



REGULAMENTO TÉCNICO

CAMPEONATO DE ESTREANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA – 2024











1. GENERALIDADES



O Campeonato de Estreantes de Ginástica Rítmica é um evento aberto a qualquer entidade do Estado de Alagoas filiada ou não à Federação.

2. DA PARTICIPAÇÃO:

Qualquer ginasta que NUNCA tenha participado de competições oficiais de ginástica rítmica, sejam elas promovidas pela Federação Alagoana de Ginástica, Federação Alagoana de Esportes Colegiais, Jogos Estudantis de Alagoas (JEAL) ou ainda em qualquer competição organizada por entidades esportivas semelhantes em qualquer outra Unidade Federativa.

3. CATEGORIAS e PROVAS:

CATEGORIA	INDIVIDUAL	CONJUNTO
Pré-Mirim Até 6 anos (até 2017)	Mãos Livres 	Mãos Livres 
Mirim 07 a 08 anos (2015 a 2016)	Mãos Livres 	Mãos Livres 
Pré - Infantil 09 a 10 anos (2013 a 2014)	Mãos Livres 	Mãos Livres 
Infantil 11 a 12 anos (2011 a 2012)	Mãos Livres 	Mãos Livres 
Juvenil 13 a 15 anos (2010 a 2008)	Bola 	5 pares de Maças 

<p>Adulto A partir de 16 anos (2007 ou menos)</p>	<p>Bola</p> 	<p>5 arcos</p> 
--	---	--

4.ARBITRAGEM

A Banca de Arbitragem poderá ter árbitros estaduais, nacionais e internacionais.

5. COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES

As equipes poderão inscrever no Campeonato de Estreantes uma quantidade livre de ginastas, independente da categoria.

6. DIVISÃO DOS NÍVEIS

Não haverá distinção de níveis.

7. PREMIAÇÃO

Medalhas de ouro para todas as ginastas.

*Na Categoria Pré-Mirim, todas as ginastas subirão ao 1º lugar do pódio para receber as suas medalhas, sem divulgação de suas classificações. Entretanto, os técnicos receberão a classificação final de suas atletas.

*Para as demais categorias, a classificação das ginastas dependerá da proximidade das notas, podendo haver mais de uma ginasta na mesma colocação, do 1º até o 3º lugar, havendo classificação no 4º lugar ocorrerá somente se houver necessidade.

*Todas as ginastas serão avaliadas e receberão medalha de participação, independente da quantidade de inscritas na sua categoria.

Este Regulamento é regido pelo Código de Pontuação (CoP) de Ginástica Rítmica da FIG. Os casos omissos serão resolvidos pela Coordenação Técnica de Gr da FAGin.








CATEGORIA PRÉ-MIRIM

Faixa etária – Até 6 anos completos no ano da competição.

Prova:

- ❖ Mãos Livres

a) Tempo do exercício – 1'00 a 1'30".







REQUERIMENTOS				
	DB 3		1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,10.
			1	
			1 (em ½ ponta)	
	<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias.</i>			
	Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01).			
	02 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10. cada um. Obs.: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos			
	01 (um) Chainé Valor: 0,10, (máximo 1).			

CONJUNTO

Prova:

❖ **Mãos Livres**

a) Tempo do exercício – 2'00" a 2'30".

REQUERIMENTOS				
5X 	DB 3		1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,10.
			1	
			1 (em ½ ponta)	
	<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias.</i>			
W		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01)		
Acrobáticos		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados (podem ser iguais aos utilizados nas colaborações). Valor 0,10 cada.		

	DC (no mínimo 6 e no máximo 10)	CL	• Colaboração com elevação/apoio da ginasta
		CC	• Colaboração sem rotação
		CR	• Colaboração com rotação








CATEGORIA MIRIM

Faixa etária – 7 até 8 anos completos no ano da competição.

Prova:

❖ Mãos Livres

a) Tempo do exercício – 1'15 a 1'30".

REQUERIMENTOS			
	DB 3 +1		1
			1
			1 (em ½ ponta)
		DB's livres	Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,30.
<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 01 (uma) dificuldade de livre escolha com o maior valor.</i>			
		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01).	
		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 cada um. Obs.: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos.	
		01 (um) Chainé Valor: 0.10, (máximo) 1.	







CONJUNTO

Prova:

❖ **Mãos Livres**

a) Tempo do exercício – 2'15" a 2'30".

b) São permitidas até duas ginastas de 6 anos completos no ano da competição.

REQUERIMENTOS						
5X 	DB 3+1			1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,10 .	
				1		
				1 (em ½ ponta)		
			DB's livres	Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,30 .		
	<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 01 (uma) dificuldade de livre escolha com o maior valor.</i>					
	W		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01)			
	Acrobáticos		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados (podem ser iguais aos utilizados nas colaborações). Valor: 0.10 cada			
	DC (no mínimo de 6 e no máximo 10)	CL	• Colaboração com elevação/apoio da ginasta (no mínimo 1)			
			CC	• Colaboração sem rotação (no mínimo 3)		
			CR	• Colaboração com rotação (no mínimo 2)		



CATEGORIA PRÉ-INFANTIL






Faixa etária - 9 até 10 anos completos no ano da competição.

