

## REGULAMENTO TÉCNICO CAMPEONATO BRASILEIRO INDIVIDUAL - 2023 GINÁSTICA RÍTMICA

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

*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 2013 a 2014)

- ❖ **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 2013).
  - b) Nível B – Participam as ginastas de 09 anos (nascidas em 2014).

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 3 (três) ou 4 (quatro) ginastas.
  - ❖ Todas as ginastas devem participar, obrigatoriamente, nos 3 (três) exercícios na Classificatória.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Classificação da equipe, composta por 3 (três) ou 4 (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 2 (duas) ginastas por entidade.
  - ❖ A Competição Final por Aparelho terá 10 (dez) ginastas classificadas por aparelho, considerando os dois níveis juntos.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Premiação por aparelhos.

#### 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 03 (três) 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.
- d) Medalhas de participação para todas as ginastas não medalhistas.

**OBSERVAÇÃO:**

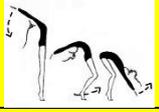
\* É permitida a participação da Entidade com duas Equipes (A e B) com o mínimo de 3 (três) e o máximo de 4 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.

\* No caso da equipe B não estar completa, é possível que a entidade inscreva até 2 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 1 ou 2 exercícios, à escolha.

**Provas:**

- ❖ Mãos livres
- ❖ Corda
- ❖ Bola

Tempo do exercício - 1'15" a 1'30".

REQUERIMENTOS				
	<b>DB</b> 3 + 2			<i>Grand écart.</i> 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 (dois) segundos (pode ser <i>relevé</i> ou pé plano).
			 (um à escolha)	<b>Pivot em attitude (360° ou mais).</b> Perna livre flexionada na horizontal. O joelho no mínimo 90°, tronco na vertical ligeiramente à frente. <b>OU Pivot em passé (360° ou mais).</b> Perna livre flexionada, joelho na altura horizontal e posicionado lateralmente <b>em andor</b> , tronco na vertical.
	<b>DB livres</b>		Dificuldades corporais (opcionais) à livre escolha, com o valor máximo de 0.40 pts.	
<b>Serão contabilizadas as 3 (três) DB obrigatórias e as 2 (duas) DB de livre escolha com o maior valor.</b>				
<b>W</b>		<b>1 (uma) Onda corporal anteroposterior</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. <del>Valor: 0.10 pts. (máximo 01).</del>		
		<b>1 (uma) Onda corporal posteroanterior</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. <del>Valor: 0.10 pts. (máximo 01).</del>		
	<b>W</b>	<b>1 (uma) Onda total à livre escolha.</b> <del>Valor: 0.10 ou 0.20 pts. (máximo 01).</del>		

	Rotação em espacato com ajuda sem interrupção, tronco flexionado à frente (máximo 01 rotação de 360°) Valor: 0.10 pts ( <del>máximo 01</del> );  <del>Θ</del>  <del>Rotação em espacato com ajuda sem interrupção, com flexão do tronco atrás (máximo 01 rotação de 360°) Valor: 0.20 pts (máximo 01).</del>
	Salto "Cabriole" à frente. Valor: 0.10 pts. ( <del>máximo 01</del> );
	Perna livre no nível horizontal 90° - Arabesque com pé plano. Tronco alinhado. Manter no mínimo 2 (dois) segundos. Valor: 0.10 pts.

	<b>3 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha.</b> Valor: 0.10 pts cada um. Obs: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré - acrobáticos.
	<b>1 (uma) combinação de 2 (dois) elementos pré-acrobáticos.</b> Valor: 0.20 pts. Obs: Os elementos contidos na combinação devem ser diferentes dos elementos isolados.
	<b>1 (um) chainé.</b> Valor: 0.10 pts. ( <del>máximo 01</del> );

