

REGULAMENTO JOGOS ESCOLARES TV SERGIPE
INDIVIDUAL, CONJUNTOS E TRIOS
GINÁSTICA RÍTMICA - 2026

1. Conforme regulamento específico da modalidade, e portaria 002/2026 de 02 de agosto de 2026, a GR nos JOGOS ESCOLARES TV SERGIPE 2026, terá as categorias/níveis:

GINÁSTICA RÍTMICA (INDIVIDUAL, TRIO E CONJUNTO)	MIRIM	Nascidos em 2017, 2018 e 2019	7, 8 e 9 anos	NÍVEL ÚNICO
	PRÉ INFANTIL	Nascidos em 2015 e 2016	10 e 11 anos	NÍVEL I E II
	INFANTIL	Nascidos em 2013 e 2014	12 e 13 anos	NÍVEL I E II
	JUVENIL	Nascidos em 2011 e 2012	14 e 15 anos	NÍVEL I E II
	ADULTO	Nascidos em 2010 e abaixo	16 anos ou mais	NÍVEL I E II

2. Na categoria MIRIM, individual, trio e conjunto, por tratar-se de categoria com característica participativa, não existirá separação por nível, todas apresentações serão exclusivamente “mãos livres”, a premiação será por blocos “ouro, prata e bronze” e as medalhas recebidas, assim como as pontuações, não serão contabilizadas no quadro geral de medalhas os jogos escolares TV Sergipe.
3. Nas demais categorias (PRÉ-MIRIM, INFANTIL, JUVENIL e ADULTO), as alunas serão classificadas em um dos dois níveis (Nível I ou Nível II), conforme critérios técnicos abaixo:

INDIVIDUAIS

- **Nível 1** : Ginastas participantes de campeonatos brasileiro, torneio Nacional.
- **Nível 2 (ESCOLAR)**: Ginastas participantes de torneio regional, Copa Estreante e Copa Incentivo.

CONJUNTOS e TRIOS

- **Nível 1** : poderão compor as equipes as ginastas participantes de torneio nacionais, Copa Brasil de conjuntos e Campeonato Ilona Peuker, além de Copa Estreante e Copa Incentivo, participantes de seletivas para seleções brasileiras transitórias ou não. (Obs: basta apenas uma atleta com essas características, para qualificar o conjunto para esse nível, ou seja mesmo que apenas uma integrante do conjunto/trio já tenha participado das referidas competições o mesmo é desse nível 1)
- **Nível 2 (ESCOLAR)**: poderão compor as equipes **APENAS** as ginastas participantes de Copa estreante e Copa Incentivo e Jogos da Primavera Nível 3 e torneio regional. Ginastas que já participam de TORNEIOS E CAMPEONATOS, AMISTOSOS NACIONAIS E INTERNACIONAIS, **não poderão participar no Nível Escolar. (a pontuação não entra no quadro de medalhas)**

LIMITES E CONSIDERAÇÕES GERAIS:

1. Cada conjunto em qualquer um dos dois níveis poderá subir até 3 atletas para a categoria seguinte;
2. Cada trio em qualquer um dos dois níveis poderá subir até 2 atletas para a categoria seguinte;

3. **É de responsabilidade das escolas a inscrição correta nos níveis sob pena de desclassificação, caso haja comprovação da ilegitimidade da inscrição no nível correto;**
4. Não existe limite de inscrição de atletas, trios e conjuntos por parte das escolas.
5. Cada atleta poderá optar para competir por, no máximo, 02 (DOIS) aparelhos na prova individual;
6. Conforme regulamento Geral da Competição (artigo 27) atletas poderão subir de categoria para uma faixa etária imediatamente superior a sua, a fim de compor um Trio ou Conjunto, podendo participar nas duas categorias (A sua e a imediatamente superior);
7. A arbitragem será realizada por BANCA REDUZIDA e será composta por árbitros (as) do Estado de Sergipe, salvo casos especiais em que a presença de árbitros de fora não onere o evento.
8. Não haverá recurso des ordem técnica ou solicitação de revisão de nota;
9. O Aquecimento e reconhecimento do tapete ocorrerá ANTES do início da competição conforme programação a ser divulgada pela Comissão Organizadora.
10. PREMIAÇÕES:

Conforme Regulamento Geral dos Jogos Escolares TV SERGIPE 2026, serão oferecidas as seguintes premiações:

- Medalhas de Ouro, Prata e Bronze às alunas das Escolas que obtiverem as melhores colocações em cada categoria (Individual, Trio e Conjunto); obs: As medalhas recebidas pela categoria MIRIM, assim como pelo Nível 2 nos TRIOS e CONJUNTOS não serão computadas no quadro geral de medalhas dos Jogos Escolares TV Sergipe), o mesmo ocorrerá com as medalhas recebidas pelas campeãs gerais de cada categoria, que também não serão consideradas no quadro de medalha dos Jogos Escolares TV Sergipe 2026.
- Troféu de campeã de categoria, às Escolas que obtiverem as melhores colocações em cada categoria, somando as pontuações obtidas nas provas individuais dos dois níveis mais à prova de trio e conjunto, APENAS NO NÍVEL 1, de acordo com a classificação das mesmas nas apresentações individuais, trios e em conjunto, conforme quadro abaixo:

Class. Individual	Pontos	Class. Trio	Pontos	Class. Conjunto	Pontos
1º	15	1º	15	1º	23
2º	12	2º	12	2º	18
3º	09	3º	09	3º	14
4º	07	4º	07	4º	11
5º	06	5º	06	5º	08
6º	03	6º	03	6º	05
7º	02	7º	02	7º	03
8º	01	8º	01	8º	02

- Em caso de empate será considerada campeã a entidade que tiver o maior número de primeiros lugares. Persistindo o empate serão considerados os segundos lugares e assim sucessivamente; sendo que a classificação do conjunto contará dobrado para fim de desempate, se for necessário.
- A Categoria Mirim será premiada e terá o campeão da categoria, conforme as demais categorias da competição, PORÉM as medalhas NÃO serão somadas ao quadro geral para definir o campeão geral da modalidade.

