

<b>CATEGORIA PRÉ-INFANTIL</b>		
Ginastas nascidos em 2014, 2013 e 2012.		
Bases técnicas		
PROGRAMA OBRIGATÓRIO		
Programa Obrigatório Brasileiro - 01, 02, 03 e 04		
<b>APARELHOS</b>	Solo, Cavalo com alças, Cavalo sem alças, Argolas, Salto, Paralela e Barra-fixa. Salto regra especial dentro de cada categoria (conforme tabela)	
<b>INFORMAÇÕES GERAIS</b>	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.	
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado pelo nível informado.	
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.	
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento a série será penalizado em 0,50 p.	
	As partes das séries têm exercícios principais, e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>SISTEMA DE COMPETIÇÃO</b>		
6 - 6 - 3		
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	Três melhores notas em cada aparelho	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	CI - Segundo a divisão das faixas etárias: • 09 anos • 10 e 11 anos - <b>Sub 11</b>	Troféus do 1º ao 3º
		Medalhas do 4º ao 10º
<b>MEDALHAS DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados	
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
Programa obrigatório		Todos participam
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões ou observações</b>
<b>SOLO</b>	Tempo máximo 70 segundos	FIG
<b>CAVALO COM E SEM ALÇAS</b>	80 cm variação de 05 cm para baixo ou para cima (do colchão)	Opcional uso de plataforma ou colchão para o ginasta começar sua série (Cavalo sem alças)
<b>ARGOLAS</b>	220 cm do colchão	FIG
<b>SALTO</b>	115 a 125 cm para toda a equipe	FIG
<b>PARALELA</b>	Livre até 180 cm do colchão, altura única para toda equipe	Colchão de 10 cm
<b>BARRA</b>	220 cm do colchão	FIG

<b>CATEGORIA INFANTIL</b>		
<b>Ginastas nascidos em 2012, 2011, 2010 e 2009.</b>		
<b>Bases técnicas</b>		
<b>PROGRAMA OBRIGATÓRIO</b>		
<b>Programa Obrigatório Brasileiro 01, 02, 03, 04, 05, 06, 07 e 08</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Solo, Cavalo com alças, Cavalo sem alças, Argolas, Salto, Paralela e Barra-fixa. Salto regra especial dentro de cada categoria (conforme tabela)</b>	
<b>INFORMAÇÕES GERAIS</b>	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.	
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.	
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.	
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento será penalizado em 0,50 p.	
	As partes das séries têm exercícios principais, e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>PROGRAMA LIVRE</b>		
<b>Solo, Cavalo com alças, Argolas, Salto, Paralela e Barra-fixa.</b>		
<b>NOTA D</b>	Saída + 06 elementos	
<b>NOTA E</b>	10,00 pontos	
<b>GRUPO DE ELEMENTOS</b>	Três grupos de elementos livres (saída + 2 grupos) <b>Total 1,50 pontos</b> Bonificação pelo grupo adicional - <b>0,20p.</b>	
	Saída A	0,30 p
	Saída B	0,50 p
<b>DEDUÇÕES ESPECÍFICAS</b>	Dedução Neutra para provas curtas 05 elementos (- 2,00 pontos) 04 elementos (- 4,00 pontos) 03 elementos (- 6,00 pontos) 02 elementos (- 8,00 pontos) 01 elemento (- 9,00 pontos)	
	Aplicam-se as restrições FIG com relação aos elementos proibidos para juvenis.	
	Aplica-se o SISTEMA DE BONIFICAÇÕES E DE ADAPTAÇÕES CBG	
<b>Salto sobre a mesa</b>		
<b>REQUISITOS ESPECÍFICOS</b>	Dois saltos diferentes - Regra FIG	
	Nota final	De acordo CP atualizado
	Valor	De acordo CP atualizado

<b>SISTEMA DE COMPETIÇÃO</b>		
<b>COMPETIÇÃO OBRIGATÓRIO</b>	1º Dia	6 - 6 - 3
<b>COMPETIÇÃO LIVRE</b>	2º Dia	
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	Três melhores notas em cada aparelho Determinadas na CI + CII	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	CI + CII - Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none"> <li>• 11 e 12 anos - <b>Sub 12</b></li> <li>• 13 e 14 anos - <b>Sub 14</b></li> </ul>	Troféu do 1º ao 3º lugar
		Medalha do 4º ao 6º lugar
<b>POR APARELHOS</b>	CI + CII - Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none"> <li>• 11 e 12 anos - <b>Sub 12</b></li> <li>• 13 e 14 anos - <b>Sub 14</b></li> </ul> Obs. Para premiação do Cavalo serão somados os resultados do Cavalo sem alças (obrigatório) + Cavalo com alças (Livre + obrigatório)	Medalha do 1º ao 3º lugar
<b>MEDALHAS DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados.	
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
Programa obrigatório		Todos participam
Programa livre		Todos participam
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS (LIVRE E OBRIGATÓRIO)</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões ou observações</b>
<b>SOLO</b>		FIG
<b>CAVALO COM E SEM ALÇAS</b>	90 cm variação de 05 cm para baixo ou para cima (do colchão)	Opcional uso de plataforma ou colchão para o ginasta começar sua série (Cavalo sem alças)
<b>ARGOLAS</b>	240 cm do colchão	FIG
<b>SALTO</b>	125 cm do chão	FIG
<b>PARALELA</b>	140 a 180 cm, altura do colchão definida pelo treinador para toda equipe.	Colchão de 10 cm
<b>BARRA</b>	240 cm do colchão	FIG

<b>CATEGORIA JUVENIL</b>		
<b>Ginastas nascidos em 2009, 2008, 2007, 2006 e 2005</b>		
<b>Bases técnicas</b>		
<b>Regras</b>	Regulamento FIG para juvenis	
<b>Observação</b>	Aplica-se regras especiais de bonificações conforme tabela abaixo	
<b>Salto sobre a Mesa</b>		
<b>REQUISITO ESPECIAL</b>	<b>Para as competições - Individual Geral, por equipes e final por aparelhos</b> <b>Dois saltos diferentes Regra FIG - Média dos 2 saltos</b> Obs. Se o ginasta apresentar 01 salto somente, sua nota será dividida por 2, e esta será computada para o Individual geral e equipe. Classificação para a final por aparelhos segue regra FIG	
<b>SISTEMA DE COMPETIÇÃO</b>		
<b>Formação da equipe</b>	6 ginastas - 6 competem - 3 melhores notas por aparelho	
<b>Classificação para finais</b>	Cinco melhores em cada faixa etária	
	Três melhores de cada categoria serão premiados	
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>Por Equipes</b>	Três melhores notas em cada aparelho	Troféu do 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos
<b>Individual Geral</b>	Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none"> <li>• 14 a 16 anos - <b>Sub 16</b></li> <li>• 17 e 18 anos - <b>Sub 18</b></li> </ul>	Troféu do 1º ao 3º
<b>Por Aparelhos</b>	Finais - Segundo a divisão das faixas etárias <ul style="list-style-type: none"> <li>• 14 a 16 anos - <b>Sub 16</b></li> <li>• 17 e 18 anos - <b>Sub 18</b></li> </ul>	Medalha do 1º ao 3º
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
<b>Classificatória</b>	Programa livre	Equipe e individual
<b>Finais por Aparelhos</b>	Programa livre	Cinco melhores ginastas de cada faixa etária em cada aparelho
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>Aparelhos</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões de segurança</b>
Solo	FIG	FIG
Cavalo		FIG
Argolas		FIG
Salto		FIG
Paralela		Opcional colchão de 10 cm
Barra		FIG

\* A participação no programa **Bolsa Atleta** pleiteada a partir dos resultados obtidos na disputa Individual Geral e Por Aparelhos do Campeonato Brasileiro Caixa de Ginástica Artística - Categoria:

*Juvenil Masculino, terão como referência uma lista única, independente de subdivisão de categorias por idade. Esta lista será oficialmente apresentada pela CBG, após conclusão do evento.*

<b>CATEGORIA ADULTA</b>		
<b>TROFÉU BRASIL</b>		
<b>Ginastas nascidos em 2006 e anos anteriores</b>		
<b>Bases técnicas</b>		
<b>Regras</b>	Regulamento FIG	
<b>Observação</b>	Aplica-se regras especiais de bonificações, conforme tabela abaixo	
<b>SISTEMA DE COMPETIÇÃO</b>		
Classificatória	1º dia	Classificam-se os 08 melhores ginastas por aparelhos
Finais	2º dia	Competem 08 finalistas por aparelho
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>APARELHOS</b>	Medalhas do 1º ao 3º lugar	
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões de segurança</b>
SOLO	FIG	FIG
CAVALO		FIG
ARGOLAS		FIG
SALTO		FIG
PARALELA		Opcional colchão de 10 cm
BARRA		FIG

<b>CATEGORIA ADULTA</b>		
<b>CAMPEONATO BRASILEIRO</b>		
<b>Individual geral, por aparelhos e por equipes</b>		
<b>Ginastas nascidos em 2005 e anos anteriores</b>		
<b>Bases técnicas</b>		
<b>Regras</b>	Regulamento FIG	
<b>Observação</b>	Aplica-se regras especiais de bonificações, conforme tabela abaixo	
<b>SISTEMA DE COMPETIÇÃO</b>		
<b>1º e 2ª dias – TODOS COMPETEM</b>		
- Individual Geral	Somatório dos dois dias de competição	
- Por aparelhos		
- Por equipes		
Composição da equipe	6 ginastas	
Participantes máximos por aparelho na equipe	6 ginastas	
Contagem das melhores notas por aparelho na equipe	3 melhores notas	
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Troféus do 1º ao 3º lugar	
<b>POR APARELHOS</b>	Medalhas do 1º ao 3º lugar	
<b>POR EQUIPES</b>	Troféu para equipes - 1º ao 3º lugar Medalha do 1º ao 3º lugar para ginastas e técnicos	
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões de segurança</b>
SOLO	FIG	FIG
CAVALO		FIG
ARGOLAS		FIG
SALTO		FIG
PARALELA		Opcional colchão de 10 cm
BARRA		FIG

