



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

FESTIVAL ARTHUR ZANETTI DE GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA 2024

REGULAMENTO GERAL

OBJETIVOS:

- Difundir a modalidade Ginástica Artística, incentivando sua prática para diferentes públicos em diversas faixas etárias e níveis de habilidade - visando a massificação, seguindo as regras estabelecidas no regulamento;
- Orientar os profissionais de acordo com diretrizes pautadas na Pedagogia do Esporte e no Treinamento Esportivo aplicado para a Ginástica Artística, visando o desenvolvimento e evolução técnica na preparação de ginastas iniciantes;

INSCRIÇÕES:

As inscrições deverão ser realizadas até a data constante no calendário da FPG, mediante o GERENCIADOR. (<http://sp.sisgefe.com.br:7080/clube/>).

O pagamento das taxas deve ser efetuado através de BOLETO, que será enviado após o ENCERRAMENTO DAS INSCRIÇÕES, com vencimento de até 07 (SETE) dias úteis, com os valores calculados conforme o código de taxas da FPG.

- E-mail: ga@fpginastica.com.br



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

CATEGORIAS:

Os ginastas serão divididos nas seguintes categorias:

CATEGORIA	IDADE (ANO)	Nível
PRÉ MIRIM	5 e 6 anos (2019 e 2018)	1
MIRIM	7 e 8 anos (2017 e 2016)	1 ou 2
PRÉ INFANTIL	9 e 10 anos (2015 a 2014)	1, 2 ou 3
INFANTIL	11 e 12 anos (2013 a 2012)	1, 2, 3 ou 4
INFANTO-JUVENIL	13 e 14 anos (2011 a 2010)	1, 2, 3 ou 4
JUVENIL	15 a 17 anos (2009/2008/2007)	1, 2, 3 ou 4
ADULTO	18 anos ou + (a partir de 2006)	1, 2, 3 ou 4

AVALIAÇÃO

- A avaliação será realizada pela soma das NOTAS de Execução (10 pontos) mais a Dificuldade (10 pontos), com total máximo de 20 pontos para todos os níveis.
- Na categoria pré mirim a participação do ginasta em cada nível está condicionada à sua idade. Nas demais categorias os níveis escolhidos devem corresponder ao desenvolvimento esportivo do ginasta.
- De acordo com sua idade, o ginasta poderá participar de qualquer nível entre os aparelhos, por exemplo: ginasta da categoria Infantil Solo nível 4 e Salto nível 2.
- Os níveis deverão ser informados a arbitragem do aparelho ao final do aquecimento da equipe, e serão avaliados de acordo com o nível informado.

PREMIAÇÃO

- Todos os ginastas participantes receberão medalhas e certificados de participação, que serão entregues ao responsável pelos ginastas.



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

NÍVEIS

Para este festival serão **quatro níveis** de dificuldade nos aparelhos Salto e Solo, descritos à seguir:

APARELHO SALTO SOBRE A MESA

.NÍVEL 1

SALTO Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Corrida, abordagem ao trampolim, salto **ESTENDIDO** direto para o colchão, com aterrissagem em pé.

NÍVEL 2

SALTO Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Corrida, abordagem ao trampolim, salto grupado ou afastado em duas fases, com apoio dos pés no plinto e aterrissagem em pé no colchão.

NÍVEL 3

SALTO Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Corrida, abordagem ao trampolim, salto grupado ou afastado direto, com apoio momentâneo das mãos no plinto e aterrissagem em pé no colchão.

NÍVEL 4

SALTO Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Corrida, abordagem ao trampolim, parada de mãos com aterrissagem caindo na posição estendida de costas no colchão em plano alto, em posição de canoinha.



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

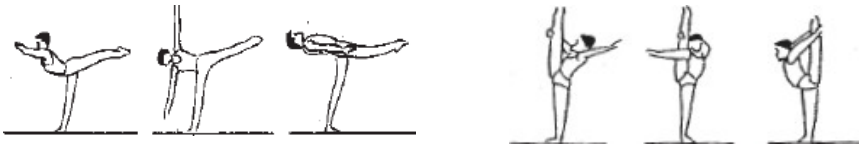


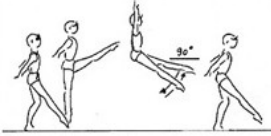
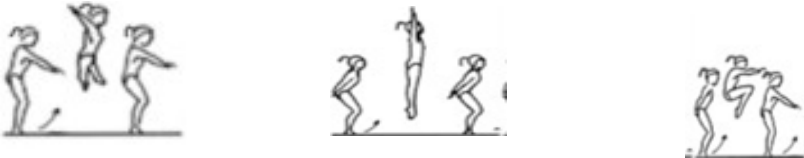

