparelho.
- 4.6. Para as duplas as Colorações CC incluem relacionamentos realizados com um mínimo de 2 ações idênticas com relações com o corpo ou relações de aparelho, realizadas em sucessão: · 1 ginasta realizando a mesma ação no mínimo 2 vezes (mínimo 2 ações) em sucessão.
- 4.7. $C \nearrow$ ou $C \Downarrow$ podem ser combinadas com CR por no máximo 2 vezes em um exercício; Colorações combinadas adicionais não serão avaliadas. **Para as duplas, um dos aparelhos poderá ser recuperado pela ginasta que executou o $C \nearrow$**
- 4.8. Um máximo de 5 elementos de CR, em ordem de execução, podem ser executados com as duas pontas da corda amarradas juntas (nó); elementos de CR adicionais com as pontas amarradas juntas (nó) não serão validados para o CR
- 4.9. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos podem ser utilizado uma vez em uma CR, isolado, em uma série ou repetido, em qualquer ordem, dentro de uma CR. Se um grupo de elementos pré-acrobáticos se repete (isolado ou em uma série) em outra CR (independentemente de que seja uma variação diferente) esta CR não será válida. Cada grupo de elementos pré-acrobáticos pode ser realizado no solo e com apoio da companheira/s. Estes são considerados elementos diferentes.
- 4.10. O mesmo acrobático pode ser usado uma vez na CC e outra vez na CR;
- 4.11. A definição dos tipos de colaboração segue a descrição das tabelas do CoP.

Valor			Tipos de Colaboração
0.10	0.20	0.30	
CR			Colaboração com lançamentos altos/longos/grande do aparelho e rotação dinâmica do corpo durante o voo do aparelho
	CL		Colaboração com elevação/apoio das ginastas
		CC	Colaboração sem lançamentos altos ou longos do aparelho
		$C \nearrow$	Colaboração com lançamentos múltiplos do aparelho
		$C \Downarrow$	Colaboração com recepções múltiplas do aparelho

TABELAS DE PENALIDADES

DB		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades Corporais	3 (três) dificuldades (mínimo)	Ausência de uma Dificuldade de cada Grupo Corporal não executada simultaneamente, sucessivamente, ou em subgrupos, desde que em muito rápida sucessão, por todas as ginastas
		Menos de 3 (três) DB realizadas
Dificuldades de Trocas	3 (três) trocas (mínimo)	Menos do que 3 (três)
Riscos	1 (um) R (máximo)	Mais do que 1 (um)
Ondas corporais obrigatórias	2 (duas) Ondas totais livres	Cada 1 (uma) onda ausente

DA		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Colaborações	CC - Mínimo 2 (dois)	Menos do que 2 (dois)
	CL - Máximo 1 (um)	Mais que 1 (um)
	CR - Mínimo 2 (dois)	Menos do que 2 (dois)
	 - Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)
	 - Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)
Elementos Fundamentais Específicos do aparelho	Mínimo 2 (dois) de cada	Cada 1 (um) ausente não realizados simultaneamente ou em rápida sucessão

❖ ARTÍSTICO

Nota final de Artístico: 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

❖ NOTA FINAL DE EXECUÇÃO: 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.

PROGRAMAÇÃO:

3. CONJUNTOS

3.1. Competição Geral e Classificatória - participam todos os conjuntos. É obrigatória a participação nas 2 (duas) provas na Classificatória,

3.2. Competição Final – 8 (oito) melhores conjuntos classificados na Competição Classificatória, todos os duos e todos os trios.

4. DUPLAS E TRIOS

Haverá somente a Competição II – final por aparelho.

PREMIAÇÃO:

- e) Conjunto Geral: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das notas dos 02 (dois) conjuntos obtidas na Competição Geral.
- f) Medalhas do 1º ao 3º lugar por aparelho na Competição Final.
- g) Duplas e trios: medalhas do 1º ao 3º lugar.
- h) Participação: Medalhas para todas as ginastas não premiadas.

CATEGORIA JUVENIL

REGULAMENTO SEGUE A NORMA DO CoP - FIG 2022/2024

Faixa etária - 13 a 15 anos, completos no ano da competição (anos 2008 a 2010)

É permitida uma ginasta de 12 anos (completos no ano da competição)

Apenas uma ginasta poderá competir simultaneamente nas categorias infanto-juvenil e juvenil na mesma edição do campeonato.