REQUERIMENTOS			
<b>DB 3 + 2</b>	  	1 1 1 (em ½ ponta)	3 (três) dificuldades corporais, sendo uma de cada grupo, com o valor máximo de 0.40 pts.
<b>DB livres</b>	Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0.40 pts.		
<i>Serão contabilizadas as 3 (três) DB exigidas e as 2 (duas) DB de livre escolha com o maior valor.</i> Corda: obrigatório o salto  (Manejo: passagem por dentro) Arco: obrigatório o pivot  ou  (Manejo: à livre escolha)			
<b>W</b>	<b>2 (duas) Ondas totais à livre escolha.</b> <del>Valor: 0.10 pts cada (máximo 02).</del>		
	<b>2 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha.</b> Valor: 0.10 pts cada um. Obs: Podem ser realizados nas DA e devem ser de grupos diferentes.		
<b>R</b>	<b>1 (um) Risco com Chainé, 1 ou 2 rotações.</b> ( <del>É possível acrescentar critérios de lançamento e/ou recuperação</del> ) (obrigatório) <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> </ul>		

<b>RE</b>	1 (um) Risco com 2 rotações livre (exceto com chainé) <b>(obrigatório)</b> . <b>Os critérios de lançamento e recuperação não poderão ser executados com rotação.</b> OBS: <del>máximo 1 R</del> Com ou sem nó da corda <b>(obrigatório)</b>
<b>DA</b>	<b>Dificuldade do Aparelho</b> (mínimo 1 e máximo 10). Sendo permitidas 2 (duas) no máximo com elemento pré-acrobático.

- Os Elementos Fundamentais do aparelho serão controlados pelos árbitros **DA** de acordo com o Código de Pontuação, com penalidade de 0.30 para cada elemento ausente.

## 1. DIFICULDADES CORPORAIS (DB)

1.1. Os elementos de DB 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 DB é de 0.40 pts. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalidade de 0.30 pts.

**Exceção: 1.3.1 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.**

1.4. Cada DB conta uma só vez; se a DB se repete, a dificuldade não é válida (sem penalidade).

1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 2 (duas) dificuldades à livre escolha, as 02 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 3 (três) dificuldades obrigatórias.

1.6. A dificuldade de equilíbrio obrigatória somente será validada se for mantida por pelo menos dois segundos (ML).

1.7. Equilíbrio "Tour lent" - máximo 1 (um) em pé plano

1.8. Nos exercícios com aparelho:

**Corda:** Será obrigatório o salto  (Manejo do aparelho: passagem por dentro)

**Bola:** Será obrigatório o pivot  ou  (Manejo do aparelho: à livre escolha)

## 2. ONDAS CORPORAIS

2.1. Para as Ondas Obrigatórias no exercício de Mãos Livres, ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 28 com valor de 0.10 (  e  )

2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:

- Ausência de extensão corporal;
- Ausência de coordenação dos braços;
- Onda corporal pouco profunda.

2.3. Cada exercício de mãos livres deve ter a presença das 2 (duas) ondas obrigatórias mais 1 (uma) Onda Corporal total (W). Uma onda corporal total 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.

2.4. A Onda Corporal Total poderá ser uma das existentes nas Tabelas de Dificuldade (#11, 13) do Código de Pontuação ou suas modificações (diferentes planos, diferentes posições de partida, movimentos dos braços, etc...), desde que a onda seja realizada por todo o corpo:

- Onda total para frente em pé ou com passagem no solo
- Onda total para trás em pé ou com passagem no solo
- Onda lateral
- Onda espiral sobre duas
- Onda total realizada no solo

2.5 Um exercício com menos de 3 (três) Ondas Corporais totais será penalizado em 0.30 por cada onda ausente; o exercício com aparelho com menos de 2 (duas) Ondas totais será penalizado por cada onda ausente.

### 3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

3.1. Somente se contabilizarão, como máximo, 3 (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 executados na combinação devem ser de grupos diferentes dos isolados.

3.3. ~~Caso A~~ série de 2 (dois) elementos pré-acrobáticos (ML) ~~seja deve ser executada obrigatoriamente com troca de eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível e em conformidade com o item 3.2, será aplicada uma bonificação de + 0.10 pontos (apenas uma vez). Consugi obrigatório e não bonifica~~

3.4. A execução de uma combinação de 3 (três) elementos pré-acrobáticos não é suficiente para validar a exigência obrigatória da categoria, que é de uma combinação de 2 (dois) elementos pré-acrobáticos.

