Schweizerischer Turnverband
Fédération suisse de gymnastique
Federazione svizzera di ginnastica

DIRETTIVE GINNASTICA ATTREZZISTICA LUI+LEI 2022

1ª versione in consultazione
Documento d'aiuto: www.stv-fsg.ch

Editore: Federazione svizzera di ginnastica
Bahnhofstrasse 38
5001 Aarau
062 837 82 00
www.stv-fsg.ch

Redazione: Settore ginnastica attrezzistica

Edizione: 2022, 1a versione

© Copyright: Federazione svizzera di ginnastica

Ristampa: Autorizzata per le società e i membri FSG con citazione della fonte.

Tabella dei contenuti

2 Generali 1
2.1 Tipo di competizione 1
2.2 Categorie 1
2.3 Abbigliamento 1
3 Esigenze 1
3.1 Suolo 1
3.2 Anelli bilancianti 2
3.3 Attrezzi individuali 2
4 Prescrizioni di tassazione 2
4.1 Generalità e definizioni 2
4.2 Deduzioni generali 3
5 Prescrizione di tassazione agli attrezzi 3
5.1 Suolo 3
5.2 Anelli bilancianti 4
5.3 Attrezzi individuali 4
6 Procedura di valutazione 5
7 Materiale 5
8 Conclusioni 5
8.1 Entrata in vigore 5
8.2 Modifiche e adattamenti 5

1 Generali

1.1 Tipo di competizione

La ginnastica attrezzistica Lui + Lei è una competizione a coppie (1 gm/1 gf, 1 gf/1 gf, 1 gm/1 gm). È composta dalle seguenti discipline:

- Ginnastica al suolo con musica (in coppia)
- Anelli bilancianti (in coppia)
- Attrezzo individuale (individualmente)

1.2 Categorie

Si distinguono le seguenti categorie:

- Alunni fino ai 14 anni (fa stato il 1. gennaio dell'anno di nascita)
- Attivi dai 15 anni (fa stato il 1. gennaio dell'anno di nascita)

Il partecipante più anziano definisce la categoria della coppia.

1.3 Abbigliamento

L'abbigliamento deve dare un'immagine uniforme; gli accessori fissi sono autorizzati. La tenuta non deve ostacolare il giudizio e non deve essere un pericolo per i ginnasti.
Le pubblicità sulle tenute ginniche devono essere conformi alle norme della FSG.

2 Esigenze

Attivi	Contano tutti gli elementi a partire dal valore di difficoltà 4 della tabella di classificazione degli elementi GAI e della descrizione tecnica PAS.
Jugend	Contano tutti gli elementi (elementi di base inclusi) della tabella di classificazione degli elementi GAI e della descrizione tecnica PAS.

2.1 Suolo

2.1.1 Elementi a coppie

Minimo 5 elementi a coppia; di cui minimo 2 con contatto diretto con il partner.

Un elemento consiste in una posa o un movimento chiaro. Quando avviene un chiaro cambiamento della posa o del movimento lo si considera un nuovo elemento. Delle leggere variazioni (p. es. movimento di braccia o di gambe) non sono sufficienti a creare un nuovo elemento.

Contatto diretto con il partner:	l'elemento non può essere eseguito singolarmente, p. es. sollevamenti.
Contatto indiretto con il partner:	ogni elemento ginnico o coreografico in cui almeno uno dei due ginnasti esegue un elemento ginnico in relazione con il partner.

2.1.2 Elementi individuali

Minimo 3 elementi diversi ma eseguiti in sincronismo.

Elementi eseguiti in sincronismo:	I due ginnasti possono eseguire anche elementi differenti, a condizione che sia possibile una completa sovrapposizione se l'elemento venisse svolto fianco a fianco.

2.1.3 Musica

La durata massima è di 1 minuto e 50 secondi.
La musica é registrata all'inizio del supporto sonoro. Il supporto sonoro contiene una sola traccia e deve corrispondere alle prescrizioni di concorso in questione.
Ogni coppia deve disporre di un supporto sonoro di riserva.

2.1.4 Piccoli attrezzi

Al suolo é permesso l'utilizzo di piccoli attrezzi.

2.1.5 Demarcazioni al suolo

Non sono ammesse demarcazioni.

2.2 Anelli bilancianti

I ginnasti eseguono un esercizio in sincronismo e parallelamente. La spinta é permessa (non obbligatoria).