### SISTEMA ESPECIAL DE BONIFICAÇÕES

Aparelhos	Elementos	Bonificação	Categoria
	C+A, C+B, C+C ou vice-versa p/ mortais	0,10	INFANTIL
	Qualquer duplo mortal	0,10	
	Flair à parada de mãos	0,10	
	Dois volteios em 01 alça (#2.14)	0,10	INFANTIL
	SDB (#2.50)	0,10	INFANTIL e JUVENIL
	Qualquer sequência Flop ou Combinada	0,10	
	Cristo (#2.14)	0,10	INFANTIL
	Prancha no apoio afastado (#2.19)	0,10	
	Stuts (#1.03)	0,10	INFANTIL e JUVENIL
	Diamidov (#1.21)	0,10	
	Luftroll (#1.33)	0,10	
	Felge ao apoio invertido (#3.106)	0,10	INFANTIL e JUVENIL
	Saída em duplo para frente (#4.05)	0,10	JUVENIL
	Da suspensão duplo mortal grupado para trás (#445)	0,10	INFANTIL e JUVENIL
	Adler (#3.63)	0,20	INFANTIL
	Adler (#3.63)	0,10	JUVENIL
	Tkatchev afastado (#2.15)	0,20	INFANTIL
	Tkatchev afastado (#2.15)	0,10	JUVENIL
	2ª largada com voo (família diferente)	0,10	JUVENIL

### BONIFICAÇÕES PARA SAÍDAS CRAVADAS

Categoria	Competição	Dificuldade	Bonificação
Pré-infantil	Obrigatório	-	0,10p.
Infantil	Obrigatório e livre	Mín. B (competição livre)	
Juvenil	Todas fases	Mín. C	
Adulto	Todas fases	Mín. D	

**SALTO SOBRE A MESA**

**BONIFICAÇÕES PARA CHEGADAS CRAVADAS**

<b>Categoria</b>	<b>Competição</b>	<b>Dificuldade</b>	<b>Bonificação</b>
Pré-infantil	Obrigatório	-	<b>0,10p.</b>
Infantil	Obrigatório e livre	Obrigatório Livre (mínimo rotação de mortal)	
Juvenil	Todas fases	Mínimo rotação de mortal com pirueta	
Adulto	Todas fases	Mínimo rotação de mortal com pirueta ou Duplo mortal com ou sem pirueta	

\* Os SALTOS serão bonificados se não houver ERRO GRANDE.

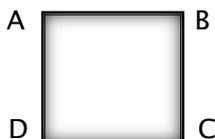
**ELEMENTOS ADAPTADOS CBG (Categoria Infantil)**

<b>Aparelho</b>	<b>Movimento</b>	<b>Dificuldade</b>	<b>Grupo de elementos</b>
	Estrela	A	1
	Rodante	A	1
	Falsa tesoura para frente	A	1
	Falsa tesoura para trás	A	1
	Subida chaveada	A	2
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Esquadro afastado	A	1
	Saída de balanço no apoio com meia volta a frente	A	4
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Quipe afastado	A	3
	Giro de sola a parada de mãos	B	3

**PROGRAMA OBRIGATÓRIO BRASILEIRO**



O Solo terá como referência as seguintes linhas:



Obs.: Os elementos devem ser realizados na linha correspondente apresentada na descrição de cada um dos níveis.

Não cumprimento DN -0,30

Parte	Elemento	Valor
 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental.	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE salto levemente selado aterrissagem. (A-C)	1,00
3.	ROLAMENTO PARA TRÁS com as pernas estendidas e afastadas.	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés unidos no solo. Levantar-se até a posição fundamental.	1,00
6.	Chute com uma das pernas passagem pela PARADA DE MÃOS, rolamento (C-A)	0,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

Parte	Elemento	Valor
 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C)	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE FLIC salto levemente selado aterrissagem	1,00
3.	OITAVA À PARADA com os braços estendidos	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA, rolamento (C-A)	1,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

Parte	Elemento	Valor
<p><b>SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS a posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA subindo com afastamento das pernas (2 segs.), rolamento à frente imediato salto para direção C-B ou C-D	1,50
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO ao passo seguido de ESTRELA, coreografia qualquer	1,00
9.	Corrida seguida de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

Parte	Elemento	Valor
<p><b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS à posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.) seguido de	1,00
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D).	1,00
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO AO PASSO seguido de	1,00
9.	REVERSÃO com pernas unidas salto P.F., coreografia qualquer	1,00
10.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

Parte	Elemento	Valor
<b>SÉRIE 05 - Nota de partida - 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 9,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
1.	P.F. Corrida sobre passo rodante TEMPO Salto (Flic sem mãos)	1,00
2.	FLIC para trás à posição fundamental	0,50
3.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com braços estendidos finalizando em pé	0,50
4.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,50
5.	1 ½ volteio	1,00
6.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
7.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
8.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D)	1,00
9.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE, passo com giro 270° na direção (D-B ou B-D)	1,00
10.	Corrida REVERSÃO AO PASSO	0,50
11.	REVERSÃO pernas unidas, coreografia qualquer na direção (B-D ou D-B)	0,50
12.	Corrida rodante FLIC (A-C).	0,50
13.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS.	1,00

Parte	Elemento	Valor
<b>SÉRIE 06 - Nota de partida - 16,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 10,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
1.	P.F. Corrida rodante TEMPO Salto (Flic sem mãos)	1,00
2.	FLIC	0,25
3.	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,00
4.	Salto com ½ volta, OITAVA À PARADA DE MÃOS com braços estendidos finalizando em pé	0,25
5.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,50
6.	1 ½ volteio	1,00
7.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,25
8.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D).	1,00
10.	Corrida mortal para frente grupado seguido de mortal para frente grupado, passo a frente com giro 270° na direção (D-B ou B-D).	1,00
11.	Corrida REVERSÃO AO PASSO	0,50
12.	REVERSÃO pernas unidas	0,50
13.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE coreografia qualquer na direção (B-D ou D-B).	1,00
14.	Corrida, rodante FLIC (A-C)	0,25
15.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro ou TWIST ESTENDIDO	1,00

 <p><b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Rodante FLIC (B-D ou D-B)	0,25
2.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro ou TWIST ESTENDIDO	1,00
3.	Seguido de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (C-A) coreografia qualquer	0,50
4.	Corrida REVERSÃO (B-D ou D-B)	0,50
5.	FLIC PARA FRENTE	1,00
6.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,00
7.	OITAVA À PARADA COM ½ giro, rolamento (B-D ou D-B).	0,50
8.	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS (2 segs.) retornando em pé	1,00
9.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,25
10.	2 1/2 volteios	1,00
11.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,25
12.	ESQUADRO ALTO (2 segs.) extensão total do corpo ao apoio dorsal, ½ volta ao apoio facial, subida em pé, coreografia qualquer para lateral	0,50
13.	Corrida MORTAL PARA FRENTE GRUPADO seguido de MORTAL PARA FRENTE GRUPADO, passo a frente com giro 270° para diagonal	1,00
14.	P.F Corrida rodante Salto TEMPO (Flic sem mãos) (B-D ou D-B)	1,00
15.	FLIC	0,25
16.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00

 <p><b>SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Rodante FLIC (B-D ou D-B)	0,25
2.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro OU TWIST ESTENDIDO	1,00
3.	Seguido de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE COM ½ VOLTA (B-D ou D-B)	1,00
4.	Corrida REVERSÃO (B-D ou D-B)	0,25
5.	FLIC PARA FRENTE	0,50
6.	MORTAL ESTENDIDO PARA FRENTE	1,25
7.	OITAVA À PARADA COM ½ giro, rolamento (A-C)	0,50
8.	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS (2 segs.) retornando em pé	1,00
9.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,25
10.	2 1/2 volteios	1,00
11.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,25

12.	ESQUADRO ALTO (2 segs.) extensão total do corpo ao apoio dorsal, ½ volta ao apoio facial, subida em pé, coreografia qualquer para lateral	1,00
13.	Corrida MORTAL PARA FRENTE GRUPADO seguido de MORTAL PARA FRENTE GRUPADO, passo a frente com giro 270° na direção (D-B ou B-D)	1,00
14.	Corrida rodante Salto TEMPO (Flic sem mãos)	1,00
15.	FLIC	0,25
16.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM 1/1 giro	1,50



 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Balanço de tesoura	1,00
7.	Passagem perna direita para trás	0,25
8.	Passagem perna esquerda para frente	0,25
9.	Balanço de tesoura	1,00
10.	Passagem perna esquerda para trás	0,25
11.	Apoio facial 2 segs. - PF	1,00

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	1,75
7.	Balanço para lado direito com pernas afastada	0,25
8.	Passagem da perna esquerda para frente (lado esquerdo)	0,25
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	1,75
10.	Apoio facial transporte lateral alça - ponta - sustentar 2 segs. nesta posição - PF	0,75

 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	1,00
7.	Passagem da perna direita para frente	0,25
8.	Imediata tesoura para frente	1,00
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	1,00
10.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Imediata tesoura para frente	1,00
12.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
13.	Passagem da perna direita para trás	0,25
14.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
15.	Apoio facial transporte lateral alça - ponta até chegar na P1 - 2 segs. neste apoio - PF	0,50

 <b>SÉRIE 04 - Nota de partida - 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 8,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	0,50
7.	Passagem da perna direita para frente	0,25
8.	Imediata tesoura para frente	1,00
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	0,50
10.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Imediata tesoura para frente	1,00
12.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
13.	Passagem da perna esquerda para trás (rasteira)	1,00
14.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
15.	Volteio nas alças	1,50
16.	Saída lateral dorsal finalizando lateralmente	0,25

 <p><b>SÉRIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 9,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Balanço para lado direito (ou esquerdo), passagem da perna esquerda para frente (falsa tesoura costas)	0,75
2.	Passagem da perna esquerda para trás, balanço para lado direito com as pernas afastadas	0,25
3.	Balanço para o lado esquerdo, passagem da perna direita para frente (falsa tesoura costas)	0,75
4.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
5.	Tesoura para frente	1,00
6.	Tesoura para frente	1,00
7.	Passagem da perna direita para frente, RASTEIRA	0,50
8.	Passagem da perna direita para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,50
9.	Volteio nas alças	1,00
10.	Volteio nas alças	1,00
11.	Volteio nas alças	1,00
12.	Volteio nas alças	1,00
13.	Saída por cima das alças	0,00

 <p><b>SÉRIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 10,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio nas alças	0,50
2.	Volteio nas alças	0,50
3.	Tcheca dorsal	1,75
4.	Volteio nas alças	0,50
5.	Volteio nas alças	0,50
6.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,50
7.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
8.	Tesoura para trás	0,50
9.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
10.	Tesoura para frente	0,50
11.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
12.	Volteio nas alças	0,50
13.	Volteio nas alças	0,50
14.	Transporte para trás em apoio transversal (1/3 Sivado)	1,50

15.	Volteio posição 1	0,50
16.	Volteio posição 1	0,50
17.	Saída em alemã	0,50

	<b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio posição 1	0,50
2.	Volteio posição 1	0,50
3.	Volteio em 1 alça	2,00
4.	Volteio nas alças	0,50
5.	Tcheca dorsal	2,00
6.	Volteio nas alças	0,50
7.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,50
8.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
9.	Tesoura de costas	0,50
10.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Tesoura frente	0,50
12.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
13.	Volteio nas alças	0,50
14.	Transporte para trás em apoio transversal (1/2 Sivado)	1,25
15.	Volteio posição 1	0,50
16.	Saída em alemã	0,50

	<b>SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio nas alças	0,50
2.	Volteio nas alças	0,50
3.	Stockly B para a ponta	1,50
4.	Volteio alça/ponta	0,50
5.	Volteio na posição 1	0,50
6.	Volteio ponta/alça	0,50
7.	Transporte lateral da ponta pra alça	1,50
8.	Volteio nas alças	0,50

9.	Tcheca	1,50
10.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,25
11.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
12.	Tesoura de costas	0,50
13.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
14.	Tesoura frente	0,50
15.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
16.	Volteio nas alças	0,50
17.	Transporte para trás em apoio transversal (1/2 Sivado)	1,00
18.	Volteio posição 1	0,50
19.	Saída em alemã	0,50

### CAVALO SEM ALÇAS

- O cavalo será demarcado com uma fita nas partes onde seriam as alças. Sendo assim o cavalo passa a ter as seguintes partes:

P1 - extremidade esquerda

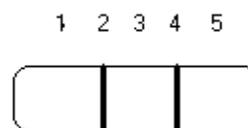
P2 - alça esquerda

P3 - entre as alças

P4 - alça direita

P5 - extremidade direita

- A largura da fita deverá ser de 10,00 cm.
- O volteio terá seu início e término no apoio facial



Observação: Todo transporte 3/3 realizado em FLAIR será bonificado em 0,50p.