- Troféu de Campeã Geral da modalidade para a Escola que obtiver o maior número de medalhas de Ouro no Quadro Geral dos Jogos Escolares TV SERGIPE.
- INDIVIDUAL GERAL POR CATEGORIA: Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 3º lugar, somadas as notas, por categoria e nível. Estas medalhas não irão para o quadro geral de medalhas dos Jogos Escolares TV Sergipe, tendo os seguintes critérios de desempate:

- A ginasta com as mais baixas faltas técnicas de Execução (todos os aparelhos), prevalecerá;
- A ginasta com a maior nota de Dificuldade total (todos os aparelhos), prevalecerá;
- Se ainda houver empate, permanecerão empatadas.

- CRITÉRIO DE DESEMPATE ENTRE CONJUNTOS E TRIOS:

- O conjunto ou trio com as mais baixas faltas técnicas de Execução (dois exercícios), prevalecerá;
- O conjunto ou trio com a maior nota de Dificuldade total (dois exercícios), prevalecerá;
- Se ainda houver empate, permanecerão empatadas.

PROVAS NÍVEL 1

CATEGORIA	APARELHOS					
	INDIVIDUAL		TRIOS		CONJUNTOS	
PRÉ-INFANTIL			3x		5x	
INFANTIL			3x		5x	
JUVENIL			3x		5x	
ADULTO			3x		5x	

PROVAS NÍVEL 2

CATEGORIA	APARELHOS					
	INDIVIDUAL		TRIOS		CONJUNTOS	
PRÉ-INFANTIL			3x		5x	
INFANTIL			3x			
JUVENIL			3x		5x	
ADULTO			3x		5x	

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - CATEGORIA MIRIM

CATEGORIA MIRIM- Faixa etária – 7 a 9 anos completos no ano da competição (2019 a 2017) Prova:
Mãos Livres
Tempo do exercício – 1º00 a 1º30" / É permitido música com palavras.

REQUERIMENTOS				
	DB's 3 + 1		1	03 (três) dificuldades corporais máximo, uma de cada grupo <u>valor máximo de 0,30 pts.</u>
			1	
			1 (Em ½ ponta)	
		DB's livres		1 (uma) Dificuldade corporal de livre escolha. Valor máximo de 0,40 pts
	Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades obrigatórias e 01 (uma) dificuldade de livre escolha de maior valor.			
		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (máx. 01). NÃO HÁ penalidade na ausência		

		03 (três) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada um. Obs.: Cada elemento deve ser de um grupo diferente da tabela de elementos pré-acrobáticos. NÃO HÁ penalidade na ausência
		01 (um) Chainé. Valor: 0.10 pts, (máx.01) NÃO HÁ penalidade na ausência

BONIFICAÇÕES:

- **Posição de Espacato no Solo:** Caso seja realizado e tenha a execução correta receberá a pontuação de 0,10 na nota de DB;
- **Equilíbrio Passé ao lado an dehor :** Caso seja realizado e tenha a execução correta receberá a pontuação de 0,10 na nota de DB. **(Preparação e finalização idêntica ao pivô an dehor)**
- **Arabesque com pé inteiro(plano) no solo:** Caso seja realizado e tenha a execução correta terá bonificação de 0,10 na nota de DB.

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - CATEGORIA PRÉ-INFANTIL - NÍVEL 2 (ESCOLAR)

CATEGORIA PRÉ-INFANTIL – NÍVEL 2 (ESCOLAR) -I 10 e 11 anos completos no ano da competição (2016 e 2015) Prova: Mãos Livres
Tempo do exercício – 1"15 a 1"30" / É permitido música com palavras.

REQUERIMENTOS				
	DB's 3 + 2		1	03 (três) dificuldades corporais máximo, uma de cada grupo <u>valor máximo de 0,40 pts.</u>
			1	
			1 (Em ½ ponta)	
		DB's livres		2 (duas) Dificuldades corporais de livre escolha. Valor máximo de 0,50 pts
		Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades obrigatórias e 02 (duas) dificuldade de livre escolha de maior valor.		

		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (máx. 01). HÁ penalidade de 0,30 na ausência
	Posições de espacato	Posição de espacato no solo - O braço contrário da perna da frente se posiciona à frente e o braço lateralmente, tronco na vertical, passar para a abertura total facial com braços (altura do ombro), passar para a posição de espacato com a outra perna, o braço o da perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente, tronco na vertical, cada posição deve ser fixa e definida 1 segundo. Valor: 0,20 pts para a execução correta NÃO HÁ penalidade na ausência
	Elementos específicos	"GIRO "Passé" ao lado an dehor 360° A preparação inicia na 5ª posição em relevê, seguido de 4ª posição em relevê, emi pliê, e giro an dehor (seguir video no site da CBG) Valor: 0,10 para a execução correta NÃO HÁ penalidade na ausência
		Arabesque com pé plano Perna livre no nível horizontal 90° com tronco alinhado. Braços ao

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - CATEGORIA INFANTIL - NÍVEL 2 (ESCOLAR)

CATEGORIA INFANTIL

Faixa etária – 12 e 13 anos completos no ano da competição (2014 e 2013)

Prova: Mãos Livres e Bola

Tempo do exercício – 1"15 a 1"30" / É permitido música com palavras.