Attivi:	minimo 6 elementi differenti
Alunni:	minimo 5 elementi differenti

2.3 Attrezzi individuali

Entrambi i ginnasti eseguono un esercizio a scelta tra sbarra alta o bassa, parallela, parallela asimmetrica e salto.

Attivi:	minimo 6 elementi differenti
Alunni:	minimo 5 elementi differenti
Salto:	2 salti differenti

Nella categoria alunni è permesso usare un reuther come aiuto per lo stacco.

3 Prescrizioni di tassazione

3.1 Generalità e definizioni

a) Le prescrizioni di tassazione completano le Direttive Lui + Lei della ginnastica attrezzistica e regolano la valutazione per le competizioni.
b) Con l'iscrizione a una competizione i partecipanti accettano di sottostare alle Direttive Lui + Lei ginnastica attrezzistica e alle decisioni della giuria.
c) Delle disposizioni complementari possono trovarsi nelle pubblicazioni delle competizioni.
d) Se non è specificato diversamente, l'attrezzo individuale viene giudicato secondo le direttive GAI e gli anelli, così come il suolo, secondo le direttive GAS.

3.1.1 Nota massima 10.00 punti

Criteri di tassazione

• Suolo	interpretazione musicale, coreografia, relazione con il partner, originalità, sincronismo, utilizzo del praticabile, tecnica e tenuta, atterraggi, cadute, arresto, deduzione di comportamento e d'ordine
• Anelli bilancianti	tecnica e tenuta, atterraggi, cadute, sincronismo, concezione, deduzioni di comportamento e d'ordine
• Attrezzo individuale	tecnica e tenuta, atterraggi, cadute, arresto, elementi tenuti, presentazione, concezione, varietà del movimento, deduzione di comportamento e d'ordine, aiuto

3.1.2 Elementi ripetuti

Gli elementi ripetuti non contano nel numero di elementi richiesti, vengono però giudicati in tecnica e tenuta.

3.1.3 Bilanciamenti vuoti e intermedi

Agli attrezzi individuali e agli anelli bilancianti esistono i bilanciamenti vuoti e intermedi. Questi vengono giudicati secondo le direttive GAI. Nella categoria Alunni valgono le esigenze della categoria 4.

3.2 Deduzioni generali

3.2.1 Non rispetto delle prescrizioni

a)	Superamento della durata massima dell'esercizio al suolo		0.20 pti
b)	Elemento mancante (suolo e anelli bilancianti) per persona	per elemento	0.60 pti
c)	L'anno di nascita non corrisponde alla categoria annunciata	per ginnasta	1.00 pti
d)	Violazione delle regole di abbigliamento		0.20 pti
e)	Demarcazione al suolo non autorizzata		0.50 pti

3.2.2 Prescrizioni d'ordine

a)	la musica non é registrata all'inizio del supporto sonoro		0.20 pti
b)	il supporto sonoro contiene più tracce musicali		0.20 pti
c)	influenza sulla giuria		0.50 pti
d)	comportamento antisportivo dei ginnasti e/o monitore		0.50 pti
e)	manca il saluto ai giurati all'inizio e/o al termine dell'esercizio	ogni	0.10 pti
f)	interruzione e ripresa di una produzione per problema tecnico al supporto sonoro, ai piccoli attrezzi o all'abbigliamento. La deduzione non verrà fatta qualora i difetti fossero agli attrezzi o agli attrezzi ausiliari che vengono messi a disposizione dal comitato organizzativo, inclusi gli impianti musicali.		0.30 pti

4 Prescrizione di tassazione agli attrezzi

4.1 Suolo

4.1.1 Deduzioni generali al suolo

Caduta (per ginnasta)	ogni	0.20 pti
Caduta durante un elemento a coppie con contatto diretto		0.40 pti
Uscita dal praticabile	ogni volta	0.10 pti

Il depositare o prendere dei piccoli attrezzi deve inserirsi in modo armonico nella rappresentazione. In questo caso è permesso uscire dal praticabile senza deduzione. Gli elementi che vengono eseguiti al di fuori del praticabile non contano nelle esigenze richieste.

4.1.2 Criteri di valutazione

La valutazione risulta dai fogli nota del suolo. Vengono valutati esecuzione individuale, sincronismo e programma.