3.5. Nos exercícios com aparelho serão exigidos 2 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados; estes poderão ser realizados nas DA; e deverão ser de grupos diferentes.

### 4. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

4.1. A rotação do R+ (*Chainé/s*) deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. Se o R+ (*Chainé/s*) ~~não for executado exatamente com a regra abaixo com uma rotação diferente do chainé~~, o risco não será avaliado (não se penaliza).

- 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.

4.2. As rotações do R2 livre deverão ser realizadas sob o voo do aparelho e não durante o lançamento ou a recuperação. O R2 deverá ser executado com rotações diferentes do *chainé*. ~~Os critérios de lançamento e recuperação não poderão ser executados com rotação.~~

OBS: Com ou sem nó da corda.

~~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 e/ou recuperação do aparelho.~~

~~4.4. Pode ser utilizada uma segunda rotação no R1 ou terceira no R2 como critério de recuperação na rotação, com a condição de que a recuperação seja com um elemento fora do campo visual e sem as mãos. (Regra CoP FIG). Não é permitida usar uma rotação no lançamento do R1 ou R2.~~

~~OBS: Máximo 1 R com nó da corda. Se o segundo R for executado com nó na corda, este não será avaliado. (sem penalidade)~~

## 5. TABELAS DE PENALIDADES

DB		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades Corporais	Dificuldades Obrigatórias	Ausência de 1 (uma) Dificuldade Obrigatória (cada vez)
	Dificuldades à livre escolha	Menos de 1 (uma) dificuldade de cada grupo corporal (Λ, T, ⚡) - penalidade para cada grupo corporal ausente
		DB com um valor de base superior a 0.40 pts. Menos do que 3 (três) Dificuldades Corporais Executadas
Elementos Dinâmicos com Rotação	1 (um) R1 <del>máximo</del> (chainée)	Ausência de 1 (um) R (chainée)
	1 (um) R2 máximo	Ausência de 1 (um) R2
Se a DB é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a DB, a Dificuldade repetida não é válida (sem penalidade)		
Ondas corporais obrigatórias	1 (uma) Onda corporal anteroposterior (ML)	Menos que 1 (um)
	1 (uma) Onda corporal posteroanterior (ML)	Menos que 1 (um)
	1 (uma) Onda total livre (ML); 2 (duas) ondas totais livres (aparelho)	Menos que 1 (uma) ML; Para os exercícios com aparelho, a penalidade será para cada ausência de onda total livre
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 1 (um) em pé plano	Mais do que 1 (um) em pé plano

DA		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades de Aparelhos - DA	Mínimo 1 (uma) - máximo 10 (dez)	Menos de 1 (uma) DA
Elementos Fundamentais Específicos do aparelho	Mínimo 2 (dois) de cada	Cada 1 (um) ausente
Elementos fundamentais do aparelho	Mínimo 1 (um) de cada	Cada 1 (um) ausente
Elementos Pré-acrobáticos (Mãos Livres)	3 (três) elementos isolados	Menos do que 3 (três)
	1 (um) combinação de 2 (dois) elementos	Menos do que 1 (um)
Elementos Pré-acrobáticos (Aparelhos)	2 (dois) elementos isolados	Menos do que 2 (dois)
Chainé	Mínimo 1 (um)	Menos do que 1 (um)

### ❖ ARTÍSTICO

- Nota final de Artístico: 10 pontos no máximo, conforme o CoP de GR da FIG.
- Para os exercícios de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 03 Combinações de Passos de Dança. Penalidade de 0.50 pts. para cada Combinação ausente.

