# 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


# GAF
# GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

# REGULAMENTO TÉCNICO
# 2025

# CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS

## CT/GAF


Elen Giorgi
Marina Carla Teixeira
Mateus Henrique de Oliveira
Mônica Barroso dos Anjos
Nayara Ribeiro Coutinho Ferreira
Patricia Turina Braga
Silvia Helena Fioravanti Ferraz

# 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


## REGULAMENTO TÉCNICO — 2025

## GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA (GAF)

## CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS SÉRIES OBRIGATÓRIAS E LIVRES

## Campeonatos Estaduais e Copa São Paulo

Este documento tem como objetivo orientar técnicos, árbitros e ginastas sobre as deduções aplicadas às séries obrigatórias e livres dos Campeonatos Estaduais Pré-Infantil e Infantil, assim como todas as categorias da Copa São Paulo de GAF.

Toda e qualquer outra dedução não especificada aqui, será de acordo com o CP.

Casos omissos serão decididos pela direção da competição junto ao painel D do aparelho.

Todos devem ter conhecimento não só dos regulamentos nacionais, mas do Código de Pontuação vigente, Regulamento Geral FPG e RT FIG.

# 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


*Tabela de falhas gerais*

| FALHA | *DEDUÇÃO* | | *RESPONSÁVEL PELA DEDUÇÃO* |
|---|---|---|---|
| Não finalizar um elemento com os pés primeiro | Sem VD, sem omissão | Valor da parte ou elemento | Painel D na ND |
| Falta de apresentação ao painel de arbitragem | No início e ou fim da série | 0,30p uma vez | Painel D da NF |
| Auxílio do treinador durante o elemento | Sem VD, sem omissão. | 1,00p cada vez. | Painel D da NF |
| Uniforme diferente para equipe | ***Para CB conforme CP***<br>TN igual para todas as ginastas ou igual para cada nível. | ***CP***<br>1,00p uma vez | Painel D no 1° aparelho que seja identificado. Notificação a direção da competição |
| Uniforme incorreto | Decote na frente e nas costas ou cava no quadril acentuado, falta de emblema, transparências, joias, bandagens incorretas. | Ginastas 0,30p<br>Equipe 1,00p | |
| Permanência não autorizada do treinador | Manter-se próximo ao aparelho: Nos colchões ou podium, fora o permitido | 1x advertência verbal<br>2x dedução de 0,50p cada vez | Painel D da NF (ginasta) |
| Falhas disciplinares para ginastas ou treinadores | Conforme o CP | | |

# 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


## SALTO SOBRE A MESA

### Salto 1.00 Reversão/ Plano Alto

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **0,10** | **0,30** | **0,50** | **0,80** | **1,00** | **OBS** |
| **Primeiro voo** | | | | | | |
| Ângulo no quadril | Até 30º | Até 45º | Até 90º | | | |
| Corpo arqueado ou selado | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| **Repulsão (apoio)** | | | | | | |
| Apoio escalonado | | X | | | | |
| Ajuste das mãos | | X Pequeno ajuste | X Saltito com ambas as mãos | | X caminhar na parada de mãos sobre a mesa | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | | | | | |
| **Segundo voo** | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | Parada de mãos ponte | |
| Não manter a posição estendida do corpo | X | X | | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente (plano baixo) | X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | | X Bater c/ as costas na mesa | |
| Distância insuficiente (plano alto) | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | X Pisar sobre a mesa ou apoiar a mão na mesa | | | |
| Desvio de direção | X | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | X (Pausa sobre a mesa) | | |
| **ATERRISSAGEM PLANO BAIXO** | X Passo pequeno Cd um | X Passo largo >largura do ombro | X Chegada de cócoras | | X Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos. Bater com as costas na mesa | |
| **ATERRISSAGEM PLANO ALTO** OBS: O objetivo deste salto, é que o salto seja feito com velocidade, altura e corpo levemente arqueado, podendo ocasionar um desequilíbrio para frente. Desta forma, passos à frente ou rolo devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | X Passo pequeno cd para trás | X Passo largo >largura do ombro para trás | X Chegada de cócoras | | X Queda sobre quadril, apoio de uma ou duas mãos atrás. Pisar na mesa | |