REQUERIMENTOS

	DB's 3 + 3		1	03 (três) dificuldades corporais máximo, uma de cada grupo <u>valor máximo de 0,50 pts.</u>
			1	
			1 (Em ½ ponta)	
		DB's livres		3 (três) Dificuldades corporais de livre escolha. Valor máximo de 0,60 pts

		Serão contabilizadas as 03 (três) dificuldades obrigatórias e 03 (três) dificuldade de livre escolha de maior valor.
		Onda Corporal Anteroposterior - Equilíbrio dinâmico com onda total do corpo. Valor 0,10 pts (máx. 01). HÁ penalidade de 0,30 na ausência
	Elementos específicos	"GIRO "Passé" ao lado an dehor 360° A preparação inicia na 5ª posição em relevé, seguido de 4ª posição em relevê, emi pliê, e giro an dehor (seguir video no site da CBG) Valor: 0,10 para a execução correta NÃO HÁ penalidade na ausência
	DA	02 (dois) elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha. Valor: 0,10 pts 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 pts. Obs: Poderão ser utilizados os elementos pré-acrobáticos utilizados isolados. HÁ penalidade de 0,30 na ausência de cada elemento
		02 (dois) Chainés. Valor: 0.20 pts, (máx.01). NÃO HÁ penalidade na ausência

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - CATEGORIA JUVENIL E ADULTO - NÍVEL 2 (ESCOLAR)

CATEGORIA JUVENIL E ADULTO - NÍVEL TÉCNICO 2 (ESCOLAR)

Faixa etária – Juvenil: 14 e 15 anos completos no ano da competição (2012 e 2011) Adulto: a partir de 16 anos completos no ano da competição (a partir de 2010) Prova: Mãos Livres
Tempo do exercício – 1"15 a 1"30" / É permitido música com palavras.

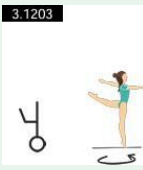
Estas categorias seguem as normas oficiais da FIG (COP 2025/2028).

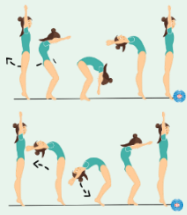
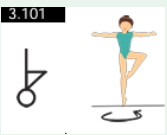
REQUERIMENTOS TÉCNICOS - PRÉ-INFANTIL NÍVEL 1

EXIGÊNCIAS TÉCNICAS NÍVEL 1

1. CATEGORIA PRÉ-INFANTIL

1.1. EXERCÍCIOS COM ML

PRÉ INFANTIL – MÃOS LIVRES			
			
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DB			PENALIDADE – 0,30pts
Número de dificuldades	7 DB no máximo (de valor maior que 0,10) (mín 1 de cada Grupo Corporal) (incluindo as Dbs obrigatórias)		Menos de 3 dificuldades corporais executadas
			Para cada grupo corporal ausente
Dificuldades Obrigatórias		Salto espacato (impulso de um pé) - Uma posição de espacato de 180° é necessária no ponto mais alto do salto. - O braço contrário da perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente. - Tronco na vertical.	Para cada de dificuldade obrigatória ausente.
		Grand écart (espacato) lateral com ou sem ajuda - É necessária a posição espacato. - Manter no mínimo 2 (dois) segundos - Pode ser <i>relevé</i> ou pé plano	
		Pivot em attitude (360o ou mais) - Perna livre flexionada na horizontal. - O joelho no mínimo 90°, - Tronco na vertical ligeiramente à frente.	
Dificuldades de Livre Escolha	+ 1 DB de livre escolha (valor de base livre) + 3DB de livre escolha (valor de base: 0,50 pts max)		Utilização excessiva de DBs (mais de 7 DB de 0,20 ou mais) 1,0 pto

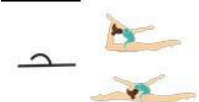
EXIGÊNCIAS ESPECÍFICAS DO DB			PENALIDADE – 0,30pts
Onda Corporal		Onda corporal anteroposterior ou posteroanterior - Uma onda corporal completa é uma contração e descontração sequencial de todos os músculos do corpo, ao longo da “cadeia” de segmentos corporais como uma “corrente elétrica”. - As ondas corporais completas envolvem todos os segmentos desde a cabeça, passando pela pélvis, até os pés ou vice-versa. - Valor 0,10 pts para execução correta	Para a onda obrigatória ausente
Equilíbrio		Arabesque com pé plano - Arabesque: perna livre na horizontal para trás a 90° com tronco alinhado. - Braços ao lado (altura do ombro) - Manter no mínimo 2 (dois) segundos. - Valor: 0,10 pts para a execução correta	Para ausência da DB específica
Pivots		Pivots "Passé" ao lado an dehor 360°/720° - A preparação inicia em 4ª posição em relevê, braços em terceira posição, contrário à perna da frente, demi pliê e giro an dehor - Elemento exigido mesmo que o Exercício já tenha o pivot fouetté como opção de DB livre - Valor: 0,10 pts para 360° de rotação e 0,20 pts para 720° de rotação, para a execução correta	Para ausência da DB específica
As ginastas deverão executar os elementos específicos de DB exatamente igual aos vídeos disponibilizados no site da CBG			