Provas:

- ❖ 5 (cinco) Cordas
- ❖ 5 (cinco) Bolas
- ❖ Trio (3 ginastas): 3 (três) Cordas

Tempo dos exercícios

- Conjuntos: 2'15" a 2'30".
- Trios: até 2'00"

OBS: DC - No mínimo 6 (seis) e no máximo 13 (treze) para o trio

Programação:

- a) Competição Geral e Classificatória - participam todos os conjuntos. É obrigatória a participação nas 2 (duas) provas na Classificatória.
- b) Competição Final - 8 (oito) melhores conjuntos classificados na Competição Classificatória.

TRIOS

Haverá somente a Competição II - final por aparelho.

Premiação:

- a) Conjunto Geral: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das notas dos 2 (dois) conjuntos obtidas na Competição Geral.
- b) Medalhas do 1º ao 3º lugar por aparelho na Competição Final.

OBSERVAÇÃO:

* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) nas competições de conjunto. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação Geral.

CATEGORIA ADULTA

REGULAMENTO SEGUE A NORMA DO CoP - FIG 2022/2024

Faixa etária – A partir de 16 anos, completos no ano da competição (ano 2007 e anteriores).
É permitida uma ginasta de 15 anos (**completos no ano da competição**)

Provas:

- ❖ 5 (cinco) Arcos
- ❖ 3 (três) fitas e 2 (duas) bolas
- ❖ **Trio (3 ginastas): 3 (três) Arcos**

Tempo dos exercícios

- Conjuntos: 2'15" a 2'30".
- **Trios: até 2'00"**

OBS: DC - No mínimo 9 (nove) e no máximo 16 (dezesesseis) para o trio

Programação:

- a) Competição Geral e Classificatória – participam todos os conjuntos. É obrigatória a participação nas 2 (duas) provas na Classificatória.
- b) Competição Final – 8 (oito) melhores conjuntos classificados na Competição Classificatória.

TRIOS

Haverá somente a Competição II – final por aparelho.

Premiação:

- a) Conjunto Geral: Troféus e medalhas do 1º ao 3º lugar. Somatório das notas dos 2 (dois) conjuntos obtidas na Competição Geral.
- b) Medalhas do 1º ao 3º lugar por aparelho na Competição Final.

OBSERVAÇÃO:

*** É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) para competições de conjunto. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação Geral.**

REGRAS DE DESEMPATE PARA TODAS AS CATEGORIAS (CONJUNTOS):

Em caso de empate em pontos em qualquer colocação dentro da Competição Geral e Final, a classificação será determinada pelos seguintes critérios:

1. O conjunto com maior pontuação Execução total (dois exercícios), prevalecerá;
2. O conjunto com maior pontuação Artístico total (dois exercícios), prevalecerá;
3. O conjunto com a maior nota de Dificuldade total (dois exercícios), prevalecerá;
4. Se ainda houver empate, permanecerão empatadas.

OBSERVAÇÃO GERAL: Em caso de 6 (seis) ginastas inscritas, todas as 6 (seis) ginastas devem fazer parte de pelo menos 1 (um) exercício (em todas as categorias). Exceção: categoria Pré-Infantil.

OBS: Os casos não especificados nesse Regulamento seguirão as regras do CoP de Ginástica Rítmica da FIG. Os casos omissos serão resolvidos pelo Comitê Técnico da modalidade.

**CRONOGRAMA GERAL
CAMPEONATO BRASILEIRO ILONA PEUKER**

CATEGORIA	TURNO	DIA 0	DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4
PRÉ-INFANTIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Duplas Classificatória Conjunto Premiação Duplas	Trios Final conjunto Premiação Trios e conjunto	
	TARDE		Treinamento			
	NOITE		Abertura			
INFANTIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Duplas Premiação Duplas	Trios Premiação Trios	Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória Premiação	Finais Premiação
	NOITE		Abertura			
INFANTO-JUVENIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Duplas Premiação Duplas	Trios Premiação Trios	Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória Premiação	Finais Premiação
	NOITE		Abertura			
JUVENIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento			Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória Premiação	Finais Premiação
	NOITE		Abertura			
ADULTO*	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento			Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória Premiação	Finais Premiação
	NOITE		Abertura			

*Se a data coincidir com o Enem a competição do adulto terminará no sábado.