# 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


Salto 1.20 Rodante/ Plano Alto

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **0,10** | **0,30** | **0,50** | **0,80** | **1,00** | **OBS** |
| **Primeiro voo** | | | | | | |
| Falta de giro no EL para o salto do G3 ¼ - ½ giro (90˚ - 180˚) | | Menor ≤ 45º | | | | |
| Ângulo no quadril | Até 30º | Até 45º | Até 90º | | | |
| Corpo arqueado ou selado | X | X | | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| **Repulsão (apoio)** | | | | | | |
| Não passar pela vertical | X | X | | | | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | | | | | |
| Ajuste das mãos | | X Pequeno ajuste | X Saltito com ambas as mãos | | X caminhar na parada de mãos sobre a mesa | |
| **Segundo voo** | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | | |
| Não manter a posição estendida do corpo | X | X | | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente (plano baixo) | X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | | X Bater com o abdômen ou pernas na mesa | . |
| Distância insuficiente (plano alto) | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | | | | |
| Ângulo de finalização do ombro (plano alto) | X | X | | | | |
| Desvio de direção | X | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | X (Pausa sobre a mesa | | |
| **ATERRISSAGEM PLANO BAIXO** | X Passo pequeno cd | X Passo largo >largura do ombro | X Chegada de cócoras | | X Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos. | |
| **ATERRISSAGEM PLANO ALTO**<br><br>OBS: O objetivo deste salto, é que a corveta seja feita com velocidade, altura e o corpo levemente fechado, podendo ocasionar um desequilíbrio para trás. Desta forma, passos para trás ou rolo devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | X Passo pequeno cd para frente | X Passo largo >largura do ombro para frente | X Chegada de cócoras | | X Queda sobre joelhos, apoio uma ou duas mãos a frente. Pisar na mesa | |

# 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


**Salto 1.40 Rodante Flic/Plano Alto**

| Deduções Específicas do Aparelho | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **0,10** | **0,30** | **0,50** | **0,80** | **1,00** | **OBS** |
| **Primeiro voo** | | | | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| **Repulsão (Apoio)** | | | | | | |
| Cotovelos flexionados | X | X | X | | | |
| Ângulo nos ombros | X | | | | | |
| Apoio alternado das mãos | | X | | | | |
| Ajuste das mãos | | X Pequeno ajuste | X Saltito com ambas as mãos | | X caminhar na parada de mãos sobre a mesa | |
| **Segundo voo** | | | | | | |
| Altura | X | X | X | X | | |
| Não manter a posição estendida do corpo (levemente fechado em posição de corveta) | X | X | X | | | |
| Joelhos flexionados | X | X | X | | | |
| Pernas e joelhos afastados | X | X >largura do ombro | | | | |
| Distância insuficiente (plano baixo) | X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | | X Bater com o abdômen ou pernas na mesa | |
| Distância insuficiente (plano alto) | X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa | X ≤ que 50cm de distância da mesa | X Pisar sobre a mesa | | Observar a altura do quadril e corveta na saída da mesa. | |
| Ângulo de finalização do ombro (plano alto) | X | X | X | | | |
| Desvio de direção | X | | | | | |
| Dinamismo | X | X | X | | | |
| **ATERRISSAGEM PARA PLANO ALTO** OBS: O objetivo deste salto é que a corveta seja feita com velocidade, altura e corpo levemente fechado, podendo ocasionar desequilíbrios para trás. Desta forma, passos atrás ou rolo, devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem | X Passo pequeno para frente, cd vez | X Passo largo >largura do ombro para frente | X Chegada de cócoras | | X Queda sobre joelhos, apoio uma ou duas mãos a frente Pisar na mesa | |

**OBS: Saltos inválidos: Apoio da cabeça na mesa, rolo por cima da mesa, cair deitada sobre a mesa, OBS: Demais deduções OU Casos omissos de acordo com o CP**

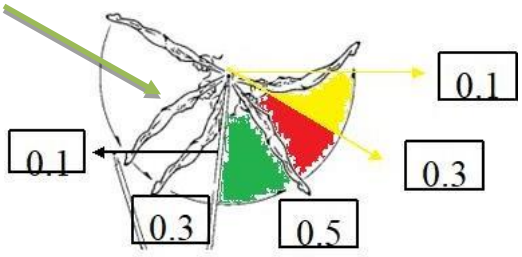
# FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