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

### ❖ EXECUÇÃO

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

## CATEGORIA INFANTIL

Faixa etária - 11 e 12 anos, completos no ano da competição (anos 2011 a 2012)

- ❖ **O Campeonato Brasileiro Infantil será dividido em dois níveis**, somente nas provas individuais.
  - a) Nível I - Ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro Infantil Individual Nível B em 2022 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (1º ao 26º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2012 que competiram no Campeonato Brasileiro Pré-infantil Individual em 2022 e obtiveram primeiras classificações do ranking na proporção de 35% (1º ao 13º lugar em 2022);
  - b) Nível II - Ginastas que nunca participaram de Campeonato Brasileiro **Individual**; ginastas que competiram no Campeonato Brasileiro Infantil Individual Nível B em 2022 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (27º ao 74º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2012 que competiram no Campeonato Brasileiro Pré-infantil Individual em 2022 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking na proporção de 35% (14º ao 37º lugar em 2022).
  - c) Ginastas que não possuem ranking de individual geral em Campeonatos Brasileiros Individuais em 2022, 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 das categorias **pré-infantil e 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, 1 e 2.

### Programação:

1. **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas.
  - ❖ A Equipe será composta por 3 (três) ou 4 (quatro) ginastas.
  - ❖ Todas as ginastas devem participar, obrigatoriamente, nos 4 (quatro) exercícios na Classificatória.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Classificação da equipe, composta por 3 (três) ou 4 (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 2 (duas) ginastas por entidade;
  - ❖ ~~No caso de haver mais de 31 (trinta e uma) ginastas participantes na Classificatória em cada nível, a Competição Final por Aparelho terá 8 (oito) ginastas classificadas por aparelho.~~
  - ❖ ~~No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória por nível, a Competição Final por Aparelho terá 8 (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 3 (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 4 (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 3 (três) e o máximo de 4 (quatro) ginastas. Neste caso, somente uma Equipe (A) poderá participar da premiação por Equipe.

\* No caso da equipe B não estar total, é possível que a entidade inscreva até 2 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 1 (um) a 3 (três) exercícios, à escolha.

**Provas:**

- ❖ Mãos livres
- ❖ Bola
- ❖ Maças
- ❖ Fita

Tempo do exercício - 1'15" a 1'30".

REQUERIMENTOS				
 <b>DB 4 + 2</b>			<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>Perna livre acima em posição de <i>grand écart</i>,</b> tronco na horizontal sem ajuda, em pé plano. Manter no mínimo 2 segundos.	
			<b>Equilíbrio em círculo (<i>bouclé</i>) em relevé.</b> Perna livre elevada atrás, próxima da cabeça, em posição <i>grand écart</i> com joelho flexionado, com ajuda. 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. Valor: 0.20 pts.	
	<b>2 DB livres</b> (máximo 1 (uma) DB combinada - valor máximo 0.80)		Dificuldades corporais (opcionais) de livre escolha, com o valor máximo de 0.50 pts. A dificuldade combinada <b>pode ter o valor máximo de 0.8 pts.</b>	

<b>Serão contabilizadas as 4 (quatro) DB obrigatórias + 2 (duas) DB de livre escolha com o maior valor, podendo ser realizada 1 DB combinada (máximo 0.80) + 1 Illusion</b> Não é possível combinar as Dificuldades obrigatórias	
	<b>1 (uma) Onda corporal lateral</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. <del>Valor: 0.10 pts (máximo 01).</del>

	<b>1 (uma) Onda corporal anteroposterior</b> - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. <del>Valor: 0.10 pts (máximo 01).</del>
<b>W</b>	<b>1 (uma) Onda total à livre escolha.</b> <del>Valor: 0.10, 0.20 ou 0.30 pts (máximo 01).</del>
	<b>1 (um) Salto "Cabriole" à frente.</b> Valor: 0.10 pts <del>(máximo 01).</del>
	<b>2 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha.</b> Valor: 0.10 pts cada um. Obs: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos.
	<b>1 (uma) combinação de 3 (três) elementos pré-acrobáticos.</b> Valor: 0.30 pts. OBS: Os elementos contidos na combinação devem ser diferentes dos elementos isolados.
	<b>1 (uma) combinação de 2 (dois) chainés consecutivos.</b> Valor: 0.20 pts <del>(máximo 1 combinação).</del>