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br



APARELHO SOLO NÍVEL 1 Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Elemento	Valor
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.
1 movimento de equilíbrio estático, com o apoio em uma das pernas: equilíbrio facial “avião” OU lateral “Y” 	1,50 p.
1 movimento acrobático: Rolamento para frente OU rolamento para trás 	1,50 p.
Estrela OU parada de mãos 	1,50 p.
Passagem coreográfica: chute seguido de chute com ½ giro OU Chute tesoura alternado. 	1,50 p.
1 salto ginástico: afastado OU estendido OU grupado; 	1,50 p.
1 elemento de flexibilidade afastamento de pernas antero-posterior OU laterais OU flexão de tronco à frente tocando o peito nas pernas. 	1,50 p.
Apresentação – saudação a arbitragem	0,50 p.



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

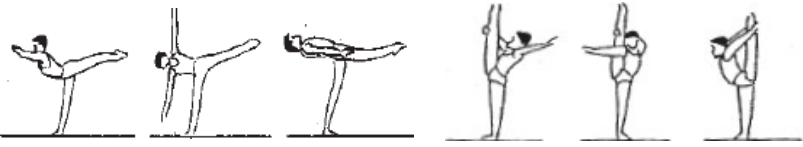


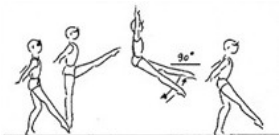
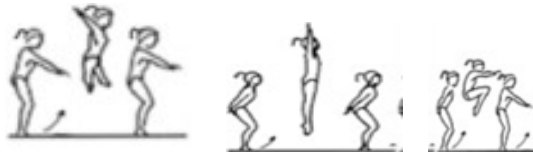

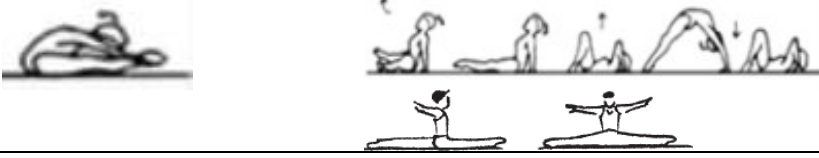
Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

APARELHO SOLO NÍVEL 2 Nota D: 10,00 / Nota E: 10,00

Elemento	Valor
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.
1 movimento de equilíbrio estático, com o apoio em uma das pernas: equilíbrio facial “avião” OU lateral “Y” 	1,50 p.
1 movimento acrobático: Rolamento para frente OU rolamento para trás 	1,00 p.
1 movimento acrobático – Estrela OU rodante 	1,50 p.
Passagem coreográfica: chute seguido de chute com ½ giro OU Chute tesoura alternado seguido de chute com ½ giro. 	1,50 p.
1 sequência de 2 saltos ginásticos realizados de forma sequencial e direta (ligação): salto afastado OU grupado OU estendido OU meia volta; 	1,50 p.
parada de mãos OU vela 	1,00 p.
1 elemento de flexibilidade: afastamento de pernas antero-posterior OU laterais OU flexão de tronco à frente tocando o peito nas pernas OU ponte. 	1,00 p.
Apresentação - saudação a arbitragem	0,50 p.



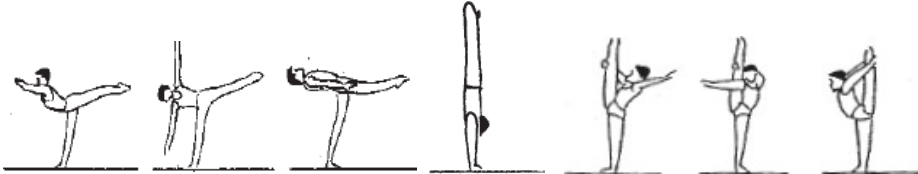





FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

NÍVEL 3 SOLO Nota D: 10,00 / Nota E: máx. 10,00	
Elemento	Valor
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.
1 movimento de equilíbrio estático, que pode ser realizado com o apoio em uma das pernas (como um equilíbrio facial “avião”, lateral “Y”) ou sobre as mãos, como a parada de mãos, por exemplo; 	1,50 p.
Sequência de 2 movimentos acrobáticos: rolamentos para frente OU rolamentos para trás, realizados em formas sequenciais, podendo ser realizados elementos iguais (como dois rolamentos para frente ou dois rolamentos para trás, por exemplo) 	1,50 p.
1 sequência de 2 saltos ginásticos realizados de forma sequencial e direta (ligação). (salto afastado, galope, estendido, salto tesoura ou grupado, por exemplo); 	1,50 p.
Sobre passo estrela lateral OU estrela lateral e salto com ¼ de volta unindo os pés (em direção do rodante). 	1,50 p.
parada de mãos OU vela 	1,50 p.
2 elementos de flexibilidade realizados separadamente (como os movimentos de afastamento de pernas antero-posterior OU laterais OU flexão de tronco à frente tocando o peito nas pernas), sendo 1 deles obrigatoriamente PONTE. ponte partindo da posição deitada. 	1,50 p.
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.