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


## PARALELAS ASSIMÉTRICAS E OU BARROTE

**1. Balanços na suspensão sem rotação sobre eixo longitudinal**
OBS: usar como referência a linha tronco com a BS-horizontal

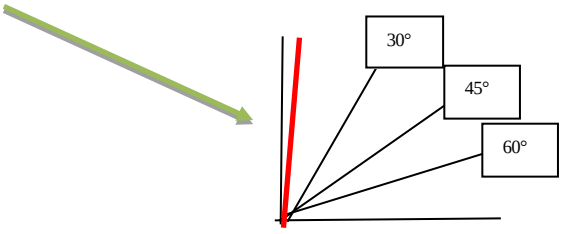
| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Balanço a frente | Na linha da BS | **0.10p** |
| Balanço a frente | Abaixo da linha da BS 30˚<br>31˚ a 45˚ | **0.30p** |
| Balanço a frente | Abaixo da linha da BS 45˚ | **0.50p** |
| Balanço atrás | Pés na linha da BI | **0.10p** |
| Balanço atrás | Pés abaixo da Linha da BI | **0.30p** |




**2.** Balanço na suspensão com rotação sobre eixo longitudinal

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a 30º (3.201) | Abaixo de 31˚ até 45˚<br>Abaixo de 45˚ até 60˚<br>Abaixo de 60˚ | 0,10P<br>0.30p<br>0.50p sem VD sem omissão |
| Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a parada de mãos (3.201) | à 10˚<br>11 à 30˚<br>31 à 45˚<br>Abaixo de 45˚ | Sem dedução<br>0.10p<br>0.30p<br>0.50p |
| Saidas em mortal estendido | Leve flexão de joelhos e ou quadril<br><br>Flexão de joelhos e ou quadril moderada | 0.10p<br><br>0.30p |

**OBS: ângulo de finalização giro gigante com ½ giro no EL**



# 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


**3.** Impulsos atrás

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Impulso atrás à 90º (horizontal) | Abaixo de 90º (horizontal)<br>ATÉ 10˚ (80˚)<br>79˚ OU MENOS | <br>0,10p<br>0,30p |
| Impulso atrás acima de 90º (horizontal) | À 90º (horizontal)<br>Abaixo de 90º (horizontal) | 0,10p<br>0,30p |
| Impulso atrás a 45˚ | Abaixo de 45˚ até 60˚<br>Abaixo de 60˚ | 0,10p<br>0,30p |
| Impulso atrás a 30˚ | Abaixo de 30˚ até 45˚<br>Abaixo de 45˚ até 60˚<br>Abaixo de 60˚ | 0,10p<br>0,30p<br>0,50p |
| Impulso atrás a parada de mãos | Da parada até 30˚<br>31˚ à 45˚<br>45˚ | Sem dedução<br>0,30p<br>0,50p |

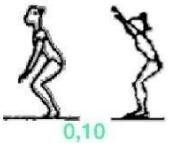
**4.** Elementos circulares próximo a barra
**OBS: ângulo de finalização**

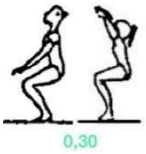
| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Giro facial livre | Bater com a coxa ou quadril na barra e dar sequência no kipe.<br>Bater com a coxa ou quadril na barra e parar. | 0,30p sem VD sem Omissão<br>0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realizar o kipe. |
| Giro circular próximo a barra a 90˚ (horizontal) | Abaixo de 90˚ (horizontal)<br>Bater com a coxa ou quadril e dar sequência no kipe<br>Bater com a coxa ou quadril na barra e parar | 0,10p<br>0,30p sem VD sem Omissão<br>0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realiza o kipe. |
| Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 45˚ | Abaixo de 45˚ até 60˚<br>Abaixo de 60˚ | 0,30p<br>0,30p sem VD sem Omissão |
| Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 30˚ | Abaixo de 30˚ até 45˚<br>Abaixo de 45˚ | 0.30p<br>0,30p sem VD sem Omissão |
| Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) à parada de mãos | Da parada à 10˚<br>11˚ à 30˚<br>Abaixo de 30˚ até 45˚<br>Abaixo de 45˚ | Sem dedução<br>0.10p<br>0,30p<br>0,50p sem VD sem Omissão |
| Giro de sola para trás carpado | Leve flexão de joelhos<br>Flexão moderada dos joelhos<br>Flexão acentuada dos joelhos | 0,10<br>0,30 sem VD sem Omissão<br>0,50 sem VD sem Omissão |
| Subida grupada ao apoio dos pés, ou giro de sola impulso à suspensão na BS | Queda e Não executar o impulso a suspensão na BS | 1,00 sem VD sem Omissão<br>OBS: Deve ser observado a caracterização do apoio dos pés e equilíbrio na Bb para validar. |