REQUERIMENTOS				
	<b>DB 3 + 3</b>		1	3 (três) dificuldades corporais, com o valor máximo de 0.50 pts.
			1	
			1 (em ½ ponta)	
		<b>DB livres</b> (máximo 1 DB combinada)	Dificuldades corporais (opcionais) à livre escolha, com o valor máximo de 0.50 pts.	
<b>Serão contabilizadas as 3 (três) DB exigidas e as 3 (três) DB de livre escolha com o maior valor. Poderá ser realizada 1 (uma) DB combinada (máximo 0.80).</b>				
	<b>W</b>	<b>2 (duas) Ondas totais à livre escolha.</b> <del>Valor: 0.10 pts cada (máximo 2).</del>		
		<b>2 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha.</b> Valor: 0.10 pts. cada um. Obs: Podem ser realizados nas DA e devem ser de grupos diferentes.		
	<b>R</b>	<del>1 (um) R2 com um chainé + outra rotação livre (obrigatório)</del>		
		<b>1 (um) Risco com Chainé, 2 rotações.</b> <del>(É possível acrescentar critérios de lançamento e/ou recuperação)</del> (obrigatório) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lançar corretamente com 2 braços estendidos à frente com o corpo parado e pernas na quinta posição, executar os chainés e recuperar o aparelho livremente (com ou sem critérios)</li> </ul>		
<b>1 (um) R2 com duas rotações à escolha, diferentes dos outros R. (obrigatório)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Os critérios de lançamento e recuperação não poderão ser executados com rotação.</li> </ul>				
<b>DA</b>	<del>1 (um) R livre 2 com duas rotações à escolha, diferentes dos outros R. (opcional)</del>			
	Dificuldade do Aparelho (mínimo 1 e máximo 13). Sendo permitidas 2 (duas) no máximo com elemento pré-acrobático.			

- Os Elementos Fundamentais do aparelho serão controlados pelos árbitros DA de acordo com o Código de Pontuação, com penalidade de 0.30 para cada elemento ausente.

## 1. DIFICULDADES CORPORAIS (DB)

- 1.1. Os elementos de DB 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 DB é de 0.50 pts. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido ela não será avaliada e terá uma penalidade de 0.30 pts.
- Exceção: 1.3.1 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. Cada DB conta uma só vez; se a DB se repete, a dificuldade não é válida (sem penalidade).
- 1.5. Se uma ginasta apresenta mais de 2 (duas) dificuldades à livre escolha no exercício de ML, as 2 (duas) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 4 (quatro) dificuldades obrigatórias.
- 1.6. Se uma ginasta apresenta mais de 3 (três) dificuldades à livre escolha nos exercícios com aparelhos, as 3 (três) dificuldades executadas corretamente e com maior valor serão contabilizadas, respeitando o valor máximo, além das 3 (três) dificuldades obrigatórias
- 1.7. A mão não-dominante deve ser usada para realizar o Elemento Técnico Fundamental ou Não-Fundamental do Aparelho durante pelo menos 2 (duas) DB (Bola e Fita).
- 1.8. A dificuldade de equilíbrio obrigatória somente será validada se for mantida por pelo menos dois segundos (ML).
- 1.9. Equilíbrio "Tour lent" - máximo 1 (um) em pé plano ou relevé.
- 2.0. Para a DB combinada (opcional e com valor máximo de 0.80 pts), não poderão ser utilizadas DB de valor maior que 0.50 pts.

## 2. ONDAS CORPORAIS

- 2.1. Para as Ondas Obrigatórias no exercício de Mãos Livres, ver as tabelas das dificuldades de equilíbrios dinâmicos Nº 28 com valor de 0.10 ( ) e ( )
- 2.2. Uma onda corporal será válida sem as seguintes faltas de execução:
- Ausência de extensão corporal;
  - Ausência de coordenação dos braços;
  - Onda corporal pouco profunda.
- 2.3 Cada exercício mãos livres devem ter a presença das 2 (duas) ondas obrigatórias mais 1 (uma) Onda Corporal total (W). Uma onda corporal total 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.
- 2.4 A Onda Corporal total poderá ser uma das existentes nas Tabelas de Dificuldade (#11, 13) no Código de Pontuação ou suas modificações (diferentes planos, diferentes posições de partida, movimentos dos braços, etc.), desde que a onda seja realizada por todo o corpo:
- Onda total para a frente em pé ou com passagem no solo
  - Onda total para trás em pé ou com passagem no solo
  - Onda lateral
  - Onda espiral sobre duas (giro espiral)
  - Onda total realizada no solo
- 2.5. Um exercício de ML com menos de 3 (três) Ondas Corporais totais será penalizado em 0.30 pts. por cada onda ausente; o exercício com aparelho com menos de 2 (duas) Ondas será penalizado por cada onda ausente.