Prova:

❖ Mãos Livres

a) Tempo do exercício - 1'15 a 1'30".

REQUERIMENTOS				
			1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com
			1	







	DB 3 +2		1 (em ½ ponta)	o valor máximo de 0,10 pts.
	DB's livres		Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.	
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 02 (duas) dificuldades de livre escolha com o maior valor.			
		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01).		
	03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 cada um. Obs.: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos. 01 (uma) combinação de 02 (dois) elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,20.			
	Combinação de 02 (dois) Chainés Valor: 0.20, (máximo) 2.			

CONJUNTO

Prova:

❖ Mãos Livres

- a) Tempo do exercício – 2'15" a 2'30".
- b) É permitido somente uma ginasta com 8 anos completos no ano da competição.

REQUERIMENTOS					
5X 	DB 3+2			1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,10.
				1	
				1 (em ½ ponta)	
			DB's livres	Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40.	
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 01 (uma) dificuldade de livre escolha com o maior valor.				
	W		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. (Máximo 01)		
	Acrobáticos		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados (podem ser iguais aos utilizados nas colaborações). Valor: 0.10 cada		
	DC (no mínimo de 6 e no máximo 10)	CL	• Colaboração com elevação/apoio da ginasta (no mínimo 1)		
		CC	• Colaboração sem rotação (no mínimo 3)		

		CR	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboração com rotação (no mínimo 2)
--	--	-----------	---








CATEGORIA INFANTIL

Faixa etária – 11 até 12 anos completos no ano da competição.

Prova:

❖ Mãos Livres

a) Tempo do exercício – 1'15 a 1'30".

REQUERIMENTOS					
	DB 3 + 3		1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada grupo, com o valor máximo de 0,10.	
			1		
			1 (em ½ ponta)		
		DB's livres	Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40.		
	<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 03 (três) dificuldades de livre escolha com o maior valor.</i>				
		Onda Corporal Anteroposterior ou Posteroanterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (Máximo 01).			
		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 cada um. Obs.: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos. 01 (uma) combinação de 03 (três) elementos pré-acrobáticos. Valor: 0,30.			
		Combinação de 02 (dois) Chainés Valor: 0.20, (máximo) 2.			



CONJUNTO





Prova:

❖ Mãos Livres

a) Tempo do exercício – 2'15" a 2'30".

b) É permitido somente uma ginasta de 10 anos (ano 2012).

REQUERIMENTOS					
	DB			1	03 (três) dificuldades corporais, uma de cada
				1	

5X 	3+3			1 (em ½ ponta)	grupo, com o valor máximo de 0,10 pts.
			DB's livres		Dificuldade corporal (opcional) de livre escolha, com o valor máximo de 0,40 pts.
	<i>Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades corporais obrigatórias e 03 (três) dificuldades de livre escolha com o maior valor.</i>				
	W		Onda Corporal Anteroposterior ou Posteroanterior- Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (Máximo 01)		
	Acrobáticos		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados (podem ser iguais aos utilizados nas colaborações). Valor: 0,10 cada		
DC (no mínimo de 6 e no máximo 12)	CL	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboração com elevação/apoio da ginasta (no mínimo 1) 			
	CC	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboração sem rotação (no mínimo 3) 			
	CR	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboração com rotação (no mínimo 2) 			

Os requerimentos obrigatórios, se não cumpridos, acarretam em penalidade de 0,30 na nota de Dificuldade.

CATEGORIA JUVENIL E ADULTO

Faixa etária – Juvenil: 13 até 15 anos completos no ano da competição.

Adulto: 16 anos ou mais (até 2007).

Provas:

❖ Bola

a) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30".

Exigências técnicas:

a) Seguirá as mesmas exigências técnicas do Torneio Regional/Nacional para a Categoria Juvenil e Adulta Individual.

b) Os conjuntos seguirão o Regulamento Técnico do Torneio Regional/Nacional da CBG.

OBS: Todas as apresentações de Conjunto acontecerão uma única vez.

➤ É responsabilidade do(a) treinador(a) a correta inscrição das ginastas, seja individual, conjunto, trio, ou dupla na sua devida categoria e nível, sob pena de desclassificação.

- As inscrições e os pagamentos devem ser realizados dentro do prazo. Não serão aceitas inscrições fora do prazo estabelecido em calendário ou enviadas por meios não oficiais.
- Uma vez realizada a inscrição, a taxa não será devolvida, exceto por motivos de saúde, devidamente comprovado por atestado médico.

Os casos não especificados neste Regulamento seguirão as regras do Código de Pontuação de Ginástica Rítmica da FIG e em consonância com os regulamentos técnicos da CBG. Os casos omissos serão resolvidos pelo Comitê Técnico da modalidade.