EXIGÊNCIAS DO DA			PENALIDADE – 0,30 pts
Elementos pré-acrobáticos		3 (três) Elementos pré-acrobáticos isolados (Grupos 1 a 13) - Cada elemento deve ser de um grupo diferente. (Com exceção dos grupos 1 ou 3 – utilizados na combinação) - Valor: 0,10 pts cada	Para cada pré-acrobático isolado ausente
		Elementos pré-acrobáticos combinados 1(um) combinação de 2(duas) reversões para a frente alternando as pernas com um passo intermediário, ou 1(uma) combinação de 2 (duas) estrelas alternando as pernas com um passo intermediário. - Braços ao lado da orelha durante a execução - Valor: 0,20 pts para execução correta	Para ausência da combinação de pré-acrobático de acordo com o regulamento
As ginastas deverão executar os elementos pré acrobáticos seguindo as orientações dos vídeos disponibilizados no site da CBG			
Rotações		2 (dois) chainés consecutivos Valor: 0,20 pts para a execução correta	Para ausência de 2 chainés consecutivos
As ginastas deverão executar os elementos específicos de rotação exatamente igual aos vídeos disponibilizados no site da CBG			

OBSERVAÇÕES:

- Execução Exata dos elementos com base nos vídeos da CBG:** Significa que todas as fases do movimento (preparação, execução e finalização) devem ser uma cópia idêntica ao que é demonstrado no vídeo.
- Execução seguindo as orientações dos vídeos da CBG:** Significa que a técnica do elemento deve seguir o padrão correto do vídeo, mas o movimento deve ser integrado de forma fluida à coreografia. Como os vídeos mostram os elementos de forma isolada, eles podem ser conectados ao restante da apresentação com movimentos artísticos, sem necessidade de pausar. O mais importante é que a execução técnica do elemento obrigatório seja respeitada.

1.2. EXERCÍCIOS COM APARELHOS

PRÉ INFANTIL – APARELHO			
			
EXIGÊNCIAS DO DB			
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DB			PENALIDADE – 0,30
Número de DBs	5 DB de valor mais alto (incluídas as exigências específicas do DB)		Menos de 3 dificuldades corporais executadas
Dificuldades Corporais	Mín. 1 de cada Grupo Corporal valor de base: 0,50 pts máx		Para cada grupo corporal ausente
	Permitido uma (01) DB de valor de base livre		Mais de uma dificuldade com valor de base maior do que 0,5 pts
R	Mínimo de 1 (um) e Máximo de 2(dois) R		Ausência de 1 R com chainé
	1 R com <i>no mínimo 2 chainés + critérios livres</i>		Mais de 2 (dois) R
	1 R livre (opcional)		
EXIGÊNCIAS ESPECÍFICAS DO DB			
	1.2103  1.2105 	Salto com passagem por dentro da corda • Salto espacato com, impulso do salto com 1 pé; ou, • salto espacato com círculo/extensão do tronco atrás, impulso do salto com 1 pé;	Para a ausência dos elementos específicos
Esse salto será contabilizado para o cálculo das DBs			

EXIGÊNCIAS DO DA		
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DA		PENALIDADE – 0,30
Número de DAs	Mínimo 1 – Máximo 08 (Em ordem de execução)	Menos de 1
	Máximo 2 DAs coordenadas com pré-acrobático	Não haverá penalidade por mais 2 DAs coordenadas com pré-acrobático
Mais de 2 DAs coordenadas com pré acrobáticos não serão penalizadas, porém não serão validados e contarão para o número máximo de DAs.		

ELEMENTOS FUNDAMENTAIS DO APARELHO

	• 2 escapadas • 1 série de saltitos (mínimo de 03) por dentro da corda, com pelo menos um giro duplo • 1 grande lançamento realizado com os 2 braços estendidos à frente, pernas unidas em quinta/sexta posição, finalizando com os braços acima; e recuperação dos 2 nós da corda ao mesmo tempo (podendo ser no R)	Ausência de cada um dos grupos fundamentais obrigatórios
Os grupos fundamentais dos aparelhos podem estar coordenados com as DBs e/ou DAs		

1.3. DIFICULDADE CORPORAL (DB)

Os elementos de DB na categoria Pré-infantil, são dificuldades isoladas (obrigatórias e de livre escolha), contidas no código de pontuação (COP).

1.3.1. DIFICULDADES OBRIGATÓRIAS

- O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do COP.
- No exercício Mãos Livres, as dificuldades obrigatórias serão computadas para o número máximo de dificuldades do seu exercício.

Penalidade: 0,30 por cada dificuldade corporal obrigatória ausente.

1.3.2. DIFICULDADES DE LIVRE ESCOLHA

- O valor de base de das DBs de livre escolha na categoria Pré-infantil é de no máximo 0,50 pontos.
- Se uma ginasta apresentar uma dificuldade com valor de base maior do que 0,50 pto, a dificuldade não será avaliada e terá penalização de 0,30 pontos.
- No exercício de mãos livre da categoria Pré-infantil, é permitida uma dificuldade isolada com valor de base livre.

1.3.3. CÁLCULO DAS DIFICULDADES CORPORAIS

- Nos exercícios Mãos Livres serão contabilizados no máximo 7 (sete) elementos de DB com valor maior que 0,10, executados corretamente, incluídas as dificuldades obrigatórias.
- Nos exercícios com aparelhos serão contabilizados 5 DBs de valor mais alto, considerando as dificuldades corporais específicas, quando houver.
- As dificuldades serão válidas se executadas de acordo com os requisitos das tabelas de dificuldade.
- No caso das dificuldades obrigatórias, estas devem seguir os requisitos descritos nesse regulamento. Pode se tolerar os desvios da forma (execução), listados no COP.