### 3. ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS

3.1. Somente se contabilizarão como máximo 02 (dois) 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 executados na combinação devem ser de grupos diferentes dos isolados.

3.3 ~~Caso A~~ série de 3 (três) elementos pré-acrobáticos (ML) ~~seja deve ser~~ executada obrigatoriamente com troca de eixo de rotação do corpo e/ou troca de nível e em conformidade com o item 3.2, ~~será aplicada uma bonificação de + 0.10 pontos (apenas uma vez). Consugi obrigatório e não bonifica~~

3.4. Nos exercícios com aparelho serão exigidos 2 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados; estes poderão ser realizados nas DA e deverão ser de grupos diferentes.

### 4. ELEMENTOS DINÂMICOS COM ROTAÇÃO (R)

4.1. A rotação do R+ (*Chainés*) deverá ser realizada durante o voo do aparelho e não durante o lançamento ou recuperação. Se o R+ (*Chainés*) ~~não for executado exatamente com a regra abaixo com uma rotação diferente do chainé~~, o risco não será avaliado (não se penaliza).

- Lançar corretamente com 2 braços estendidos à frente com o corpo parado e pernas em quinta posição, executar os chainés e recuperar o aparelho livremente (com ou sem critérios)

~~4.1. Nesta categoria é obrigatória a execução de 2 (dois) R2, sendo um deles com pelo menos 1 (um) chainé. O 3º (terceiro) R é opcional. Ou seja:~~

~~\* 01 (um) R2 com um chainé + outra rotação livre;~~

~~\* 01 (um) R2 com duas rotações à escolha, diferentes do risco anterior;~~

~~\* 01 (um) R2 com duas rotações à escolha, diferentes dos riscos anteriores; (opcional)~~

4.2. A ordem de execução dos riscos é livre.

4.3 1 (um) R com duas rotações à escolha, diferentes dos outros R. (obrigatório)

- Os critérios de lançamento e recuperação não poderão ser executados com rotação

~~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 e/ou recuperação do aparelho:~~

~~4.5. Se a ginasta não apresentar nenhum risco com chainé, haverá uma penalidade de 0.30 pts:~~

4.4. Se a ginasta não apresentar nenhum R, com duas rotações à escolha, diferentes do risco com chainé, haverá uma penalidade de 0.30 pts.

~~Pode ser utilizada uma terceira rotação no R2 como critério de recuperação na rotação, com a condição de que a recuperação seja com um elemento fora do campo visual e sem as mãos. (Regra CoP-FIG):~~

~~4.5-1 (um) R livre (opcional)~~

### 5. TABELAS DE PENALIDADES

DB		
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 ( $\wedge, T, J$ ); penalidade para cada grupo corporal ausente
		DB com um valor de base superior à 0.50 pts.

		Menos do que 03 (três) Dificuldades Corporais Executadas
	Manejo com a mão não-dominante	Menos do que 2 (duas) Dificuldades Corporais com a mão não-dominante (Bola e Fita)
Se a DB é repetida ou o Elemento Técnico do Aparelho é executado identicamente durante a DB, a Dificuldade repetida não é válida (não há penalidade).		
Ondas corporais obrigatórias	1 (uma) Onda corporal anteroposterior (ML)	Menos que 1 (uma)
	1 (uma) Onda corporal lateral (ML)	Menos que 1 (uma)
	1 (uma) Onda total livre (ML); 2 (duas) ondas totais livres (aparelho)	Menos que 1 (uma) ML; Para os exercícios com aparelho, a penalidade será para cada ausência de onda total livre
Elementos Dinâmicos com Rotação	1 (um) R com 2 chainés	Ausência de no mínimo 1 (um)
	1 (um) R2 com 2 (duas) rotações à escolha	Ausência de no mínimo 1 (um)
	1 (um) R livre	opcional
Equilíbrio "Tour lent"	Máximo de 1 (um)	Mais do que 1 (um)