Parte	Elemento	Valor
<b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
1.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
2.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
3.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
4.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
5.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
6.	Saída lateral	

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
2.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
3.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
4.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
5.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
6.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
7.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
8.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	0,75
9.	Saída lateral	-

 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
2.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
3.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
4.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
5.	¼ de Spindle	1,00
6.	Volteio apoio facial lateral (P.1)	1,00
7.	Volteio apoio facial lateral (P.1)	1,00
8.	Saída lateral dorsal finalizando lateralmente	-

 <b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal	1,00
2.	Volteio apoio facial transversal	1,00
3.	Volteio apoio facial transversal	1,00
4.	Volteio apoio facial transversal	1,00
5.	½ Spindle em até dois volteios	1,50
6.	Volteio apoio dorsal transversal	1,00
7.	Volteio apoio dorsal transversal	1,00
8.	Saída por cima do cavalo.	0,50

 <b>SÉRIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 9,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
2.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
3.	Transporte transversal (para frente) 1/3 (da P1 para P3)	4,50
4.	Volteio apoio dorsal transversal (P.3)	1,00
5.	Volteio apoio dorsal transversal (P.3)	1,00
6.	Saída por cima do cavalo	0,50

 <b>SÉRIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 10,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
2.	Volteio apoio facial transversal (P.1)	1,00
3.	Transporte transversal (para frente) 1/3 (da P1 para P3)	2,75
4.	Volteio apoio dorsal transversal (P.3)	1,00
5.	Transporte transversal (para frente) 1/3 (da P3 para P5)	2,75
6.	Volteio apoio facial transversal (P.5)	1,00
7.	Saída por cima do cavalo	0,50

 <b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal	0,50
2.	Volteio apoio facial transversal	0,50
3.	Transporte transversal (para frente) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
4.	Volteio apoio dorsal transversal	0,50
5.	Transporte transversal dorsal (para trás) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
6.	Volteio apoio facial transversal	0,50
7.	Transporte transversal (para frente) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
8.	Volteio apoio dorsal transversal	0,50
9.	Saída, <b>no mínimo</b> , em Russa 180°	1,00

 <b>SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Volteio apoio facial transversal	0,25
2.	Volteio apoio facial transversal	0,25
3.	Transporte transversal (para frente) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
4.	Volteio apoio dorsal transversal	0,25
5.	Transporte transversal dorsal (para trás) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
6.	Volteio apoio facial transversal	0,25
7.	Transporte transversal (para frente) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
8.	Volteio apoio dorsal transversal	0,25
9.	Transporte transversal dorsal (para trás) 3/3 sobre o corpo do cavalo	2,50
10.	Volteio apoio facial transversal	0,25
11.	Saída, <b>no mínimo</b> , em Russa 180°	0,50



\* As séries que são compostas por desloques e enloques terão como referência a altura dos ombros em relação ao aro inferior das argolas (horizontal)

 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.), retorno lento até a suspensão	1,00
2.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	1,00
3.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
4.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
5.	Balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Saída em mortal estendido para trás	1,00

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.)	1,00
2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	1,00
3.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	0,50
4.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
5.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Balanço atrás, ENLOQUE	1,00
8.	Balanço completo	0,50
9.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.)	0,50

2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	0,50
3.	Elevação até o apoio com auxílio do técnico, APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
4.	Esquadro (2 segs.)	0,50
5.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
6.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	0,50
7.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
8.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
9.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
10.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
11.	Balanço completo	0,50
12.	DESLOQUE	0,50
13.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

	<b>SÉRIE 04 - Nota de partida - 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 8,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
	<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>
	<b>Valor</b>	
1.	ELEVAÇÃO da suspensão até apoio	0,50
2.	APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Elevação GRUPADA até a "MEIA PARADA" com braços estendidos e pés (no mínimo) na linha horizontal na parte baixa do aro das argolas (2 segs.)	1,00
5.	Retorno ao ESQUADRO (2 segs.)	0,50
6.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
7.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	0,50
8.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
9.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
10.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
11.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
12.	Balanço completo	0,50
13.	DESLOQUE	0,50
14.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

	<b>SÉRIE 05 - Nota de partida - 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 9,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
	<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>
	<b>Valor</b>	
1.	ELEVAÇÃO até apoio	0,50

2.	APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2seg)	0,50
6.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
7.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
8.	Balanço atrás, DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
9.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
10.	Elevação GRUPADA até a "MEIA PARADA" com braços estendidos e pés (no mínimo) na linha horizontal na parte baixa do aro das argolas	1,00
11.	Retorno ao ESQUADRO (2 segs.)	0,50
12.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
13.	Queda à frente, ENLOQUE	0,50
14.	Balanço completo	0,50
15.	DESLOQUE	0,50
16.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

Parte	Elemento	Valor
 <p><b>SÉRIE 06 - Nota de partida - 16,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 10,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,00
6.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
7.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
8.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
9.	Balanço atrás, DOMINAÇÃO TRASEIRA	1,00
10.	ESQUADRO (2 segs.)	1,00
11.	Elevação do quadril carpado, COTOVELO ESTENDIDOS até os pés ficarem na linha horizontal em relação as argolas (2 segs.) com pernas afastadas	1,50
12.	Queda à frente seguido de ENLOQUE	0,50
13.	Balanço completo	0,50
14.	DESLOQUE	0,50
15.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

 <b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio com corpo e cotovelos estendidos (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,50
6.	Descida a suspensão em posição de canoinha (2 segs.)	0,50
7.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
8.	DESLOQUE	0,50
9.	OITAVA (carpado e cotovelos estendidos)	1,00
10.	ESQUADRO (2 segs.)	1,00
11.	PARADA DE MÃOS à força (2 segs.), com cotovelos estendidos e pernas afastadas	2,00
12.	Queda atrás seguido DESLOQUE	1,00
13.	Saída em MORTAL ESTENDIDO atrás	1,00

 <b>SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio com corpo e cotovelos estendidos (2 segs.)	0,50
3.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
4.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,00
5.	Retorno a vela com corpo estendido	1,00
6.	Vela (2 segs.)	0,50
7.	DESLOQUE	0,50
8.	OITAVA (carpado e cotovelos estendidos)	1,00
9.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
10.	PRANCHA AFASTADA (2 segs.)	1,50
11.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
12.	PARADA DE MÃOS à força (2 segs.), com cotovelos estendidos e pernas afastadas	2,00
13.	Queda atrás seguido de FELGE PASSAGEIRO	1,00
14.	Saída DUPLO MORTAL GRUPADO atrás	1,00



CATEGORIA	SALTO	NP	ALTURA MESA	OBSERVAÇÕES
PRÉ-INFANTIL	Reversão (2.01)	2,00	1,15cm 1,25cm (opcional para toda equipe)	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dois saltos, valendo a maior nota.</li> <li>✓ Permitido utilizar dois trampolins.</li> <li>✓ Nota de apresentação: 10,00 p.</li> </ul>
INFANTIL	Reversão (2.01)	2,00	1,25cm	<b>PLANO ALTO - NÍVEL DA MESA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 1º salto - Reversão</li> <li>✓ 2º salto opcional Rodante <u>OU</u> Rodante Flic</li> <li>- Média dos dois saltos</li> <li>- Nota de apresentação: 10,00 p.</li> </ul>
	Rodante (3.01)	2,00		
	Rodante Flic (4.01)	2,50		

**Tabela de distancia para chegadas no SALTO sobre a MESA**

CATEGORIA	Distancia da MESA	Dedução aplicada	Observação
PRÉ-INFANTIL	Até 0,50m	G	Obrigatório
	De 0,51 a 1,00m	M	
	De 1,01 até 1,50m	P	
	A partir de 1,51m	0,00	
INFANTIL	Até 0,50m	G	Obrigatório e Livre
	De 0,51 a 1,00m	M	
	De 1,01 até 1,50m	P	
	A partir de 1,51m	0,00	



 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Corrida de impulso, balanço suspensão 2x (abrindo o quadril)	1,00
2.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
3.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrote, extensão total do corpo à frente	0,50
4.	ESQUADRO com pernas unidas (2 segs.)	1,00
5.	Lançamento à frente com extensão do quadril	0,50
6.	Balanço completo no apoio de mãos 2x	1,00
7.	SAÍDA LATERAL sobre o barrote, apoio de ambas as mãos neste barrote a posição final	0,50

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao afastamento das pernas estendidas e apoio nos barrote	0,50
2.	ESQUADRO com as pernas unidas (2 segs.)	1,00
3.	Lançamento à frente com extensão do quadril, balanço para trás	0,25
4.	Descida à suspensão (extensão total do corpo altura do barrote), seguido de balanço completo abrindo o quadril embaixo	0,50
5.	Imediato balanço atrás ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
6.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrote, extensão total do corpo à frente, passagem do apoio de mãos à frente	0,25
7.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	1,00
8.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
9.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
10.	Balanço, SAÍDA À FRENTE COM ½ VOLTA	0,50

	<b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.
---	--

**Opção 01**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50

**Opção 02**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Balanço à frente, balanço atrás com imediato MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	<b>SÉRIE 04 - Nota de partida - 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 8,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.
---	--

**Opção 01**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50

<b>Opção 02</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Balanço à frente, balanço atrás imediata saída em MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	<b>SÉRIE 05 - Nota de partida - 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 9,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.
---	--