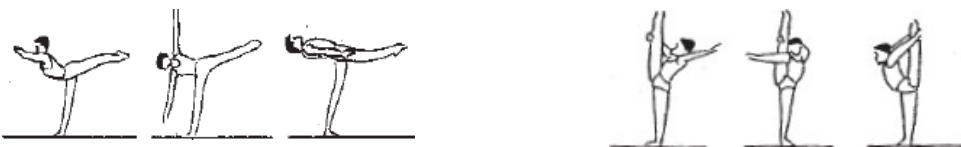


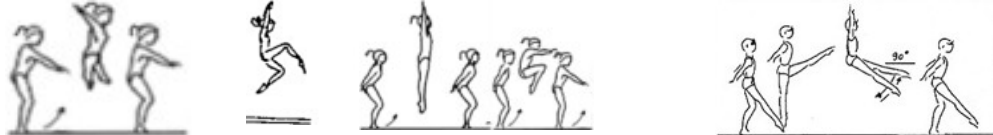


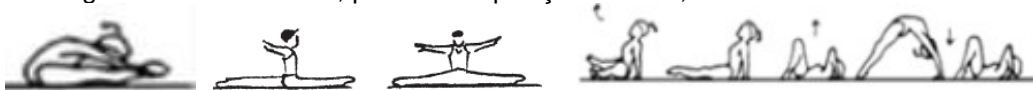
FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

NÍVEL 4 SOLO Nota D: 10,00 / Nota E: máx. 10,00	
Elemento	Valor
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.
1 movimento de equilíbrio estático, que pode ser realizado com o apoio em uma das pernas (como um equilíbrio facial “avião”, lateral “Y”) ou sobre as mãos, como a parada de mãos, por exemplo; 	1,50 p.
Sequência de 2 rolamentos para frente, iguais ou diferentes (grupado, afastado, carpado) OU Corrida ao rolamento saltado (peixe) 	1,00 p.
Sequência de 2 rolamentos para trás, iguais ou diferentes (grupado, afastado, carpado) OU um rolamento à parada de mãos 	1,00 p.
1 sequência de 2 saltos ginásticos realizados de forma sequencial e direta (ligação). (salto afastado, galope, estendido, salto tesoura ou grupado, por exemplo); 	1,50 p.
Sobre passo estrela lateral OU rodante. 	1,50 p.
parada de mãos OU vela 	1,00 p.
2 elementos de flexibilidade realizados separadamente (como os movimentos de afastamento de pernas antero-posterior OU laterais OU flexão de tronco à frente tocando o peito nas pernas), sendo 1 deles obrigatoriamente PONTE, partindo da posição deitada, ou descer. 	1,50 p.
Apresentação / saudação a arbitragem	0,50 p.



FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.

Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063

E-mail: fpg@fpginastica.com.br

www.fpginastica.com.br

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

- O GINASTA PODERÁ APRESENTAR NÍVEIS DIFERENTES NOS APARELHOS. (Ex: Salto nível 2 e solo nível 4). A comunicação sobre qual o nível que o ginasta irá apresentar deve ser feita previamente para as bancas de arbitragem no ato da participação.
- Cabe ao treinador se organizar junto aos níveis de apresentação de seus ginastas de forma que não atrapalhar o andamento do festival. Principalmente no salto, para facilitar a configuração da altura do aparelho.
- A composição das séries constando com todos os elementos é **OBRIGATÓRIA**, não sendo permitida a adição ou não execução de algum dos elementos listados para a realização da série. Já a ordem de realização dos elementos é livre. Caso o ginasta deixe de realizar algum elemento ou realize elementos adicionais, haverá penalização de meio ponto no conceito recebido pelo ginasta.

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS:

Nível 1

- Salto: trampolim e colchões de aterrissagem
- Solo: pista de 14 a 16 m ou uma reta do solo oficial

Nível 2

- Salto: trampolim e plinto 3 ou 4 gavetas (60 a 80 cm de altura), colchões de aterrissagem
- Solo: pista de 14 a 16 m ou uma reta do solo oficial

Nível 3

- Salto: trampolim e plinto 3 a 5 gavetas (60 a 100 cm de altura), colchões de aterrissagem
- Solo: pista de 14 a 16 m ou uma reta do solo oficial

Nível 4

- Salto: trampolim e plano alto com colchões de aterrissagem (de 60 a 80cm de altura)
- Solo: pista de 14 a 16 m ou uma reta do solo oficial