DA		
Dificuldade	Mínimo/Máximo	Penalidade 0.30
Dificuldades de Aparelhos - DA	Mínimo 1 (uma) - máximo 10 (dez)	Menos de 1 (uma) DA
Elementos Fundamentais Específicos do aparelho	Mínimo 2 (dois) de cada	Cada 1 (um) ausente
Elementos fundamentais do aparelho	Mínimo 1 (um) de cada	Cada 1 (um) ausente
Elementos Pré-acrobáticos (Mãos Livres)	2 (dois) elementos isolados	Menos do que 2 (dois)
	1 (uma) combinação de 3 (três) elementos	Menos do que 1 (um)
Elementos Pré-acrobáticos (Aparelhos)	2 (dois) elementos isolados	Menos do que 2 (dois)
Chainé	Mínimo 1 (um) Combinação de 2 (dois) consecutivos	Menos do que 1 (um) combinação

❖ **ARTÍSTICO**

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

❖ **Para os exercícios de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 03 Combinações de Passos de Dança.** Penalidade de 0.50 pts para cada Combinação ausente.

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

❖ **EXECUÇÃO**

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

## 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)

- ❖ **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 2022 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos/4 exercícios na competição) na proporção de 35% (1º ao 40º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2010 que competiram no Campeonato Brasileiro Infantil Individual em 2022 e obtiveram as primeiras classificações do ranking na proporção de 35% (1º ao 20º lugar em 2022);
  - b) Nível II - Ginastas que nunca participaram de Campeonato Brasileiro; ginastas que competiram no Campeonato Brasileiro Juvenil Individual Nível I ou Nível II em 2022 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (41º ao 113º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2010 que competiram no Brasileiro Infantil Individual em 2022 e **NÃO** obtiveram as primeiras classificações do ranking na proporção de 35% (27º ao 74º lugar em 2022).
  - c) Ginastas que não possuem ranking de individual geral em Campeonatos Brasileiros Individuais em 2022, 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".

### Programação:

1. **Competição Por Equipe (Classificatória para Competição Final Por Aparelho) e Competição Individual Geral:** Participam todas as ginastas.
  - ❖ A Equipe será composta por 3 (três) ou 4 (quatro) ginastas (sendo no mínimo 1 (um) e no máximo 4 (quatro) exercícios por ginasta), totalizando 12 (doze) exercícios, sendo 3 de cada aparelho. Cada ginasta pode executar no máximo 1 (um) exercício por aparelho.
  - ❖ Para participar da Competição Individual Geral, a ginasta deve participar, obrigatoriamente, nos 4 (quatro) exercícios.
  - ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
    - a) Classificação da equipe, composta por 3 (três) ou 4 (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 2 (duas) ginastas por Entidade.
- ❖ A final por aparelho será realizada separadamente por nível;
- ❖ No máximo 2 (duas) ginastas por entidade
- ❖ ~~No caso de haver mais de 31 (trinta e uma) ginastas participantes na Classificatória em cada nível, a Competição Final por Aparelho terá 8 (oito) ginastas classificadas por aparelho.~~
- ❖ ~~No caso de haver até 30 (trinta) ginastas participantes na Classificatória por nível, a Competição Final por Aparelho terá 8 (oito) ginastas classificadas por aparelho.~~
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - b) Premiação por aparelhos por nível.

### 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 4 (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 3 (três) e o máximo de 4 (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 2 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 1 a 3 exercícios, à escolha.