**Observações: 1. Demais deduções conforme CP.**
**2. O giro de sola para as séries livres segue conforme o CP.**

# 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

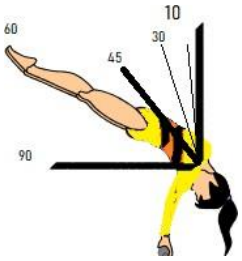



0,50p

Ilustrações para compreensão
Giro de sola para trás carpado, ângulo de flexão dos joelhos na finalização do giro.

Esclarecimento sobre ângulos de finalização para Impulso atrás ou elementos circulares




| Legenda: Ângulo de finalização | |
|---|---|
| 1 | 10° |
| 2 | 30° |
| 3 | 45° |
| 4 | 60° |
| 5 | 90° |

**ESCLARECIMENTOS**

**Repetição de elementos**

Exemplo: 2X seguidas o giro de quadril ou 2X seguidos o giro de sola (quando não solicitado)

DEDUÇÃO: 0,50 por adição de elemento.

Grupado ou giro de sola – Caso a ginasta repita nas séries obrigatórias, será dedução de inclusão de elemento. (cada vez 0,50p.)

OBS:

Para os níveis que tem kipe na entrada. Caso a ginasta substitua por oitava não será considerado acréscimo de elemento. Ficará Sem VD e com omissão

Nível 4 e 5

| | ELEMENTO SOLICITADO | OBSERVAÇÃO |
|---|---|---|
| | Balanço a frente com ½ giro no EL a tomada dorsal | Será aceito a tomada dorsal e a tomada mista. O balanço extra para troca da empunhadura não será elemento adicional |

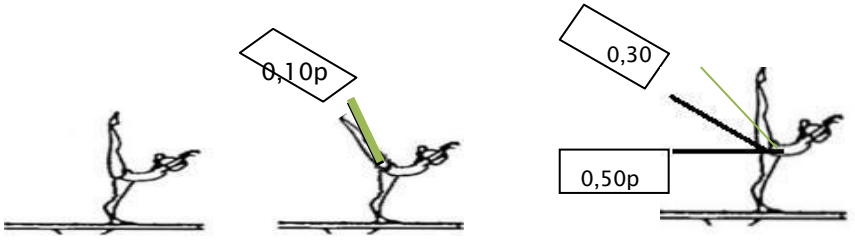
# FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

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


## TRAVE DE EQUILÍBRIO

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Entrada de esquadro | Entrar uma perna depois a outra | 0,10p |
| | Pés com altura abaixo de 90˚ | 0,10p |
| | Pernas encostadas nos braços | 0,10p |
| | QUICAR 2X NO TRAMPOLIM | 0,30p |
| | Não marcar 1" ou 2" (conforme Nível) | 0,10p |
| Avião | Insuficiente afastamento: | |
| | Até 10˚ | Sem dedução |
| | 30˚ a 45˚ | 0,10p |
| | Abaixo de 45˚ a 60˚ | 0,30p |
| | Abaixo de 60˚ a 90˚ | 0,50p |
| | Não marcar 2" | 0,10p |
| | Tronco abaixo de 90˚ | 0,10p |
| Giro 360˚ | ¼ faltante | 0,10p |
| Giro 180˚ | Não sustentar a ½ ponta | 0,10p |
| Onde solicitado | Insuficiente afastamento | |
| Parada de mãos com afastamento 180˚ | 0˚ a 20˚ | 0,10p |
| | 21˚ a 45˚ | 0,30p |
| | >45˚ | 0,50p |
| Não chegar a vertical | Entre 10˚ e 30˚ | 0,10P |
| | Entre 31˚ e 45˚ | 0,30P |
| | Abaixo de 45˚ | 0,50p sem VD sem omissão |
| Não marcar 1" ou 2" (conforme Nível) | | 0,10p |
| Não unir as pernas na vertical | | 0,50p sem VD sem omissão |