<b>Opção 01</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,50
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
8.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

<b>Opção 02</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,50
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
8.	Balanço para trás imediato... MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

SÉRIE 06 - Nota de partida - 16,00 pontos. Valor de Dificuldade - 10,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
<b>Opção 01</b>		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS, balanço para trás (horizontal), balanço para frente ao...	1,50
4.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
5.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
6.	CÂMBIO A	0,50
7.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
8.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
9.	Balanço atrás à parada de mãos	0,50
10.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50
<b>Opção 02</b>		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS, balanço para trás (horizontal), balanço para frente ao...	1,50
4.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
5.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
6.	CÂMBIO A	0,50
7.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
8.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
9.	Balanço para trás imediato...	0,50
10.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,50

 <b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
<b>Opção 01</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,50
4.	Balanço para trás PARADA DE MÃOS (2 SEGS.)	1,00
5.	FELGE ao apoio de mãos	1,50
6.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,50
8.	Câmbio A	0,50
9.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
10.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA, Balanço atrás a parada passageira	0,50
11.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50
<b>Opção 02</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,50
4.	Balanço para trás PARADA DE MÃOS (2 SEGS.)	1,00
5.	FELGE ao apoio de mãos	1,50
6.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,50
8.	Câmbio A	0,50
9.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
10.	Descida ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
11.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,50

SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos. Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
<b>Opção 01</b>		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	KENMOTSU (Giro gigante)	2,00
4.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,00
5.	Balanço para trás parada de mãos (2 segs.)	1,00
6.	STUTS ou DIAMIDOV	2,00
7.	FELGE ao apoio de mãos	1,00
8.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,00
10.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
11.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA, balanço atrás a parada passageira	0,50
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00
<b>Opção 02</b>		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	KENMOTSU (Giro gigante)	2,00
4.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,00
5.	Balanço para trás parada de mãos (2 segs.)	1,00
6.	STUTS ou DIAMIDOV	2,00
7.	FELGE ao apoio de mãos	1,00
8.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,00
10.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
11.	Descida ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
12.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,00



\* As séries que são compostas por câmbios na suspensão terão como referência a posição do corpo em relação a horizontal da linha da Barra

Parte	Elemento	Valor
 <p><b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
1.	Subida em OITAVA	1,00
2.	LANÇAMENTO atrás	0,50
3.	GIRO DE QUADRIL	1,00
4.	Descer a frente (sub-lançamento) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente, balanço para trás	1,50
6.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

Parte	Elemento	Valor
 <p><b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
1.	Subida em OITAVA	1,00
2.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	1,00
3.	GIRO DE QUADRIL	1,00
4.	Descer a frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,50
6.	Balanço misto completo	0,50
7.	Troca para tomada dorsal atrás	0,50
8.	Balanço completo	0,50
9.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

<input type="checkbox"/> <p><b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,25
2.	Balanço para frente ½ cambio	0,25
3.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,25
4.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,25
5.	KIPE AFASTADO	1,50
6.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente,	0,25
7.	KIPE UNIDO	1,50
8.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	1,00
9.	GIRO DE QUADRIL	1,00
10.	Descer à frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás	0,50
11.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,25

<input type="checkbox"/> <p><b>SÉRIE 04 - Nota de partida - 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 8,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,25
2.	KIPE UNIDO	1,00
3.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
4.	GIRO LIVRE HORIZONTAL, seguido de suspensão	1,25
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,25
6.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,25
7.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,25
8.	KIPE AFASTADO	1,00
9.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente	0,25
10.	KIPE UNIDO	1,00
11.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

<input type="checkbox"/> <p style="text-align: center;"><b>SÉRIE 05 - Nota de partida - 15,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 9,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,50
2.	Balanço para frente ½ cambio	0,50
3.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,50
4.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,50
5.	KIPE	1,00
6.	LANÇAMENTO mínimo 45°	1,00
7.	GIRO LIVRE (mínimo 45°)	1,50
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
10.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

<input type="checkbox"/> <p style="text-align: center;"><b>SÉRIE 06 - Nota de partida - 16,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 10,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso	0,50
2.	KIPE	1,00
3.	LANÇAMENTO À PARADA DE MÃOS	1,00
4.	GIRO LIVRE À PARADA DE MÃOS	1,50
5.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
6.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,50
7.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

☐	<b>SÉRIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 11,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
<b>Opção 01</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00
6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	1,00
7.	ENDO	1,50
8.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE COM ½ VOLTA	1,00
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
10.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
11.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00
<b>Opção 02</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00
6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	1,00
7.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE COM ½ VOLTA	0,50
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	STALDER	1,50
10.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
11.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	0,50

<p style="text-align: center;"><b>SÉRIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00
6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	0,50
7.	ENDO	1,50
8.	ENDO ½ volta	1,50
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
10.	Giro gigante de preparação para o giro de sola (sem passar pela parada)	0,50
11.	GIRO DE SOLA unido	1,50
12.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
13.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
14.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	0,50

## Cronograma Geral Informativo PROVISÓRIO

Período	Troféu Brasil					
	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia
MANHÃ	Treinamento	Treinamento	Classificatória GAF - Salto e Paralela GAM - Solo, cavalo e argolas	Classificatória GAF - Trave e solo GAM - Salto, paralela e barra	Final GAF - Salto e Paralela GAM - Solo, cavalo e argolas	Final GAF - Trave e solo GAM - Salto, paralela e barra
TARDE						
NOITE						

Período	Campeonato Brasileiro Adulto e Infantil						
	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia	7º dia
MANHÃ	Treinamento pódio Infantil	Competição Obrigatório Infantil	Competição Livre Infantil Treinamento Adulto	Treinamento de pódio adulto	Competição adulto	Treinamento adulto	Competição Adulto (manhã e tarde)
TARDE							
NOITE							

Período	Torneio Nacional					
	Níveis					
	Intermediário e avançado		Iniciantes		Base	
	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia
MANHÃ	Treinamento	Competição	Treinamento	Competição	Treinamento	Competição
TARDE						
NOITE						

Período	Campeonato Brasileiro Pré-infantil e Juvenil				
	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia
MANHÃ	Treinamento Pré-infantil e juvenil	Treinamento Pódio Juvenil	Treinamento pódio pré-infantil Competição Classificatória Juvenil	Competição obrigatória Pré-infantil e treinamento finalistas Juvenil	Finais por aparelhos juvenil
TARDE					
NOITE					

## TORNEIO NACIONAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA

### REGULAMENTO TÉCNICO 2023

#### GENERALIDADES

#### PARTICIPANTES:

A participação no TORNEIO NACIONAL de GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA (TNGAM) é aberta a qualquer entidade filiada ou não às federações estaduais. No estado em que não houver federação, as entidades participantes deverão realizar as inscrições diretamente com a CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA (CBG).

As categorias seguirão a seguinte tabela:

CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	ANO	OBSERVAÇÃO
PRÉ-INFANTIL	09 a 11 anos	Nascidos em 2014, 2013 e 2012	Completos no ano da competição
INFANTIL	12 a 14 anos	Nascidos em 2011, 2010 e 2009	Completos no ano da competição
JUVENIL	15 a 17 anos	Nascidos em 2008, 2007 e 2006	Completos no ano da competição
ADULTA	18 anos e acima	Nascidos em 2005 e abaixo	Completos no ano da competição

#### INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

- A participação em relação às diversas séries obrigatórias nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
- O ginasta que competiu em um nível superior **NÃO** poderá retornar ao nível anterior.
- O ginasta inscrito em um determinado nível **NÃO** poderá alterar de nível.
- Os ginastas que participaram do Campeonato Brasileiro, somente poderão participar no Nível **INTERMEDIÁRIO** ou **AVANÇADO**.
- No **NÍVEL AVANÇADO** - Os ginastas poderão executar movimentos de DIFICULDADE máximo "C".
- O uniforme deverá ser idêntico para todos os ginastas da equipe por nível.

#### COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES:

Número ilimitado de ginastas.

#### PROGRAMAÇÃO:

- a) CI - Participam todos os ginastas.

#### PREMIAÇÃO

##### Troféu Massificação

- Será premiada a entidade que participar com o maior número de ginastas.
- Em caso de empate será considerado campeão o clube que tiver o melhor resultado no Individual geral.

### Troféu Por Equipes

- Serão premiados os treinadores das três(03) melhores equipes POR NÍVEL independente da categoria.
- Em caso de empate será considerado campeão o clube que tiver o melhor resultado no individual geral

### **Individual Geral:**

Serão premiados com medalhas

Níveis Base, Iniciante, Intermediário e Avançado	
Categorias	Classificação
Pré-infantil, Infantil, Juvenil e Adulto	1º ao 6º lugar

### \* Medalhas de participação para os demais ginastas (não premiados)

\* Nas categorias onde houver menos do que 06 participantes, haverá premiação Individual Geral até a 3º colocado

- É direito do treinador optar pela passagem de nível, independente da pontuação, exceto quando o ginasta participou de algum Campeonato Brasileiro.

### **ARBITRAGEM**

- A banca de arbitragem poderá ter árbitros estaduais.
- A banca de arbitragem poderá ser reduzida.
- A convocação da arbitragem é de responsabilidade da CBG.

<b>NÍVEL BASE</b>	
<b>OBRIGATÓRIO</b>	
<b>APARELHOS</b>	<b>SOLO e SALTO</b>
<b>SÉRIES</b>	Solo 01, 02, 03 e 04 Programa Obrigatório Brasileiro (POB) Salto 02 opções
<b>CATEGORIAS</b>	Pré-infantil, Infantil, Juvenil e Adulta
<b>INFORMAÇÕES GERAIS</b>	A participação em relação aos níveis técnicos nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será penalizado em 0,50 p.
As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>PREMIAÇÕES</b>	
<b>POR EQUIPES</b>	A equipe tem um número ilimitado de participantes. Soma das 5 melhores notas por aparelhos, independente da categoria
	Medalhas do 1º ao 3º lugar para a entidade (treinadores)
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Por categoria
	Medalhas 1º ao 6º lugar Na categoria que houver menos que 06 participantes a premiação será do 1º ao 3º lugar
<b>MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados
<b>PROGRAMAÇÃO</b>	
<b>Competição classificatória</b>	Programa obrigatório
	Todos participam
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>	
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>
<b>SOLO</b>	Pista de 14 metros (lateral do tablado)
<b>SALTO</b>	80 a 100 cm (plano alto com colchões) 12,00m para corrida

<b>NÍVEL INICIANTE</b>		
<b>OBRIGATÓRIO</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>SOLO, SALTO e BARRA.</b>	
<b>SÉRIES</b>	01, 02, 03 e 04 – Programa Obrigatório Brasileiro (POB)	
<b>CATEGORIAS</b>	Pré-infantil, Infantil, Juvenil e Adulta	
<b>INFORMAÇÕES GERAIS</b>	A participação em relação aos níveis técnicos nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.	
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.	
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte	
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será penalizado em 0,50p.	
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>PREMIAÇÕES</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	A equipe tem um número ilimitado de participantes. Soma das 5 melhores notas por aparelhos, independente da categoria	Medalhas do 1º ao 3º lugar para a entidade (treinadores)
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Por categoria	Medalhas 1º ao 6º lugar Na categoria que houver menos que 06 participantes a premiação será do 1º ao 3º lugar
<b>MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados	
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
<b>Competição classificatória</b>	Programa obrigatório	Todos participam
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	
<b>SOLO</b>	Pista de 14 metros (lateral do tablado)	
<b>SALTO</b>	1,15m, 1,25m ou 1,35m (livre para toda equipe). Permitido usar dois trampolins.	
<b>BARRA</b>	2,20 m do colchão.	

