



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

CNPJ:42.135.483/0001-81

REGULAMENTO TORNEIO ESTADUAL-2023

DISPOSIÇÕES GERAIS

PARTICIPANTES:

É aberta a participação no Torneio Estadual de Ginástica De Trampolim a qualquer entidade filiada ou vinculada à Federação De Ginástica do Estado Do Rio De Janeiro

REGRAS DA COMPETIÇÃO

OS ATLETAS QUE PARTICIPARAM DO CAMPEONATO ESTADUAL DO ANO ANTERIOR, NÃO PODERÃO PARTICIPAR DO TORNEIO ESTADUAL DO ANO VIGENTE.

CATEGORIAS:

Mirim (6 a 8 anos)
Pré-infantil (9 a 10 anos).
Infantil (11 a 12 anos).
Infanto-Juvenil (13 a 14 anos).
Juvenil (15 a 16 anos).
Adulto (17 ou mais anos).

PROVAS

Trampolim Individual/ Duplo Mini-Trampolim/ ~~Mini-Trampolim~~/ Tumbling.

o mini trampolim não fará mais parte do torneio estadual de GTR

ARBITRAGEM

As bancas de arbitragem poderão ser reduzidas.

COMPETIÇÃO TRAMPOLIM

Dificuldade máxima

Mirim (6 a 8 anos) ~~0.2~~ **0.5**
Pré-infantil (9 a 10 anos) ~~0.3~~ **0.6**
Infantil (11 a 12 anos). ~~0.5~~ **0.7**
Infanto-Juvenil (13 a 14 anos). ~~1.0~~ **0.9**
Juvenil (15 a 16 anos). ~~1.4~~ **1.2**
Adulto (17 ou mais anos). ~~1.7~~ **1.3**

1 serie livre com 10 elementos diferentes em todas as categorias

* **Não Haverá final**



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

COMPETIÇÃO DUPLO MINI TRAMPOLIM

Dificuldade máxima

- Mirim (6 a 8 anos) **0.2**
- Pré-infantil (9 a 10 anos) **0.2**
- Infantil (11 a 12 anos). **0.4**
- Infanto-Juvenil (13 a 14 anos). **0.5**
- Juvenil (15 a 16 anos). **0.7**
- Adulto (17 ou mais anos). **0.9**

- 2 (duas) passadas livres

Os ginastas deverão executar duas passadas livres diferentes, sendo obrigatório efetuar elementos distintos nas duas, mesmo que estes tenham dificuldade zero. Em caso de repetição de elementos com dificuldade de 0,0 ponto terá uma dedução de 3,0 pontos por cada elemento repetido em todas as categorias que será retirada da pontuação total da passada.

***Não haverá final em nenhuma categoria**

COMPETIÇÃO MINI TRAMPOLIM

Dificuldade máxima

- Mirim (6 a 8 anos) **0.6**
- ~~Pré-infantil (9 a 10 anos) 0.6~~
- ~~Infantil (11 a 12 anos). 0.4~~
- ~~Infanto-Juvenil (13 a 14 anos). 0.5~~
- ~~Juvenil (15 a 16 anos). 0.7~~
- ~~Adulto (17 ou mais anos). 0.9~~

~~- 2 (duas) passadas livres e diferentes~~

~~As deduções da arbitragem terão peso 2, ou seja, ao invés de descontar no máximo até 0,5 por salto poderá descontar até 1,0 por salto.~~

~~***Não haverá final em nenhuma categoria**~~

COMPETIÇÃO TUMBLING

- Uma série livre com 05 elementos

Notas de partida

- 5 elementos - parte de 10
- 4 elementos - parte de 9
- 3 elementos - parte de 8
- 2 elementos - nota zero

Dificuldade máxima

- Mirim (6 a 8 anos) **0.1**
- Pré-infantil (9 a 10 anos) **0.1**
- Infantil (11 a 12 anos). **0.2**
- Infanto-Juvenil (13 a 14 anos). **0.3**
- Juvenil (15 a 16 anos). **0.5**
- Adulto (17 ou mais anos). ~~0.7~~ **0.9**

Como a série tem 5 elementos não precisa terminar de mortal e conseqüentemente não precisa terminar no colchão.