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÃO |
|---|---|---|
| Tic-tac | Apoiar o pé na ponte para a frente e cair | Sem VD, Sem omissão |

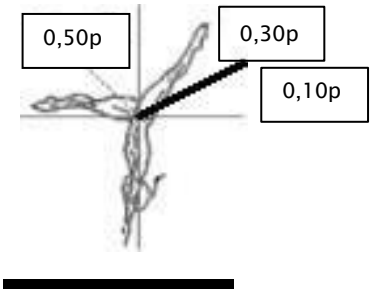


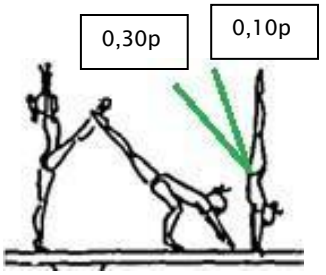

Avião

# 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


Parada de mãos




Falhas Gerais e Deduções específicas

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÕES |
|---|---|---|
| Entradas: subida à força | Subir a parada de mãos não marcar e cair | 0,10p + queda. Sem VD, sem omissão |
| | Subir a parada de mãos marcar 2" e cair | Somente queda |
| | Realizar a entrada na posição incorreta | 0,30p |
| Sequências acrobáticas e Sequência de dança | Falta de ritmo sem descaracterizar a sequência | 0,10p |
| | Pausa (intencional) sem a realização do segundo elemento | Sem VD, 0,50p por omissão |
| | Não apoiar um dos pés ao final da sequência de dança | Sem VD, sem omissão |
| | Queda entre os elementos sem executar o segundo elemento | Sem VD, 0,50p omissão |
| Falta de movimento próximo a trave | Não encostar com pelo menos duas partes diferentes do tronco. | 0,30p |
| | Falta de criatividade | 0,10p |
| Movimentos laterais | Não realizar ao menos dois passos ligados com deslocamento lateral | 0,30p |
| | Falta de criatividade | 0,10p |
| Mortal de costas grupado abrindo | Falta de definição das fases (grupar e depois abrir) | 0,10p |
| | Abertura insuficiente ou tardia | 0,10p |
| | Não abrir o corpo | 0,30p |
| Ponte para trás | Falta de manutenção da perna a 90° no início e no final do movimento (min.1") | 0,10p cada |
| Ponte para frente | Falta de manutenção da perna a 90° no final do movimento (min.1") | 0,10p |
| Equilíbrio facial + impulso a parada | Realizados separados em momentos diferentes da série | Sem VD sem omissão |
| Saídas em mortal estendido | Leve flexão de joelhos e ou quadril | 0,10p |
| | Flexão de joelhos e ou quadril moderada | 0,30p |

**OBS**: Demais descontos pelo CP

# 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


## SOLO

Falhas Gerais

| ELEMENTO SOLICITADO | FALHA | DEDUÇÕES |
|---|---|---|
| Giros de 720˚<br>Giros com variação de perna livre | ¼ faltante<br>Conforme observação abaixo da tabela. | 0,10p |
| Sequências acrobáticas | Com pausa intencional ou incompletas<br>Pequena falta de ritmo sem descaracterizar a sequência | Sem VD, 0,50p por omissão<br>0,10p |
| Salto de extensão ao final do flic flac | Não realizar o salto<br>Altura insuficiente | 0,30p<br>0,10p |
| Salto hop Foutté | Não caracterizar arabesque | 0,10p |
| Mortais para frente e para trás | Posição incorreta da cabeça | 0,10p |
| Mortal com 360˚ de pirueta | ¼ faltante | 0,30p |
| Mortal de costas grupado abrindo | Falta de definição das fases (grupar e depois abrir)<br>Abertura insuficiente ou tardia<br>Não abrir o corpo | 0,10p<br>0,10p<br>0,30p |
| Mortal para trás estendido | Leve flexão de joelhos e ou quadril<br>Flexão de joelhos e ou quadril moderada | 0,10p<br>0,30p |
| Mortal para frente estendido<br>OBS: Poderá ser usada a técnica de flic para frente sem mãos | Leve flexão de joelhos e ou quadril<br>Flexão de joelhos e ou quadril moderada | 0,10p<br>0,30p |
| Passagem de dança | Ordem incorreta dos saltos<br>Executar saltos diferentes dos solicitados<br>Falta do chassê quando solicitado | 0,30p<br>Sem VD + 0,50p por acréscimo de elemento, sem omissão<br>0,30p |
| Rolamento para trás carpado ou oitava a parada de mãos<br>OBS: os desvios da vertical seguem | Leve flexão de joelhos e/ou cotovelos<br>Flexão moderada dos joelhos e/ou cotovelos<br>Flexão acentuada dos joelhos e/ou cotovelos | 0,10<br>0,30<br>0,50<br>Aproximadamente 90º |
| Oitava a parada de mãos com ou sem giro (desvios da vertical)<br><br>Oitava a parada de mãos ½ ou 1/1 | Entre 10˚ e 30˚<br>Entre 31˚ e 45˚<br>Abaixo de 45˚<br>Toque excessivo para completar o giro<br>¼ de giro faltante<br>Falta de precisão na finalização do giro | 0,10P<br>0,30P<br>0,50p sem VD sem omissão<br>0,10p ou 0,30p<br>0,30p<br>0,10p |
| Reversão com pernas alternadas ou unidas | Falta de repulsão<br>Não realizar o salto estendido quando solicitado<br>Altura insuficiente no salto estendido | 0,10p<br>0,30p<br>0,10p |