<b>NÍVEL INTERMEDIÁRIO</b>		
<b>OBRIGATÓRIO</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>SOLO, COGUMELO, ARGOLAS, SALTO, PARALELA E BARRA-FIXA.</b>	
<b>SÉRIES</b>	01, 02, 03 e 04 - Programa Obrigatório Brasileiro (POB)	
<b>CATEGORIAS</b>	Pré-infantil, Infantil, Juvenil e Adulta	
<b>INFORMAÇÕES GERAIS</b>	A participação, em relação aos níveis técnicos nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.	
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.	
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte	
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será penalizado em 0,50 p.	
	As partes das séries têm exercícios principais e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>PREMIAÇÕES</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	A equipe tem um número ilimitado de participantes. Soma das 5 melhores notas por aparelhos, independente da categoria	Medalhas do 1º ao 3º lugar para a entidade (treinadores)
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Por categoria	Medalhas 1º ao 6º lugar Na categoria que houver menos que 06 participantes a premiação será do 1º ao 3º lugar
<b>MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados	
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
<b>Competição classificatória</b>	Programa obrigatório	Todos participam
<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Medidas</b>	
<b>SOLO</b>	Tablado	
<b>COGUMELO</b>	Diâmetro 45 a 65 cm. Altura 55 a 85 cm do colchão	
<b>ARGOLAS</b>	2,40 m do colchão	
<b>SALTO</b>	1,15m, 1,25m ou 1,35m (livre para toda equipe). Permitido usar dois trampolins.	
<b>PARALELA</b>	Livre para a toda equipe até 180 cm do colchão	
<b>BARRA</b>	2,40 m do colchão	

NÍVEL AVANÇADO		
LIVRE		
<b>APARELHOS</b>	SOLO, CAVALO C/ ALÇAS, ARGOLAS, SALTO, PARALELA E BARRA - FIXA.	
<b>CATEGORIAS</b>	Infantil, Juvenil e Adulta	
<b>COMPOSIÇÃO DA NOTA DE APRESENTAÇÃO</b>		
<b>NOTA D</b>	Seis melhores elementos (Saída + 5 elementos)	
<b>NOTA E</b>	10,00 pontos	
<b>GRUPO DE ELEMENTOS</b>	Três GRUPOS DE ELEMENTOS (SAÍDA + 2 GRUPOS)	
	Saída A	0,50 p.
<b>DEDUÇÕES ESPECÍFICAS</b>	Aplicam-se as seguintes regras para provas curtas: 4 elementos (- 4,00p.) 3 elementos (- 6,00p.) 2 ou 1 elemento (- 8,00p.)	
	Aplicam-se as restrições FIG com relação a elementos proibidos para juvenis em todas as categorias	
	Aplica-se o sistema de bonificações e adaptações CBG conforme tabelas abaixo	
	Apresentar ELEMENTO de Dificuldade superior a "C" - Dedução de 1,00p na nota final, além de não ser considerada a dificuldade desse elemento, a execução será avaliada normalmente.	
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	A equipe tem um número ilimitado de participantes. Soma das 5 melhores notas por aparelhos, independente da categoria	Medalhas do 1º ao 3º lugar para a entidade (treinadores)
	<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Por categoria
<b>MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO</b>	Para todos os ginastas não premiados	
<b>CERTIFICADO</b>	Para todos os participantes	
<b>PROGRAMAÇÃO</b>		
<b>Competição classificatória</b>	Programa livre	Todos participam
<b>Observações</b>		
<b>SOLO</b>	Não é necessário incluir 01 duplo mortal	
<b>ARGOLAS</b>	Não é necessário incluir elemento a parada de mãos	

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
APARELHOS	Medidas	
SOLO	Tablado oficial	
CAVALO COM ALÇAS	Oficial (permitido o uso de tampa de plinto)	
ARGOLAS	Oficial	
SALTO	1,15m, 1,25m ou 1,35m (livre para toda equipe). Permitido usar dois trampolins	
PARALELA	Oficial - Permitido colchão de 10cm	
BARRA	Oficial	
<b>SALTO SOBRE A MESA</b>		
REQUISITOS ESPECÍFICOS	Nota final	Conforme tabela específica do salto
	Valor	

## SISTEMA ESPECIAL DE BONIFICAÇÕES

APARELHO	MOVIMENTO	BONIFICAÇÃO	CATEGORIA
	B + A, C + A, C + B, B + B ou Vice-versa para MORTAIS	0,10	INFANTIL
	C + C, C + A e C + B ou vice-versa para MORTAIS	0,10	JUVENIL ADULTA
	Giro 01 alças	0,20	TODAS
	SDB	0,20	
	Stuts	0,10	
	Diamidov	0,10	
	Luf troll	0,10	

### PARA TODOS OS NÍVEIS E CATEGORIAS

Saídas cravadas em todos os aparelhos serão bonificadas em 0,10p. (Inclusive no Salto)

### ELEMENTOS ADAPTADOS CBG

Aparelho	Movimento	Dificuldade	Grupo de elementos
	Estrela	A	1
	Rodante	A	1
	Falsa tesoura para frente	A	1
	Falsa tesoura para trás	A	1
	Subida chaveada	A	2
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Esquadro afastado	A	1
	Saída de balanço com meia volta a frente	A	4
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Quipe afastado	A	3
	Giro de sola a parada de mãos	B	3

**PROGRAMA OBRIGATÓRIO BRASILEIRO  
SOLO**

 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental.	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE salto levemente selado aterrissagem. (A-C)	1,00
3.	ROLAMENTO PARA TRÁS com as pernas estendidas e afastadas.	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés unidos no solo. Levantar-se até a posição fundamental.	1,00
6.	Chute com uma das pernas passagem pela PARADA DE MÃOS, rolamento (C-A)	0,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 6,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C)	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE FLIC salto levemente selado aterrissagem	1,00
3.	OITAVA À PARADA com os braços estendidos	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA, rolamento (C-A)	1,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL GRUPADO a posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA subindo com afastamento das pernas (2 segs.), rolamento à frente imediato salto para direção C-B ou C-D	1,50
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO ao passo seguido de ESTRELA, coreografia qualquer	1,00
9.	Corrida seguida de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

Parte	Elemento	Valor
	<b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL ESTENDIDO à posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.) seguido de	1,00
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D).	1,00
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO AO PASSO seguido de	1,00
9.	REVERSÃO com pernas unidas salto P.F., coreografia qualquer	1,00
10.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

**COGUMELO**

Obs.: Qualquer série executada na sua totalidade em FLAIR será bonificada em 1,00p.

 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
01	Volteio	1,00
02	Volteio	1,00
03	Volteio	1,00
04	Volteio	1,00
05	Volteio	1,00
	Finalizar lateralmente	

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
01	Volteio	0,50
02	Volteio	0,50
03	Volteio	0,50
04	Volteio	0,50
05	Volteio	0,50
06	Volteio	0,50
07	Volteio	0,50
08	Volteio	0,50
09	Volteio	0,50
10	Volteio	0,50
11	Volteio	0,50
12	Volteio	0,50
	Finalizar lateralmente	

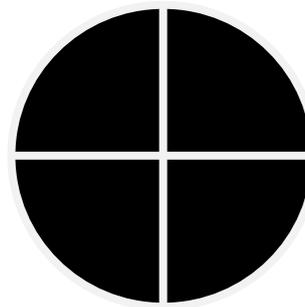
 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
01	Volteio	0,25
02	Volteio	0,25
03	Volteio	0,25
04	Volteio	0,25
05	¼ Spindle	2,00
06	Volteio	0,25
07	Volteio	0,25
08	Volteio	0,25
09	Volteio	0,25
10	¼ Spindle	2,00
11	Volteio	0,25
12	Volteio	0,25
13	Volteio	0,25
14	Volteio	0,25
15	Finalizar lateralmente	

 <b>SÉRIE 04 - Nota de partida - 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 8,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
01	Volteio	0,25
02	Volteio	0,25
03	Volteio	0,25
04	Volteio	0,25
05	½ Spindle	2,50
06	Volteio	0,25
07	Volteio	0,25
08	Volteio	0,25
09	Volteio	0,25
10	½ Spindle	2,50
11	Volteio	0,25
12	Volteio	0,25
13	Volteio	0,25
14	Volteio	0,25
15	Finalizar lateralmente	

➔ O COGUMELO será demarcado com uma fita na forma de **+** e este servirá como referência técnica e de julgamento. Sendo assim o cogumelo passa a ter as seguintes partes: (As mãos deverão estar em cima de uma das linhas)

➔ A largura da fita deverá ser de 10,00 cm.

➔ O volteio terá seu início e término no apoio facial.