- **Exceção:** as dificuldades de equilíbrio obrigatórias devem ser mantidas por 2 segundos. Os equilíbrios mantidos somente por 1 segundo não serão válidos como DB, e terão penalização da execução técnica por forma não mantida.
- Para dificuldades de rotação tanto nos exercícios com aparelhos, quanto mãos livres, a rotação será avaliada de acordo com o número de voltas executadas, ou seja, o valor da dificuldade não é limitado, no entanto, o valor da base deve ser respeitado.
- Os pivots fouettes serão avaliados até o máximo de 5 retomadas. O valor dos pivots fouettes não entram na contabilidade da Dificuldade de base livre, pois sua base tem valor de 0,10 pts.
- Cada DB conta uma só vez; se a DB se repete, a dificuldade não é válida (sem penalidade)
- Poderão contabilizar-se entre as DBs, uma dificuldade de valor de base livre.
- Caso as DBs obrigatórias não sejam executadas haverá um despontuação de 0,30 pontos por DB obrigatória não executada.
- Os árbitros (DB) registram todas as DBs realizadas em um exercício com um valor superior ou igual a 0,10 pts e dará a seguinte penalização:
- Por utilização EXCESSIVA de dificuldades corporais. Penalização 1,00 ponto.
 - mais de 7 dificuldades (com valor superior a 0,10 pts)



- Os elementos pré-acrobáticos podem apresentar-se isolados ou combinados. Estão autorizados somente os elementos pré-acrobáticos (grupo 1 a 13), enunciados no Cop. Estes elementos se contabilizarão em ordem de execução.
 - **Penalização:** 0,30 pts por cada pré-acrobático/combinção ausente.
- Não é possível executar elementos pré-acrobáticos obrigatórios conectados com as dificuldades corporais (DB). Se um elemento pré-acrobático estiver conectado a uma DB, o elemento pré-acrobático não será avaliado, (não se penaliza).
- A combinação deve seguir a exigência do regulamento.
 - Os componentes da combinação de pré-acrobáticos devem ser diferentes dos elementos isolados.
 - Valor da combinação = 0,20 pts



1.5.1. COMBINAÇÃO DE CHAINÉS (EXERCÍCIO ML)

O chainé é uma sequência de giros rápidos e contínuos, realizados em meia-ponta, com eixo vertical estável e pequenos deslocamentos, iniciados por leves aberturas e fechamentos dos pés em primeira posição.

No Exercício de ML, é obrigatória a combinação de 2 (dois) chainés consecutivos.

- Ausência da combinação: -0,30
- Execução correta: +0,20
- Execução incorreta: não recebe bonificação, mas não penaliza.

A combinação não pode ser feita dentro dos passos de dança, pois pertence ao painel de Dificuldade de Aparelho (DA). Dentro dos passos de dança, só são permitidos chainés coreográficos, sem validação técnica. A combinação obrigatória deve aparecer claramente fora dos passos de dança.

Para esta categoria, a combinação deve ser realizada exatamente como demonstrado no vídeo da

- A combinação obrigatória de chainés nos exercícios de ML não poderá ser realizada dentro dos passos de dança; esta combinação é uma bonificação que pertence ao painel de Dificuldade de Aparelho (DA), e de acordo com as regras do Cop, não é possível executar Dificuldades nos passos de dança. As ginastas podem executar chainés como passos coreográficos dentro dos passos de dança, caso isso seja parte da sua composição coreográfica; porém, a combinação obrigatória de chainés deverá ser executada claramente em outro momento, fora do passo de dança, para ser validada pelo painel de Dificuldade DA.
- Para essa categoria a combinação de chainés precisa ser realizada exatamente como demonstrado no vídeo da CBG.

1.6. ELEMENTOS DINÂMICOS DE ROTAÇÃO (R)

- Será obrigatório 01 (um) R nos Exercícios com aparelho;
- Uma combinação de um lançamento alto, com no mínimo 2 chainés (durante o voo do aparelho) e critérios livres utilizados no lançamento e/ou na recuperação;
- Um R livre (opcional)
- Poderá executar no máximo 01 (um) R com nó na corda;
- O valor dos riscos será contabilizado de acordo com as normas descritas no COP;
- Os Riscos com a corda aberta recuperados pelos 2 (dois) nós ao mesmo tempo, já cumpre a exigência de “recuperação dos 2 nós da corda ao mesmo tempo” para os Grupos Fundamentais no Painel de DA;
- Para o Riscos com a corda aberta, quando há queda de uma das pontas, este não será válido.

1.7. ELEMENTOS DO APARELHO DA

- Os elementos de DA serão avaliados em ordem cronológica (independente das faltas de execução da DA). Um elemento adicional de DA não será avaliado (sem penalidade)
- Os elementos pré-acrobáticos podem ser iguais ou diferentes daqueles usados em R.
- Os elementos pré-acrobáticos são avaliados em ordem cronológica: os 2 primeiros serão avaliados.
- A presença de um elemento pré-acrobático em um elemento DA é avaliado independentemente de quantos critérios adicionais são executados. Se um elemento pré-acrobático adicional for usado na DA, esta DA não será válida (sem penalidade).
- Não há limite para o uso de grupos de rotação vertical em DA.

1.8. GRUPOS FUNDAMENTAIS DO APARELHOS

- Os grupos de elementos fundamentais do aparelho estão descritos na tabela
 - **Penalidade:** 0,30 por cada elemento fundamental do aparelho ausente.