- Esecuzione individuale — Vengono valutati la tecnica e la tenuta degli elementi.
  Nota parziale massima 4.0 pti

- Sincronismo — Vengono valutati il sincronismo tra i ginnasti e con la musica e la sicurezza degli elementi a coppie.
  Nota parziale massima 3.0 pti

- Programma — La valutazione del programma è composta dai seguenti punti.
  - Concezione — Ampiezza di movimento (tutto il praticabile deve essere sfruttato), unione armoniosa degli elementi. Brevi parti statiche come preparazione ai sollevamenti sono permesse. Non deve esserci una grande differenza di prestazione all'interno della coppia.
    Nota parziale massima 1.0 pto
  - Accomp. musicale — I movimenti sono adattati al ritmo della musica e corrispondono agli accenti naturali della musica. L'esercizio inizia e termina con la musica.
    Nota parziale massima 1.5 pti
  - Originalità — Elementi originali e composizione originale dell'esercizio.
    Nota parziale massima 0.5 pti

4.2 Anelli bilancianti

4.2.1 Deduzioni generali

Caduta	ogni	0.20 pti

Senza spinta l'esercizio deve iniziare al più tardi alla fine del terzo bilanciamento avanti o indietro con spinta al più tardi alla fine del primo bilanciamento avanti o indietro.
I bilanciamenti iniziali e la spinta vengono valutati allo stesso modo.

Inizio tardivo dell'esercizio		0.30 pti
Bilanciamento vuoto non autorizzato	ogni	0.10 pti
Bilanciamento intermedio non autorizzato	ogni	0.20 pti
L'esercizio viene eseguito senza uscita	ogni	0.60 pti

Ci sono a disposizione 3 tappetini (6 cm) aggiuntivi per regolare l'altezza degli anelli.

4.2.2 Criteri di valutazione

La valutazione deriva dal foglio nota degli anelli bilancianti. Vengono valutati esecuzione individuale e sincronismo.

- Esecuzione individuale — Vengono valutati la tecnica e la tenuta degli elementi.
  Nota parziale massima 6.0 pti
- Sincronismo — Viene valutato il sincronismo tra i ginnasti.
  Nota parziale massima 4.0 pti

4.3 Attrezzi individuali

Fanno stato le regole di tassazione GAI. Entrambi i ginnasti eseguono un esercizio. La nota finale è il risultato della media tra le due note individuali.

4.3.1 Criteri specifici

Parallele asimmetriche scolastiche:
Un minitrampolino o un reuther è autorizzato per le entrate.
Durante l'esercizio il suolo può essere toccato una volta.

Ogni altra volta in più	ogni	0.20 pti

5 Procedura di valutazione

La giuria si compone da 2 a 4 persone:
- Attrezzo individuale 2 giurati,
- Anelli bilancianti, 2 giurati
- Suolo 2 giurati per valutare l'esecuzione, 2 per la coreografia programma (e 1 segretario)

6 Materiale

Suolo (SU)
1 praticabile minimo 17 metri di lunghezza e 2 metri di larghezza
1 Impianto sonoro per la musica

Parallela (PA) / Parallela scolastica (PAS)
1 parallela asimmetrica scolastica
1 parallela scolastica (per la categoria alunni)
12 tappetini (6 cm), 6 per ogni attrezzo
2 tappeti da 16 cm
2 reuther
1 minitrampolino (open-end) per PA

Sbarra (SB)
1 sbarra bassa (modificabile in altezza)
1 sbarra alta con tensione
18 tappetini (6 cm)
1 tappetone 40 cm
3 tappeti 16 cm
1 reuther alla sbarra bassa
1 minitrampolino (open-end) alla sbarra alta

Salto (SA)
1 minitrampolino (open-end)
1 reuther (per alunni/e come aiuto allo stacco)
2 tappetoni 40 cm
7 tappetini (6 cm)
1 cassone con 6 elementi
1 metro avvolgibile

Anelli bilancianti (AB)
2 paia di anelli bilancianti
20 tappetini (6 cm)
4 tappetoni 40 cm con chiusura velcro
3 + 2 tappeti (6 cm) per regolare l'altezza e per gli atterraggi

7 Conclusioni

7.1 Entrata in vigore

Queste direttive entrano in vigore a partire dal 1. gennaio 2022 e sostituiscono tutte le Direttive precedenti Lui + Lei attrezzistica della FSG.

7.2 Modifiche e adattamenti

Tutti i casi e le modifiche non regolamentati in queste Direttive devono essere approvati dal settore ginnastica attrezzistica e della divisione sport di massa.