\* As séries que são compostas por desloques e enloques terão como referência a altura dos ombros em relação ao aro inferior das argolas (horizontal)

 <b>SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.), retorno lento até a suspensão	1,00
2.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	1,00
3.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
4.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
5.	Balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Saída em mortal estendido para trás	1,00

 <b>SÉRIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 6,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.) <del>;- retorno lento até a suspensão</del>	1,00
2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	1,00
3.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	<del>1,00</del> 0,50
4.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
5.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Balanço atrás, ENLOQUE	1,00
8.	Balanço completo	0,50
9.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	<del>1,00</del> 0,50

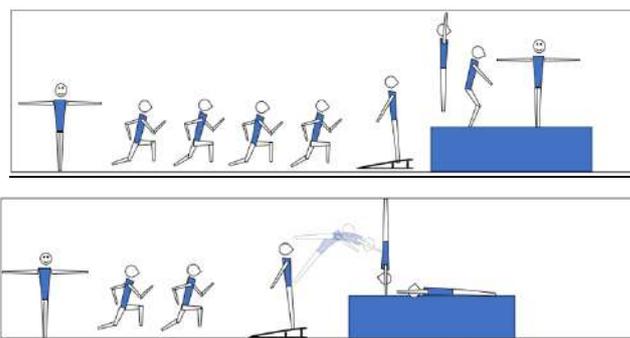
 <b>SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.)	0,50
2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	0,50
3.	Elevação até o apoio com auxílio do técnico, APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
4.	Esquadro (2 segs.)	<del>1,00</del> 0,50
5.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
6.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	<del>1,00</del> 0,50
7.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
8.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
9.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
10.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
11.	Balanço completo	0,50
12.	DESLOQUE	0,50
13.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

 <b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor
1.	ELEVAÇÃO da suspensão até apoio	<del>1,00</del> 0,50
2.	APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Elevação GRUPADA até a “MEIA PARADA” com braços estendidos e pés (no mínimo) na linha horizontal na parte baixa do aro das argolas (2 segs.)	1,00
5.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
6.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
7.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	0,50
8.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	<del>1,00</del> 0,50
9.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
10.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
11.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
12.	Balanço completo	0,50
13.	DESLOQUE	0,50
14.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

### SALTO (nível BASE)

<b>T</b>	Distância máxima da corrida	12 m
	Altura do colchão	80 a 100 cm <del>1,00m</del>
	Observações	Não há MESA Permitido somente 1 trampolim

<b>T</b>	<u>Descrição do Salto</u>		
Nível 1	Salto em extensão	ND - 1,00p	Apresentação 10,00p
Nível 2	Salto parada com chegada em decúbito dorsal	ND - 2,00p	



### SALTO (níveis Iniciante, intermediário e avançado)

	NÍVEL	SALTOS	OBSERVAÇÕES
<b>T</b>	INICIANTE	Reversão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dois saltos iguais</li> <li>Nota final = melhor salto</li> </ul>
	INTERMEDIÁRIO	1º Reversão	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nota final = média dos dois saltos</li> </ul>
		2º Livre (Pode repetir o 1º salto)	
AVANÇADO	Livre	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dois saltos diferentes</li> <li>Nota final = média dos dois saltos</li> </ul>	



 <p><b>SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Corrida de impulso, balanço suspensão 2x (abrindo o quadril)	1,00
2.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
3.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente	0,50
4.	ESQUADRO com pernas unidas (2 segs.)	1,00
5.	Lançamento à frente com extensão do quadril	0,50
6.	Balanço completo no apoio de mãos 2x	1,00
7.	SAÍDA LATERAL sobre o barrote, apoio de ambas as mãos neste barrote a posição final	0,50

 <p><b>SÉRIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 6,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao afastamento das pernas estendidas e apoio nos barrotes	0,50
2.	ESQUADRO com as pernas unidas (2 segs.)	1,00
3.	Lançamento à frente com extensão do quadril, balanço para trás	0,25
4.	Descida à suspensão (extensão total do corpo altura do barrote), seguido de balanço completo abrindo o quadril embaixo	0,50
5.	Imediato balanço atrás ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
6.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente, passagem do apoio de mãos à frente	0,25
7.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	1,00
8.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
9.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
10.	Balanço, SAÍDA À FRENTE COM ½ VOLTA	0,50

	<b>SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.
---	--

**Opção 01**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50

**Opção 02**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Balanço à frente, balanço atrás com imediato MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	<b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.
--	--

**Opção 01**

Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50

<b>Opção 02</b>		
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>Valor</b>
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Balanço à frente, balanço atrás imediata saída em MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50



\* As séries que são compostas por câmbios na suspensão terão como referência a altura da Barra.

Parte	Elemento	Valor
<b>SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
1.	Subida em OITAVA	1,00
2.	LANÇAMENTO atrás	0,50
3.	GIRO DE QUADRIL	1,00
4.	Descer a frente (sub-lançamento) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente, balanço para trás	1,50
6.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

Parte	Elemento	Valor
<b>SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.		
1.	Subida em OITAVA	1,00
2.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	1,00
3.	GIRO DE QUADRIL	1,00
4.	Descer a frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,50
6.	Balanço misto completo	0,50
7.	Troca para tomada dorsal atrás	0,50
8.	Balanço completo	0,50
9.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

<p><b>SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,25
2.	Balanço para frente ½ cambio	0,25
3.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,25
4.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,25
5.	KIPE AFASTADO	1,50
6.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente,	0,25
7.	KIPE UNIDO	1,50
8.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	1,00
9.	GIRO DE QUADRIL	1,00
10.	Descer à frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás	0,50
11.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,25

<p><b>SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.</b> Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.</p>		
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,25
2.	KIPE UNIDO	1,00
3.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
4.	GIRO LIVRE HORIZONTAL, seguido de suspensão	1,25
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,25
6.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,25
7.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,25
8.	KIPE AFASTADO	1,00
9.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente	0,25
10.	KIPE UNIDO	1,00
11.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

## Cronograma Geral Informativo PROVISÓRIO

	Torneio Nacional					
Período	Níveis					
	Intermediário e avançado		Iniciantes		Base	
	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia
MANHÃ	Treinamento	Competição	Treinamento	Competição	Treinamento	Competição
TARDE						
NOITE						

**REGULAMENTOS TÉCNICOS  
GAM 2023  
CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS  
SÉRIES OBRIGATÓRIAS**

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.



**SOLO**

**Série 01**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2 seg.	< horizontal Não parar	45° mínimo
2	RODANTE	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	ROLAMENTO PARA TRÁS pernas est. e afastadas	x	x		Joelhos flex.
4	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
5	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	<2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Ñ parar
5	Tocar pés antes de unir pernas	tocar	ñ fechar	bater	Outras falhas posturais
6	PARADA DE MÃOS	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	REVERSÃO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais

**Série 02**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2 seg.	< horiz. Não parar	45° mínimo
2	RODANTE FLIC	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
3	OITAVA À PARADA	x	x	X	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
4	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
5	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	<2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Tempo
5	Tocar pés antes de unir pernas	tocar	não fechar	bater	
6	PARADA DE MÃOS À FORÇA	x	x	x	Ñ necessário parar
7	REVERSÃO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais

**Série 03**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2 seg.	< horiz. Não parar	45° mínimo

2	Rodante FLIC	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
3	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	x	x	X	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
4	OITAVA À PARADA DE MÃOS	x	x	X	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
5	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
6	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	x <2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Ñ parar
6	Tocar pés antes de unir pernas	Tocar		Bater	
7	PARADA DE MÃOS À FORÇA	x	x < 2"	X ñ parar	Demais falhas
8	REVERSÃO	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
8	ESTRELA	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
9	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	x	x	X	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais

<b>Série 04</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2 seg.	< horiz Não parar	45° mínimo
2	Rodante FLIC	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
3	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	x	x	X	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
4	OITAVA À PARADA DE MÃOS	x	x	X	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
5	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
6	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	x <2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Ñ parar
7	PARADA DE MÃOS À FORÇA	x	x < 2"	X ñ parar	Demais falhas Tempo
8	REVERSÃO AO PASSO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
8	REVERSÃO chegando 2 pés	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
9	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais

<b>Série 05</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Rodante TEMPO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
2	FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	OITAVA À PARADA DE MÃOS	x	x	x	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
4	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2 seg.	< horiz. Não parar	45° mínimo
5	1 ½ volteio	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
7	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	x <2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Ñ parar
8	PARADA DE MÃOS À FORÇA	x	x < 2"	X ñ parar	Demais falhas Tempo
9	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
10	REVERSÃO AO PASSO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
11	REVERSÃO chegando 2 pés	x	x	x	Falhas técnicas e posturais

12	Rodante FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
13	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais

Série 06					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Rodante TEMPO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
2	FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
4	OITAVA À PARADA DE MÃOS	x	x	x	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
5	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2"	< horiz ñ parar	45° mínimo Tempo
6	1 ½ volteio	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
8	ESQUADRO AFASTADO	< horiz.	x <2seg	Ñ parar	Pés horizontal e falhas posturais Ñ parar
9	PARADA DE MÃOS À FORÇA	x	x < 2seg	X ñ parar	Demais falhas Tempo
10	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (D-B ou B-D).	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
10	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (D-B ou B-D).	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
11	REVERSÃO AO PASSO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
12	REVERSÃO chegando 2 pés	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
13	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
14	Rodante FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
15	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro.	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais

Série 07					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Rodante FLIC	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
2	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM 1/2 GIRO OU TWIST ESTENDIDO	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	X	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
4	REVERSÃO chegando 2 pés	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	FLIC PARA FRENTE	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	X	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
7	OITAVA À PARADA COM ½ giro	X	x	x	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
8	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS	X	x < 2"	X ñ parar	Demais falhas Tempo
9	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2"seg	< horiz. ñ parar	45° mínimo Tempo
10	2 1/2 volteios	X	x 2"seg	X ñ parar	Falhas técnicas e posturais
11	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo

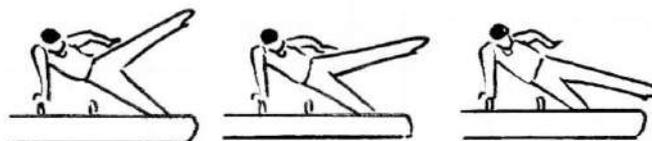
12	ESQUADRO ALTO	X	x <2seg	x Ñ parar	Tempo, angulação, demais falhas
13	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
13	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	X	x	x	Falhas técnicas e posturais
14	Rodante TEMPO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
15	FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
16	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais

Série 08					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Rodante FLIC	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
2	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ GIRO OU TWIST ESTENDIDO	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
3	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE COM ½ VOLTA (C-A)	x	x	X	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
4	REVERSÃO chegando 2 pés	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
5	FLIC PARA FRENTE	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
6	MORTAL ESTENDIDO PARA FRENTE	x	x	X	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais
7	OITAVA À PARADA COM ½ giro	x	x	X	Falhas técnicas e posturais (cotovelo e joelho)
8	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS	x	x < 2"	X ñ parar	Demais falhas Tempo
9	AVIÃO	< 45°	< 30° < 2"seg	< horiz ñ parar	45° mínimo Tempo
10	2 1/2 volteios	x	x	X	Falhas técnicas e posturais
11	SAPINHO		x <2seg	Ñ parar	Não encostar peito Tempo
12	ESQUADRO ALTO	x	x <2seg	x Ñ parar	Tempo, angulação, demais falhas
13	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (D-B ou B-D).	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
13	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (D-B ou B-D).	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
14	Rodante TEMPO	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
15	FLIC	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
16	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM 1/1 GIRO	x	x	x	Altura, preparação (P ou M) chegada e outras falhas técnicas e posturais



**Cavalo com alças**

Para passagens de pernas:



0,00

0,10

0,30

Série 01					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Passagem perna frente	x	X		Amplitude, falhas posturais
2	Passagem perna frente	x	X		Amplitude, falhas posturais
3	Passagem perna trás	x	X		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna trás	x	X		Amplitude, falhas posturais
5	Passagem perna frente	x	X		Amplitude, falhas posturais
6	Balanço tesoura	x	X		Amplitude, falhas posturais
7	Passagem perna trás	x	X		Amplitude, falhas posturais
8	Passagem perna frente	x	X		Amplitude, falhas posturais
9	Balanço tesoura	x	X		Amplitude, falhas posturais
10	Passagem perna trás	x	X		Amplitude, falhas posturais
11	Apoio facial 2 segs.		x < 2"	X ñ parar	

Série 02					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
2	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
3	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
5	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
6	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
7	Balanço pernas afastadas	x	x		Amplitude, falhas posturais
8	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
10	Apoio facial transporte lateral alça (posição 2 – 1) – ponta 2 segs.	x	x < 2"	X ñ parar	Amplitude, falhas posturais, flexão de cotovelos

Série 03					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
2	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
3	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
5	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
6	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
7	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
8	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais

10	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
11	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
12	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
13	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
14	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
15	Apoio facial transporte lateral alça – ponta (posição 2 – 1) 2 segs.	até 45°	x < 2" e 45° a 90°	X ã parar ou flexão > 90°	Amplitude, falhas posturais, flexão de cotovelos

Série 04					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
2	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
3	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna atrás	x	x		Amplitude, falhas posturais
5	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
6	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
7	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
8	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Falsa tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
10	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
11	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
12	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
13	Rasteira	x	x		Falhas técnicas e posturais
14	Passagem perna frente	x	x		Falhas posturais
15	Giro alça	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
16	Saída lateral	x	x		Falhas técnicas e posturais

Série 05					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Falsa tesoura trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
2	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
3	Falsa tesoura trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
4	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
5	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
6	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
7	Passagem perna frente	x	x		Falhas posturais
7	Rasteira	x	x		Falhas técnicas e posturais
8	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
9 - 12	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
13	Saída por cima alça	x	x		Falhas técnicas e posturais

Série 06					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	Tcheca dorsal	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4 - 5	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	Rasteira	x	x		Falhas técnicas e posturais
7	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
7	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
8	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
10	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
11	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
12 - 13	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
14	1/3 Sivado (em apoio transversal)	X	X	X	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares

		Desvio 15° - 30°	Desvio 31° - 45°	Desvio > 45° e NR pelo júri D	
15 - 16	Giro P1	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
17	Alemã	x < 30°	x	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

<b>Série 07</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	02 Giros	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	Giro 1 alça	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Tcheca	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	Rasteira	x	x		Falhas técnicas e posturais
8	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
8	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
9	Tesoura trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
10	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
10	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
11	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
12	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
13	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
14	½ sivado (em apoio transversal)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
15	Giro P1	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
16	Alemã	x	x < 30°	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

<b>Série 08</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	Stockly B para a ponta	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Giro alça/ponta	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Giro P1	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	Giro ponta/alça	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	Transporte lateral da ponta pra alça	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
8	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
9	Tcheca	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
10	Rasteira	x	x		Falhas técnicas e posturais
11	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
11	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
12	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
13	Passagem perna trás	x	x		Amplitude, falhas posturais
13	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
14	Tesoura	x	x		Amplitude, falhas posturais
15	Passagem perna frente	x	x		Amplitude, falhas posturais
16	Giro	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
17	½ sivado (em apoio transversal)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
18	Giro P1	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
19	Alemã	x	x	x	Falhas técnicas e posturais

		< 30°			Amplitude 30° abaixo do ombro
--	--	-------	--	--	-------------------------------

**Cavalo sem alças**

Série 01					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 5	05 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
-	Saída lateral	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais

Série 02					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 8	08 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
9	Saída lateral	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais

Série 03					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 4	04 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
5	¼ Spindle	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
6 - 7	02 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
8	Saída lateral dorsal	x	x	x	Quadril aberto, desvios angulares e falhas posturais

Série 04					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 4	04 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
3	½ Spindle em ate 2 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
4 - 5	02 volteios	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
6	Saída por cima	x	x < 30°	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

Série 05					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	02 Volteios P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
3	Transporte (para frente) 1/3 (P1 – P3)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° – 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
4 - 5	02 volteios P3	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
6	Saída por cima	x	x < 30°	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

Série 06					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	02 Volteios P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
3	Transporte (para frente) 1/3 (P1 – P3)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° – 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
4	Volteio P3				
5	Transporte (para frente) 1/3 (P3 – P5)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° – 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares

6	Volteio P5	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
6	Alemã	x < 30°	x	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

<b>Série 07</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	02 Volteios P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
3	Transporte 3/3 (frente)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
4	01 volteio P5	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
5	Transporte 3/3 (trás)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
6	01 volteio P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
7	Transporte 3/3 (frente)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
8	01 volteio P5	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
9	Saída mínimo R180	x	x < 30°	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro

<b>Série 08</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1 - 2	02 Volteios P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
3	Transporte 3/3 (frente)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
4	01 volteio P5	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
5	Transporte 3/3 (trás)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
6	01 volteio P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
7	Transporte 3/3 (frente)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR pelo júri D	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares
8	01 volteio P5	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
9	Transporte 3/3 (trás)	X Desvio 15° - 30°	X Desvio 31° - 45°	X Desvio > 45° e NR	Falhas técnicas e posturais, desvios angulares

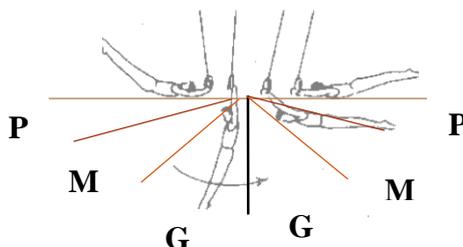
				pele júri D	
10	01 volteio P1	x	x	x	Desvios angulares e falhas posturais
11	Saída mínimo R180	x	x < 30°	x	Falhas técnicas e posturais Amplitude 30° abaixo do ombro



Argolas

### Balanço nas argolas

#### Referencia - Horizontal



Série 01					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Flexão cotovelos (2 seg.)		<2seg	ñ parar	Tempo
2	Canoinha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
4 - 6	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
7	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

Série 02					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Flexão cotovelos (2 seg.)		<2seg	ñ parar	Tempo
2	Elevação das pernas 90 graus	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo Angulação
3	Canoinha dorsal (2 seg.)	x	x < 2 seg	x Ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5 - 6	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
7	Enloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro

8	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
9	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

<b>Série 03</b>					
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>0,10</b>	<b>0,30</b>	<b>0,50</b>	<b>Observação</b>
1	Flexão cotovelos (2 seg.)		<2seg	ñ parar	Tempo
2	Elevação das pernas 90 graus	x	x < 2 seg.	x Ñ parar	Falhas posturais Tempo Angulação
3	Apoio	x	x < 2 seg.	x Ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5	Parada de ombros (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Retorno ao apoio (2 seg.)	x	x	x	Ñ estender cotovelos Tempo
7	Canoinha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
9	Balanço completo	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
10	Enloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
11	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
12	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
13	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

<b>Série 04</b>					
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>0,10</b>	<b>0,30</b>	<b>0,50</b>	<b>Observação</b>
1	Elevação até apoio	x	x	x	Falhas posturais (corpo estendido)
2	Apoio (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Elevação Grupada até a Meia-Parada	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo Altura dos pés em relação às argolas
5	Esquadro	x	X < 2 seg.	X ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de ombros (2 seg.)	x	X < 2 seg.	X < 2 seg.	Falhas posturais Tempo
7	Retorno ao apoio (2 seg.)	x	X < 2 seg.	X ñ parar	Ñ estender cotovelos Tempo
8	Canoinha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
9	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
10	Balanço	x	x	x	Falhas posturais

		até 30°	até 45°	<46°	Altura do balanço
11	Enloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
12	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
13	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
14	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

<b>Série 05</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Elevação até apoio	x	x	x	Falhas posturais (corpo estendido)
2	Apoio (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Rolamento carpado	x	x	x	Falhas posturais
5	Canoinha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
8	Dominação traseira	x	x	x	Falhas posturais
9	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
10	Elevação grupada até a Meia-Parada	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo Altura dos pés em relação às argolas
11	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
12	Parada de Ombros (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo Angulação
13	Queda enloque	x	x	x	Falhas posturais
14	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
15	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
16	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

<b>Série 06</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Elevação até apoio	x	x	x	Falhas posturais (corpo estendido)
2	Apoio (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Rolamento carpado	x	x	x	Falhas posturais
5	Prancha dorsal	x	x	x	Falhas posturais

			<2seg	ñ parar	Tempo Angulação
6	Canoinha (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Balanço	x até 30°	x até 45°	x <46°	Falhas posturais Altura do balanço
9	Dominação traseira	x	x	x	Falhas posturais
10	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
11	Elevação quadril com braços est. Pernas afastadas	x	x	x	Falhas posturais Tempo
12	Queda enloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x <46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
13	Balanço	x até 30°	x até 45°	x >46°	Falhas posturais Altura do balanço
14	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x >46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
15	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

<b>Série 07</b>					
<b>Parte</b>	<b>Elemento</b>	<b>0,10</b>	<b>0,30</b>	<b>0,50</b>	<b>Observação</b>
1	Elevação até apoio	x	x	X	Falhas posturais (corpo estendido)
2	Apoio (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
4	Rolamento carpado	x	x	X	Falhas posturais
5	Prancha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Canoinha (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x >46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
9	Oitava carpada (cotovelo estend.)	x	x	X	Falhas posturais
10	Esquadro	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
11	Parada de mãos (2 seg.)	x	x	X	Falhas posturais
12	Queda desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x >46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
13	Mortal estendido	x	x	x	Falhas posturais Altura

Série 08 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Elevação até apoio	x	x	x	Falhas posturais (corpo estendido)
2	Apoio (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Rolamento carpado	x	x	x	Falhas posturais
4	Prancha dorsal (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5	Retorno com corpo estendido até a Vela	x	x	x	Falhas posturais
6	Vela (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Desloque	x até 30° relação ombros	x até 45° relação ombros	x >46° relação ombros	Falhas posturais Altura do ombro
8	Oitava carpada (cotovelo estend)	x	x	x	Falhas posturais
9	Esquadro (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
10	Prancha afastada (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
11	Esquadro afastado (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
12	Parada de mãos (2 seg.)	x	X < 2 seg.	X Ñ parar	Falhas posturais Tempo
13	Queda Felge	x Até 30° argolas	x até 45°	x abaixo 45° NR	Falhas posturais Altura do ombro
14	Duplo mortal trás grupado	x	x	x	Falhas posturais Altura