1.9. ARTÍSTICO

1.9.1. PASSOS DE DANÇA

- Para os exercícios de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 03 Combinações de Passos de Dança.
 - **Penalidade:** 0,30pts. para cada Combinação ausente.
- Para os exercícios com aparelhos serão exigidos no mínimo 02 Combinações de Passos de Dança.
 - **Penalidade:** 0,30pts. para cada Combinação ausente.

Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

Observação:

1.3

EXECUÇÃO

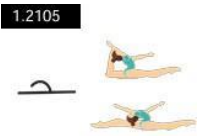
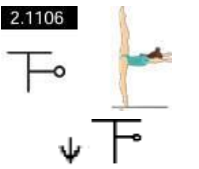
A nota final de execução: partirá de 10 pontos, conforme o COP

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - INFANTIL NÍVEL 1

O

2. CATEGORIA INFANTIL

2.1. EXERCÍCIOS COM ML

INFANTIL – MÃOS LIVRES			
			
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DB			PENALIDADE – 0,30pts
Número de dificuldades	9 DBs no máximo (de valor maior que 0,10) (mín 1 de cada Grupo Corporal) (incluindo as Dbs obrigatórias)		Menos de 3 dificuldades corporais executadas
			Para cada grupo corporal ausente
Dificuldades Obrigatórias	 1.2105	Salto espacato (impulso de um pé) - salto espacato com círculo/extensão do tronco atrás, impulso do salto com 1 pé; - Uma posição de espacato de 180° é necessária no ponto mais alto do salto - O braço contrário da perna da frente se posiciona à frente e o outro braço lateralmente.	
	 1.3504	Salto jeté en tournant - Uma posição de espacato de 180° é necessária no ponto mais alto do salto. - Tronco na vertical.	
	 2.1106	Grand écart (espacato) para trás - Tronco para frente na horizontal - É necessária a posição espacato. - Manter no mínimo 2 (dois) segundos - Pode ser <i>relevé</i> ou pé plano	
	 2.1203	Equilíbrio bouclé / círculo em relevé. - Perna livre elevada atrás, próxima da cabeça, em posição <i>grand écart</i> com joelho flexionado, com ajuda. - É necessário tocar a cabeça. Manter no mínimo 2 segundos.	Para cada de dificuldade obrigatória ausente.

	  1 (um) de livre	<i>Posição de grand écart (espacato) à frente ou ao lado ou Bouclé/círculo com ajuda</i> • Durante a rotação é necessário fixar a posição de grand écart (espacato) ou círculo (necessário tocar a cabeça). • A rotação é avaliada depois que o pé de apoio estiver em relevé e a perna livre assume a posição de grand écart até que esta forma não seja mais mantida. • Base do Pivot 360°.	
--	--	---	--

	escolha)		
		Pivot fouetté - A preparação inicia em 4ª posição em relevê, braços em terceira posição, contrário à perna da frente, demi pliê e giro an dehor - Mínimo de 2 (duas) e máximo de 7 (sete) retomadas	
Dificuldades de Livre Escolha	2 DBs com valor de base de no máximo 0,60 pts		
	+ 1 DB de livre escolha (valor de base livre)		Utilização excessiva de DBs (mais de 09 DB de 0,20 ou mais) – 1,0 pts

EXIGÊNCIAS ESPECÍFICAS DO DB			PENALIDADE – 0,30pts
Onda Corporal	1 (uma) onda corpora livre	Onda corporal total - Uma onda corporal completa é uma contração e descontração sequencial de todos os músculos do corpo, ao longo da “cadeia” de segmentos corporais como uma “corrente elétrica”. - As ondas corporais completas envolvem todos os segmentos desde a cabeça, passando pela pélvis, até os pés ou vice-versa. - Valor 0,10 pts para execução correta	Para a onda obrigatória ausente

EXIGÊNCIAS ESPECÍFICAS DO DA			PENALIDADE – 0,30 pts
Elementos pré-acrobáticos		2 (dois) Elementos pré-acrobáticos isolados (Grupos 1 ao 13) 1 elemento pré-acrobático livre (Grupo 1 ao 12). Com exceção dos grupos que forem usados na combinação de pré-acrobáticos. 1 elemento pré-acrobático obrigatório do grupo P13 - Valor: 0,10 pts cada	Para cada elemento pré-acrobático isolado ausente
		Elementos pré-acrobáticos combinados 1(uma) combinação de 3 (três) elementos pré-acrobáticos, sendo 2 (duas) reversões para a frente alternando as pernas com um passo intermediário + 1 rotação de livre escolha (diferente do P1 e do grupo usado isolado) 1(uma) combinação de 3 (três) elementos pré-acrobáticos, sendo 2 (duas) estrelas alternando as pernas com um passo intermediário, + 1 rotação de livre escolha (diferente do P3 e do grupo usado isolado) OBS: os grupos P4 e P13 podem ser executados nas combinações. Os grupos P4 e P13 poderão ser utilizados nesta combinação. O P4 apenas se não tiver sido usado de forma isolada. - Braços ao lado da orelha durante a execução - Valor: 0,30 pts para execução correta	Para ausência da combinação de pré-acrobático de acordo com o regulamento
Rotações		2 (dois) chainés consecutivos + um elemento pré-acrobático do grupo P4 Valor: 0,30 pts para a execução correta	Para ausência de 2 chainés consecutivos + P4
As ginastas deverão executar os elementos pré acrobáticos seguindo as orientações dos vídeos disponibilizados no site da CBG			

Observações:

- Execução Exata dos elementos com base nos vídeos da CBG:** Significa que todas as fases do movimento (preparação, execução e finalização) devem ser uma cópia idêntica ao que é demonstrado no vídeo.
- Execução seguindo as orientações dos vídeos da CBG:** Significa que a técnica do elemento deve seguir o padrão correto do vídeo, mas o movimento deve ser integrado de forma fluida à coreografia. Como os vídeos mostram os elementos de forma isolada, eles podem ser conectados

restante da apresentação com movimentos artísticos, sem necessidade de pausar. O mais importante é que a execução técnica do elemento obrigatório seja respeitada.