# FEDERAÇÃO PAULISTA DE GINÁSTICA

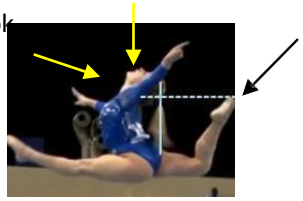
Av. Alcântara Machado, 80 – sl. 23 - 03102-000 - Brás – São Paulo.
Fone: (11) 3208-5680 – (11) 3675-4063
E-mail: **fpg@fpginastica.com.br**
www.fpginastica.com.br


OBS: Os elementos de dança para receberem o VD nas séries obrigatórias, deverão apresentar as características abaixo. Para as séries livres será seguido as regras do CP.

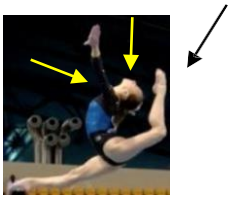
Ex: Saltos com pé na cabeça, giros com perna livre a 90°, etc.

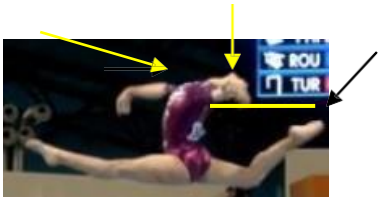
**Demais descontos pelo CP .**

1. ok



2. ok






3. ok

**Obs1:**

Os saltos com pé na cabeça para serem validados deverão:

Ter cabeça para trás, o mínimo de arco e flexão de perna atrás.

Deduções por especificidades ou forma do corpo, serão aplicadas conforme o CP. Com VD e Sem omissão.

**Obs2:**

Saltos com giro c/ ou s/ troca de pernas terão uma tolerância <45° faltantes por giro.

**Obs3:**

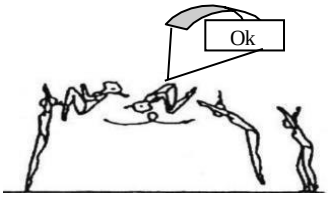
Giros perna livre a 90° – Deverão manter a perna durante 360° EL na horizontal. Haverá uma tolerância de até 10° abaixo da linha, porém os giros não poderão ser incompletos.

**Obs4:**

Giro com 180° de split sustentando a perna – Deverão segurar a perna durante 360° EL. Haverá uma tolerância <45° caso solte a perna antes de completar a volta, porém os giros não poderão ser incompletos.

MORTAL DE COSTAS ABRINDO

A abertura deve ocorrer a partir da posição invertida até ¼ do mortal




**As deduções aqui especificadas são aquelas diferentes do código de pontuação. Toda e qualquer outra falha será avaliada através das tabelas de falhas gerais, apresentação artística ou descontos específicos de cada aparelho, encontrados no CP.**

**Vale ressaltar, que a qualidade de execução deverá ser o ponto principal na estratégia do treinador para a seleção dos níveis a serem apresentados, visto que a diferença de VD entre cada um é apenas um ponto. Casos omissos para todos os aparelhos serão decididos no ato da apresentação da ginasta pelo painel D junto à direção da Competição.**

**BOM TRABALHO!**