## 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).  
Exceção: É permitida 1 (uma) ginasta de 15 anos (ano 2008), por Entidade, que poderá disputar 3 (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 Elite - Ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro Adulto Individual Nível I ou Nível II em 2022 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) até o 15º lugar; e as 3 primeiras ginastas classificadas, nascidas em 2007 que competiram no Brasileiro Juvenil Individual em 2022, totalizando um máximo de 18 ginastas.**

b) **Nível I - Ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro Adulto Individual Nível I ou Nível II em 2022 e obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 50% a partir do 16º lugar (16º ao 60º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2007 que competiram no Brasileiro Juvenil Individual em 2022 e obtiveram primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (1º ao 40º lugar em 2022);**

c) **Nível II - Ginastas que nunca participaram de Campeonato Brasileiro; ginastas que competiram no Campeonato Brasileiro Adulto Individual Nível I ou Nível II em 2022 e NÃO obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 50% (61º ao 104º lugar em 2022); e ginastas nascidas em 2007 que competiram no Brasileiro Juvenil Individual em 2022 e NÃO obtiveram as primeiras classificações do ranking geral (dois níveis juntos) na proporção de 35% (41º ao 113º lugar em 2022).**

d) **Ginastas que não possuem ranking de individual geral em Campeonatos Brasileiros Individuais em 2022, 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".

#### Programação:

1. **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 2007) não disputam o Individual Geral.

**Obs: As ginastas de 15 anos deverão ser inscritas no nível 2 (uma vez que não participam do ranking geral e das finais)**

- ❖ A Equipe será composta por 3 (três) ou 4 (quatro) ginastas (sendo no mínimo 1 (um) e no máximo 4 (quatro) exercícios por ginasta), totalizando 12 (doze) exercícios, sendo 3 de cada aparelho. Cada ginasta pode executar no máximo 1 (um) exercício por aparelho.
- ❖ Para participar da Competição Individual Geral, a ginasta deve participar, obrigatoriamente, nos 4 (quatro) exercícios.
- ❖ Os resultados obtidos irão determinar:
  - a) Classificação da equipe, composta por 3 (três) ou 4 (quatro) ginastas. A classificação será dada pelo somatório das 10 (dez) melhores notas registradas pela equipe;
  - b) Premiação por equipe;
  - c) Qualificação para a Competição Final por Aparelho.

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

- ❖ No máximo 2 (duas) ginastas por Entidade.
- ❖ A final por aparelho será realizada separadamente por nível;
- ❖ No máximo 2 (duas) ginastas por entidade.
- ❖ No caso de haver mais de 31 (trinta e uma) 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 8 (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 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 4 (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 3 (três) e o máximo de 4 (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 2 (duas) ginastas extras na competição, que poderão realizar de 1 a 3 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, 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 (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 2022.**

**CRONOGRAMA GERAL  
CAMPEONATOS BRASILEIROS**

**INDIVIDUAL**

CATEGORIA	TURNO	DIA 0	DIA 1 QUARTA-FEIRA	DIA 2 QUINTA-FEIRA	DIA 3 SEXTA-FEIRA	DIA 4 SÁBADO	DIA 5 DOMINGO
ADULTO	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória	Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória Premiação	
	NOITE		Abertura				

CATEGORIA	TURNO	DIA 0	DIA 1 QUARTA-FEIRA	DIA 2 QUINTA-FEIRA	DIA 3 SEXTA-FEIRA	DIA 4 SÁBADO	DIA 5 DOMINGO
JUVENIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória	Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória Premiação	
	NOITE		Abertura				

CATEGORIA	TURNO	DIA 0	DIA 1 TERÇA-FEIRA	DIA 2 QUARTA-FEIRA	DIA 3 QUINTA-FEIRA	DIA 4 SEXTA-FEIRA	DIA 5 SÁBADO	DIA 6 DOMINGO
PRÉ- INFANTIL E INFANTIL	MANHÃ	Chegada das delegações	Congresso técnico Credenciamento Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória Premiação	Classificatória Premiação	Finais Premiação
	TARDE		Treinamento	Classificatória	Classificatória	Classificatória	Finais Premiação	
	NOITE		Abertura					