2.2. EXERCÍCIOS COM APARELHOS

INFANTIL – APARELHO			
			
EXIGÊNCIAS DO DB			
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DB			PENALIDADE – 0,30
Número de DBs	6 DB de valor mais alto (incluídas as exigências específicas do DB)		Menos de 3 dificuldades corporais executadas
Dificuldades Corporais	Mín. 1 de cada Grupo Corporal valor de base: 0,60 pts máx		Para cada grupo corporal ausente
	Permitido uma (01) DB de valor de base livre		Mais de uma dificuldade com valor de base maior do que 0,60 pts
R	Mínimo de 1(um) e Máximo de 2(dois) R		Ausência de 1 R com chainés
	1 R com <i>no mínimo 2 chainés + critérios livres</i>		Mais de 2 (dois) R
	1 R livre (opcional)		
A ginasta que optar por realizar o R livre com 2 (dois) ou mais rolamentos para frente (P4), consecutivos, receberá uma bonificação de 0,20 pts. Esse risco poderá ser acrescido de critérios livres			

EXIGÊNCIAS DO DA		
EXIGÊNCIAS GERAIS DO DA		PENALIDADE – 0,30
Número de DAS	Mínimo 1 – Máximo 10 (Em ordem de execução)	Menos de 1
	Máximo 2 DAS coordenadas com pré-acrobático	Não haverá penalidade por mais 2 DAS coordenadas com acrobático
Mais de 2 DAS coordenadas com pré-acrobáticos não serão penalizadas, porém não serão validadas e contarão para o número máximo de DAS.		

ELEMENTOS FUNDAMENTAIS DO APARELHO		
	• 2 grandes rolamentos (2 segmentos), nos braços, de uma mão até a outra. • 1 Rotação em torno do eixo do arco, em volta da mão; • 1 grande lançamento realizado com os 2 braços estendidos à frente (arco no plano vertical ou horizontal), pernas unidas em quinta/sexta posição; e recuperação sem ajuda das mãos (podendo ser no R)	Ausência de cada um dos grupos fundamentais obrigatórios
Os grupos fundamentais dos aparelhos podem estar coordenados com as DBs e/ou Das		

2.3. DIFICULDADE CORPORAL (DB)

Os elementos de DB na categoria Infantil, são dificuldades isoladas (obrigatórias e de livre escolha), contidas no código de pontuação (COP).

2.3.1. DIFICULDADES OBRIGATÓRIAS

- O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do COP.
- No exercício Mãos Livres, as dificuldades obrigatórias serão computadas para o número máximo de dificuldades do seu exercício.

Penalidade: 0,30 por cada dificuldade corporal obrigatória ausente.

2.3.2. DIFICULDADES DE LIVRE ESCOLHA

- O valor de base de das DBs de livre escolha na categoria Infantil é de no máximo 0,60 pontos.
- Se uma ginasta apresentar uma dificuldade com valor de base maior do que 0,60 pts, a dificuldade não será avaliada e terá penalização de 0,30 pontos.
- Nos exercícios da categoria Infantil, é permitida uma dificuldade com valor de base livre.

2.3.3. CÁLCULO DAS DIFICULDADES CORPORAIS

- Nos exercícios Mãos Livres serão contabilizados no máximo 9 (nove) elementos de DB com valor maior que 0,10, executados corretamente, incluídas as dificuldades obrigatórias.
- Nos exercícios com aparelhos serão contabilizados 6 DBs de valor mais alto, considerando as dificuldades corporais específicas, quando houver.
- As dificuldades serão válidas se executadas de acordo com os requisitos das tabelas de dificuldade.

- No caso das dificuldades obrigatórias, estas devem seguir os requisitos descritos nesse regulamento. Pode se tolerar os desvios da forma (execução), listados no COP.
 - **Exceção:** as dificuldades de equilíbrio obrigatórias devem ser mantidas por 2 segundos. Os equilíbrios mantidos somente por 1 segundo não serão válidos como DB, e terão penalização da execução técnica por forma não mantida.
- Para dificuldades de rotação tanto nos exercícios com aparelhos, quanto mãos livres, a rotação será avaliada de acordo com o número de voltas executadas, ou seja, o valor da dificuldade não é limitado, no entanto, o valor da base deve ser respeitado.
- Os pivots fouettes serão avaliados da seguinte forma: um mínimo de 2 (duas) e o máximo de 7 (sete) retomadas.
- Cada DB conta uma só vez; se a DB se repete, a dificuldade não é válida (sem penalidade)
- Poderão contabilizar-se entre as DBs, 1 (uma) dificuldades de valor de base livre
- Caso as DBs obrigatórias não sejam executadas haverá um despontuação de 0,30 pontos por DB obrigatória não executada de acordo com a norma.
- Os árbitros (DB) registram todas as DBs realizadas em um exercício com um valor superior ou igual a 0,10 pts e dará a seguinte penalização:
- Por utilização EXCESSIVA de dificuldades corporais. Penalização 1,00
 - mais de 9 dificuldades (com valor superior a 0,10 pts)