**Critérios de avaliação**

	0,10	0,30	0,50
Falha de execução 1ª fase	x	x	x
Falha técnica 1ª fase	x	x	x
Não passar pela vertical na posição de apoio invertido	x	x	x
Falha de execução 2ª fase	x	x	x
Falha técnica 2ª fase	x	x	x
Altura insuficiente	x	x	x
Falta extensão na preparação da chegada	x	x	

**Tabela de distancia para chegadas no SALTO sobre a MESA**

CATEGORIA	Distancia da MESA	Dedução aplicada	Observação
PRÉ-INFANTIL	0,50m	G	Obrigatório
	1,00m	M	
	1,50m	P	
INFANTIL	0,50m	G	Obrigatório e Livre
	1,00m	M	

	1,50m	P	
--	-------	---	--



Série 01					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	2x balanço suspensão	x 30° horizon t.	x 31-45° horizont.	x <45°	Falhas posturais Amplitude do balanço
2	Dominação traseira	x	x	x	Falhas posturais
3	Dominação dianteira	x	x	x	Falhas posturais Extensão do cotovelo
4	Esquadro (2seg.)	x	x < 2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5	Lançamento a frente	x			Extensão corporal
6	2x balanço apoio mãos	x x	x x	x	Falhas posturais Abaixo do ombro
7	Saída lateral	x x	x x	x	Falhas posturais Abaixo do ombro

Série 02					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe apoio pernas	x x	x x	x x	Flexão cotovelos Extensão corpo
2	Esquadro (2seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Lançamento a frente	x			Extensão corporal
3	Balanço (trás)	x	x	x	Falhas posturais Amplitude do balanço
4	Descida e balanço suspensão (altura barrote)	x 15° abaixo	x 16-30° abaixo	x <31°	Falhas posturais Amplitude do balanço
5	Balanço (trás) ao apoio braquial	x	x	x	Falhas posturais Amplitude do balanço
6	Dominação dianteira	x	x	x	Falhas posturais Extensão do cotovelo
7	Esquadro afastado (2seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Parada de mãos	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
9	Balanço a parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
10	Saída com ½ volta	x	x		Amplitude

Série 03 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
1	Descida suspensão		x		Pés abaixo dos ombros
2	Balanço suspensão	x	x 16-30° Abaixo	x <31°	Falhas posturais Amplitude do balanço

		15° abaixo hor.	hor.		
3	Dominação traseira	x	x	x	Falhas posturais
4	Dominação dianteira	x	x	x	Falhas posturais Extensão do cotovelo
5	Esquadro unido (2 segs.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de mãos força (2 segs.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço a parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
8	Saída mortal grupado trás	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas posturais

Série 03 – opção 2					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
1	Descida suspensão		x		Pés abaixo dos ombros
2	Balanço suspensão	x 15° abaixo hor.	x 16-30° Abaixo hor.	x <31°	Falhas posturais Amplitude do balanço
3	Dominação traseira	x	x	x	Falhas posturais
4	Dominação dianteira	x	x	x	Falhas posturais Extensão do cotovelo
5	Esquadro unido (2 segs.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de mãos força (2 segs.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço a parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
8	Saída mortal grupado frente	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 04 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy (braquial)	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Dominação traseira	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço a parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
8	Saída mortal grupado trás	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 04 – opção 2					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy (braquial)	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Dominação traseira	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Esquadro unido (2 seg.)	x	x	x	Falhas posturais

			<2seg	ñ parar	Tempo
6	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço a parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais Apoio invertido
8	Saída mortal grupado frente	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 05 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Dominação traseira	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço (“Efeito Manna”) a parada (2 seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
8	Saída mortal trás estendido	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 05 – opção 2					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy (braquial)	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Dominação traseira	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Balanço (“Efeito Manna”) a parada (2seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor. e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
8	Saída mortal grupado frente	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 06 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	Balanço atrás horizontal	até 15°	16-30°	<30° hor	Falhas posturais Angulação
4	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Cambio A	x	x	x	Falhas posturais

7	Balanço ("Efeito Manna") a parada (2 seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
8	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
9	Balanço parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais
10	Saída mortal trás estendido	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 06 – opção 2					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
3	Balanço atrás horizontal	até 15°	16-30°	<30° hor	Falhas posturais Angulação
4	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
5	Parada de mãos força (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
6	Cambio A	x	x	x	Falhas posturais
7	Balanço ("Efeito Manna") a parada (2 seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
8	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
9	Balanço parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais
10	Saída mortal carpado frente	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

Série 07 – opção 1					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Balanço a parada	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor	Falhas posturais Angulação
5	Felge	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Parada de mãos força unida (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Cambio A	x	x	x	Falhas posturais
9	Balanço ("Efeito Manna") a parada (2seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
10	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
10	Balanço parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais

11	Saída mortal trás estendido	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais
----	-----------------------------	--------	--------	--------	--

**Série 07 – opção 2**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Balanço a parada	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor	Falhas posturais Angulação
5	Felge	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
6	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
7	Parada de mãos força unida (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
8	Cambio A	x	x	x	Falhas posturais
9	Balanço (“Efeito Manna”) a parada (2seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
10	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
11	Saída mortal carpado frente	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

**Série 08 – opção 1**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
3	KENMOTSU (Giro gigante)	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Balanço a parada (2seg.)			x <30° hor	Falhas posturais Tempo
6	STUTS ou DIAMIDOV	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	Felge	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
8	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
9	Parada de mãos força (pernas unidas)(2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
10	Balanço (“Efeito Manna”) a parada (2 seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
11	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
11	Balanço parada (parada passageira)	x	x	x	Falhas posturais
12	Saída mortal trás estendido	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais

**Série 08 – opção 2**

Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
2	Balanço parada mãos (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo

3	KENMOTSU (Giro gigante)	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
4	Moy	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
5	Balanço a parada (2seg.)	x	x	x <30° hor	Falhas posturais Tempo
6	STUTS ou DIAMIDOV	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
7	Felge	x	x	x	Falhas técnicas e posturais
8	Esquadro unido (2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
9	Parada de mãos força (pernas unidas)(2 seg.)	x	x <2seg	x ñ parar	Falhas posturais Tempo
10	Balanço ("Efeito Manna") a parada (2 seg.)	x até 15°	x 16-30°	x <30° hor e ñ rec.	Falhas posturais Manna Tempo
11	Dominação dianteira	30°	31-45°	Abaixo 45°	Angulação quadril em relação horizontal
12	Saída mortal frente carpado	x x	x x	x x	Amplitude Falhas técnicas e posturais



Barra

Série 01					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Oitava	x	x	x	Falhas posturais
2	Lançamento	x	x	x	Falhas posturais
3	Giro quadril	x	x	x	Falhas posturais
4	Sub-lançamento	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
5	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
6	Soltar barra atrás		Abaixo barra		

Série 02					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Oitava	x	x	x	Falhas posturais
2	Lançamento horizontal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
3	Giro quadril	x	x	x	Falhas posturais
4	Sub-lançamento	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
5	Balanço ½ cambio	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
6	Balanço (tomada mista)	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
7	Troca para dorsal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
8	Balanço	x	x	x	Falhas posturais

		Até 15°	Até 30°	Até 45°	Angulação
9	Soltar barra atrás		Abaixo barra		

Série 03					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
2	Balanço ½ cambio	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
3	Troca palmar	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
4	Troca simultânea	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
5	Quipe afastado	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45° < 46° NR júri D.	Falhas posturais Ombro Quipe afastado
6	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
7	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
8	Lançamento horizontal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
9	Giro quadril	x	x	x	Falhas posturais
10	Sub-lançamento	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
11	Soltar barra atrás		Abaixo barra		

Série 04					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
2	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
3	Lançamento horizontal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
4	Giro livre horizontal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45° <46° ñ rec	Falhas posturais Angulação
5	Balanço ½ cambio	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
6	Troca palmar	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
7	Troca simultânea	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
8	Quipe afastado	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45° < 46° NR júri D.	Falhas posturais Ombro Quipe afastado
9	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
10	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
11	Lançamento horizontal	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
12	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude

Série 05					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação

1	Balanço	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
2	Balanço ½ cambio	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
3	Troca palmar	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
4	Troca simultânea	x Até 15°	x Até 30°	x Até 45°	Falhas posturais Angulação
5	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
6	Lançamento mínimo 45°	x	x abaixo de 45°	x abaixo de 30° e NR júri D	Falhas posturais Angulação
7	Giro livre (mínimo 45°)	x	x abaixo de 45°	x abaixo de 30° e NR júri D	Falhas posturais Angulação
8	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
9	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
10	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude

<b>Série 06</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Tomada de impulso	x	x	x	Falhas posturais
2	Quipe	x	x	x	Falhas posturais
3	Lançamento à parada de mãos	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
4	Giro livre à parada de mãos	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
5	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
6	Embalos para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal.	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
7	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
8	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
9	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude

<b>Série 07 – opção 1</b>					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Tomada de impulso	x	x	x	Falhas posturais
2	Cambio A	x Até 30°	x Até 45°	x De 46° a 90°	Falhas posturais Angulação
3	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
4	Embalos para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal.	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
5	Embalos para trás com ½ volta à tomada palmar	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
6	Giro frente	x	x	x	Falhas posturais
7	Endo	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
8	Giro gigante para frente com ½ volta	x	x	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação

		Até 16° a 30°	Até 31° a 45°		
9	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
10	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
11	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude

Série 07 – opção 2					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Tomada de impulso	x	x	x	Falhas posturais
2	Cambio A	x Até 30°	x Até 45°	x De 46° a 90°	Falhas posturais Angulação
3	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
4	Embalos para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal.	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
5	Embalos para trás com ½ volta à tomada palmar	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
6	Giro frente	x	x	x	Falhas posturais
7	Giro frente com ½ volta	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
8	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
9	Stalder	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
10	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
11	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
12	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude

Série 08					
Parte	Elemento	0,10	0,30	0,50	Observação
1	Tomada de impulso	x	x	x	Falhas posturais
2	Cambio A	x Até 30°	x Até 45°	x De 46° a 90°	Falhas posturais Angulação
3	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
4	Embalos para trás com ½ volta à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal.	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
5	Embalos para trás com ½ volta à tomada palmar	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
6	Giro frente	x	x	x	Falhas posturais
7	Endo	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
8	Endo com ½ volta	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
9	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
10	Giro trás "efeito especial"	x	x	x Passar pela parada	Falhas posturais
11	Giro sola (unido)	x Até 16° a 30°	x Até 31° a 45°	x Até 45° a 90°	Falhas posturais Angulação
12	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais

13	Giro trás	x	x	x	Falhas posturais
14	Saída mortal trás estendido	x	x	x	Falhas posturais Amplitude