*** Não haverá final**



FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

casos particulares serão resolvidos de acordo com o código de pontuação vigente, pelo comitê técnico de GTR da FGERJ

PREMIAÇÃO:

Individual: Medalhas do 1º ao 3º lugar por prova e sexo e mais medalha de participação para os atletas que não ganharem medalha em nenhum aparelho.

Por equipe: troféu de 1º ao 3º lugar para as equipes que levarem o maior número de ginastas participantes no dia evento.

SUGESTÕES DE SÉRIES (TN- CBG)

TRAMPOLIM

01		
1	Afastado	-
2	Grupado	-
3	Carpado	-
4	Senta	-
5	Em pé	-
6	Afastado	-
7	Grupado	-
8	Carpado	-
9	Senta	-
10	Em pé	-
Total Dif.		0,0

02		
1	Senta	-
2	Em pé	-
3	Grupado	-
4	½ volta	0,1
5	Afastado	-
6	Senta	-
7	½ volta senta	0,1
8	Em pé	-
9	Carpado	0,1
10	Piruetta	0,2
Total Dif.		0,5

03		
1	Afastado	-
2	Senta	-
3	½ volta senta	0,1
4	½ volta em pé	0,1
5	Grupado	-
6	Frontal	0,1
7	Em pé	-
8	½ volta	0,1
9	Carpado	-
10	Piruetta	0,2
Total Dif.		0,6

04		
1	Afastado	-
2	Senta	-
3	½ volta senta	0,1
4	½ volta em pé	0,1
5	Grupado	-
6	Costas	0,1
7	Em pé	0,1
8	½ volta	0,1
9	Carpado	-
10	Piruetta	0,2
Total Dif.		0,7

05		
1	Frontal	0,1
2	Em pé	0,1
3	Afastado	-
4	Piruetta	0,2
5	Carpado	-
6	½ volta senta	0,1
7	½ volta em pé	0,1
8	Grupado	-
9	Costas	0,1
10	½ volta em pé	0,2
Total Dif.		0,9

06		
1	Piruetta	0,2
2	Afastado	-
3	½ volta senta	0,1
4	½ volta em pé	0,1
5	½ volta	0,1
6	Carpado	-
7	Costa	0,1
8	½ volta em pé	0,1
9	Grupado	-
10	4 - o (front)	0,5
Total Dif.		1,2

07		
1	4 - o (back)	0,5
2	Afastado	-
3	Senta	-
4	Em pé	-
5	½ volta	0,1
6	Carpado	-
7	Frontal	0,1
8	Em pé	0,1
9	Grupado	-
10	4 - o (front)	0,5
Total Dif.		1,3

08		
1	4 - o (back)	0,5
2	Grupado	-
3	Costas	0,1
4	Em pé	0,1
5	½ volta	0,1
6	Carpado	-
7	½ volta frontal	0,2
8	Em pé	0,1
9	Afastado	-
10	Piruetta	0,2
Total Dif.		1,3

09		
1	3 - o (¾ back)	0,3
2	em pé	0,1
3	Afastado	-
4	Costas	0,1
5	Em pé	0,1
6	½ volta	0,1
7	Carpado	-
8	Piruetta	0,2
9	Grupado	-
10	4 1 o (Barani)	0,6
Total Dif.		1,5

10		
1	4 - o (back)	0,5
2	Grupado	-
3	Senta	-
4	½ volta senta	0,1
5	½ em pé	0,1
6	Carpado	-
7	Frontal	0,1
8	Em pé	0,1
9	Afastado	-
10	4 1 o (barani)	0,6
Total Dif.		1,5

11		
1	4 - o (back)	0,5
2	Afastado	-
3	Senta	-
4	½ senta	0,1
5	Em pé	-
6	Piruetta	0,2
7	Carpado	-
8	½ volta	0,1
9	Grupado	-
10	4 1 o	0,6
Total Dif.		1,5

12		
1	4 - o (back)	0,5
2	Afastado	-
3	4 1 o (Barani)	0,6
4	Grupado	-
5	Senta	-
6	½ volta em pé	0,1
7	½ volta	0,1
8	Carpado	-
9	½ frontal	0,2
10	Em Pé	0,1
Total Dif.		1,6





FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

- DUPLO MINI TRAMPOLIM

01 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D Grupado 0,0 Total Dif. 0,0	02 M Salto Estendido - S Afastado 0,0 D Afastado 0,0 Total Dif. 0,0	03 M Salto Estendido - S Afastado 0,0 D Grupado 0,0 Total Dif. 0,0	04 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D Carpado 0,0 Total Dif. 0,0
05 M Salto Estendido - S Afastado 0,0 D Salto ½ Volta 0,2 Total Dif. 0,2	06 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D Salto ½ Volta 0,2 Total Dif. 0,2	07 M Salto Estendido - S Salto ½ Volta 0,2 D Grupado 0,0 Total Dif. 0,2	08 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D Salto Pirueta 0,4 Total Dif. 0,4
09 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D 4 - o (front) 0,5 Total Dif. 0,5	10 M Salto Estendido - S Carpado 0,0 D 4 - < (front) 0,6 Total Dif. 0,6	11 M Grupado 0,0 S - - D 4 - o (front) 0,5 Total Dif. 0,5	12 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D 4 1 o (Barani) 0,7 Total Dif. 0,7
13 M Grupado 0,0 S - - D 4 1 o (Barani) 0,7 Total Dif. 0,7	14 M Salto Estendido - S Salto ½ Volta 0,2 D 4 - o (back) 0,5 Total Dif. 0,7	15 M Salto Estendido - S 4 - o (back) 0,5 D Grupado 0,0 Total Dif. 0,5	16 M Salto Estendido - S 4 - o (back) 0,5 D 4 - o (front) 0,5 Total Dif. 1,0
17 M 4 1 o (Barani) 0,7 S - - D Salto ½ volta 0,2 Total Dif. 0,9	18 M 4 1 o (Barani) 0,7 S - - D 4 - o (back) 0,5 Total Dif. 1,2	19 M Salto Estendido - S 4 - o (back) 0,5 D 4 1 o (Barani) 0,7 Total Dif. 1,2	20 M 4 1 o (Barani) 0,7 S - - D 4 2 (Full) 0,9 Total Dif. 1,6
21 M Salto Estendido - S 4 2 (Full) 0,9 D 4 1 / (Barani) 0,7 Total Dif. 1,6	22 M Salto Estendido - S Grupado 0,0 D 8 - 1 o (Duplo) 2,4 Total Dif. 2,4	23 M 4 1 o (Barani) 0,7 S - - D 8 - - o (Duplo) 2,0 Total Dif. 2,7	24 M Salto Estendido - S 4 - o (back) 0,5 D 8 - 1 o (Duplo) 2,4 Total Dif. 2,7

Legenda:
M = Mount
S = Spotter
D = Dismount

- TUMBLING

01 1 Estrela - 2 Estrela - 3 Estrela - 4 Estrela - 5 Rondada 0,1 Total Dif. 0,1	02 1 Reversão 0,1 2 Estrela - 3 Estrela - 4 Estrela - 5 Rondada 0,1 Total Dif. 0,2	03 1 Estrela - 2 Estrela - 3 Rondada 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 Flic-flac 0,1 Total Dif. 0,3	04 1 Rondada 0,1 2 Flic-flac 0,1 3 Flic-flac 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 Flic-flac 0,1 Total Dif. 0,5
05 1 Rondada 0,1 2 Flic-flac 0,1 3 Flic-flac 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 - o (Back) 0,5 Total Dif. 0,9	06 1 Rondada 0,1 2 Tempo 0,2 3 Flic-flac 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 - o (Back) 0,5 Total Dif. 1,0	07 1 Rondada 0,1 2 Tempo 0,2 3 Tempo 0,2 4 Flic-flac 0,1 5 - / (Back) 0,6 Total Dif. 1,2	08 1 Rondada 0,1 2 Flic-flac 0,1 3 Flic-flac 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 Full (2.) 0,9 Total Dif. 1,3
09 1 Rondada 0,1 2 Tempo 0,2 3 Tempo 0,2 4 Tempo 0,2 5 - / (Back) 0,6 Total Dif. 1,3	10 1 Rondada 0,1 2 Full (2.) 0,9 3 Tempo 0,2 4 Flic-flac 0,1 5 - / (Back) 0,6 Total Dif. 1,9	11 1 Rondada 0,1 2 Full (2.) 0,9 3 Tempo 0,2 4 Flic-flac 0,1 5 Full (2.) 0,9 Total Dif. 2,2	12 1 Rondada 0,1 2 Flic-flac 0,1 3 Flic-flac 0,1 4 Flic-flac 0,1 5 - - o (Back) 2,0 Total Dif. 2,4