- Os elementos pré-acrobáticos podem apresentar-se isolados ou combinados. Estão autorizados somente os elementos pré-acrobáticos (grupo 1 a 13), enunciados no Cop. Estes elementos se contabilizarão em ordem de execução.
 - **Penalização:** 0,30 pts por cada pré-acrobático/combinção ausente.
- Não é possível executar elementos pré-acrobáticos obrigatórios conectados com as dificuldades corporais (DB). Se um elemento pré-acrobático estiver conectado a uma DB, o elemento pré-acrobático não será avaliado, (não se penaliza).
- A combinação deve seguir a exigência do regulamento.
 - Os componentes da combinação de pré-acrobáticos devem ser diferentes dos elementos isolados, com exceção do P13 que pode ser repetido na combinação.
 - Valor da combinação = 0,30 ptos



2.5.1. COMBINAÇÃO DE CHAINÉS + P4 (EXERCÍCIO ML)

O chaîné é uma sequência de giros rápidos e contínuos, realizados em meia-ponta, com eixo vertical estável e pequenos deslocamentos, iniciados por leves aberturas e fechamentos dos pés em primeira posição.

No Exercício de ML, é obrigatória a combinação de 2 (dois) chaînés consecutivos.

- Ausência da combinação: -0,30
- Execução correta: +0,30
- Execução incorreta: não recebe bonificação, mas não penaliza.

A
combinação não pode ser feita dentro dos passos de dança, pois pertence ao painel de Dificuldade de Aparelho (DA). Dentro dos passos de dança, só são permitidos chainés coreográficos, sem validação técnica. A combinação obrigatória deve aparecer claramente fora dos passos de dança.

Para esta categoria, a combinação deve ser realizada exatamente como demonstrado no vídeo da CBG.

2.6. ELEMENTOS DINÂMICOS DE ROTAÇÃO (R)

- Será obrigatório 01 (um) R nos Exercícios com aparelho;
- Uma combinação de um lançamento alto, com no mínimo 2 chainés (durante o voo do aparelho) e critérios livres utilizados no lançamento e/ou na recuperação;
- Um R livre (opcional)
- O valor dos riscos será contabilizado de acordo com as normas descritas no COP;
- A ginasta que optar por realizar o R livre com 2 (dois) ou mais rolamentos para frente (P4), consecutivos, receberá uma bonificação de 0,20 pts. Esse risco poderá ser acrescido de critérios livres.

2.7. ELEMENTOS DO APARELHO DA

- Os elementos de DA serão avaliados em ordem cronológica (independente das faltas de execução da DA). Um elemento adicional de DA não será avaliado (sem penalidade)
- Os elementos pré-acrobáticos podem ser iguais ou diferentes daqueles usados em R.
- Os elementos pré-acrobáticos são avaliados em ordem cronológica: os 2 primeiros serão avaliados.
- A presença de um elemento pré-acrobático em um elemento DA é avaliado independentemente de quantos critérios adicionais são executados. Se um elemento pré-acrobático adicional for usado na DA, esta DA não será válida (sem penalidade).
- Não há limite para o uso de grupos de rotação vertical em DA.

2.8. GRUPOS FUNDAMENTAIS DO APARELHOS

- Os grupos de elementos fundamentais do aparelho estão descritos na tabela
 - **Penalidade:** 0,30 por cada elemento fundamental do aparelho ausente.

2.9. ARTÍSTICO

2.9.1. PASSOS DE DANÇA

- Para os exercícios de Mãos Livres, é obrigatório no mínimo 03 Combinações de Passos de Dança.
 - **Penalidade:** 0,30pts. para cada Combinação ausente.
- Para os exercícios com aparelhos serão exigidos no mínimo 02 Combinações de Passos de Dança.
 - **Penalidade:** 0,30pts. para cada Combinação ausente.
- A nota final de artístico: partirá de 10 pontos, conforme o COP.

Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

0 EXECUÇÃO

2.1

A nota final de execução: partirá de 10 pontos, conforme o COP

REQUERIMENTOS TÉCNICOS - JUVENIL E ADULTO - NÍVEL 1

3. CATEGORIA JUVENIL

3.1 Esta categoria segue as normas oficiais da FIG (COP 2025/2028).

4. CATEGORIA ADULTO

4.1 Esta categoria segue as normas oficiais da FIG (COP 2025/2028)

ATENÇÃO

REQUERIMENTOS TÉCNICOS PARA CONJUNTOS E TRIOS

REQUERIMENTOS TÉCNICOS PARA CONJUNTOS E TRIOS

NÍVEL 1 - seguem **APENAS REQUERIMENTOS TÉCNICOS** do torneio regional/nacional/ Illona Peuker para os referidos aparelhos citados acima no quadro de pares para o **NÍVEL 1!**

NÍVEL 2 - seguem **APENAS REQUERIMENTOS TÉCNICOS** da Copa Estreante/Incentivo , para o mirim, pré infantil e infantil, e requerimentos técnicos do torneio regional/nacional/ Illona Peuker para os referidos aparelhos citados no quadro de pares para o **NÍVEL 2!**

Este Regulamento TÉCNICO é regido pelo Código de Pontuação (CoP) de Ginástica Rítmica da FIG. Os casos omissos serão resolvidos pela *comissão organizadora dos jogos TV Sergipe em concordância com o comitê técnico da FSG