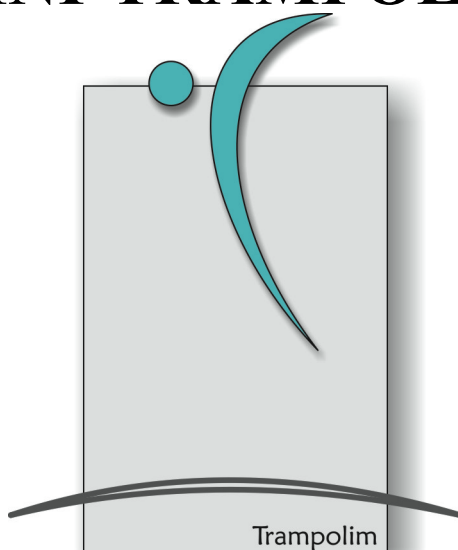




CÓDIGO DE PONTUAÇÃO

MINI-TRAMPOLIM



2009 - 2012

MINI-TRAMPOLIM

Válido a partir de 01.Janeiro.2009

A. REGRAS GERAIS**1. COMPETIÇÃO INDIVIDUAL**

1.1. Uma competição de mini-trapolim (MT) consiste em três saltos (3 elementos técnicos).

1.1.1. Cada salto tem que terminar sobre os dois pés na área de recepção.

1.2. Competição

1.2.1. Há três saltos na competição de MT.

1.2.2. A ordem de passagem é decidida por um sorteio.

2. COMPETIÇÃO POR EQUIPAS

2.1. Uma equipa de MT é constituída por um número mínimo de 3 (três) e um número máximo de 4 (quatro) ginastas por evento (competição masculina ou feminina).

2.2. Cada elemento da equipa executa três saltos de acordo com a regra 1.2.1.

2.3. Sistema de pontuação

2.3.1. A nota da equipa em cada passagem é a soma das 3 (três) notas mais altas obtidas pelos elementos da equipa em cada salto.

3. (-)**4. VENCEDORES**

4.1. O vencedor é o ginasta, par, ou equipa com a pontuação mais elevada obtida na final.

4.2. A atribuição das medalhas é feita de acordo com os regulamentos do campeonato e da federação.

5. SÉRIES

5.1. Cada série consiste em 1 elemento técnico (1 salto).

5.2. Segundas tentativas não são permitidas.

5.2.1. Caso um ginasta seja obviamente perturbado durante uma série (defeito do material ou evidente influência externa), o chefe do painel de juízes pode autorizar uma segunda tentativa. O vestuário do ginasta não pode ser classificado como “material”.

5.2.2. Barulho da assistência, aplausos e similares não constituem normalmente perturbações.

6. VESTUÁRIO DOS GINASTAS E AJUDANTES

6.1. Ginasta Masculino

- Maillot sem mangas
- Calções de ginástica
- Sapatilhas de ginástica brancas e/ou meias brancas

6.2. Ginasta Feminino

- Maillot com ou sem mangas (tem de ser justo ao corpo)
- Calças justas compridas podem ser usadas (têm de ser justas ao corpo)
- Maillot completo (uma peça) pode ser usado (tem de ser justo ao corpo)
- Qualquer outro “fato” que não seja justo ao corpo não é permitido
- Sapatilhas de ginástica brancas e/ou meias brancas
- Por razões de segurança, cobrir a face ou a cabeça não é permitido

6.3. O uso de jóias ou relógios não é permitido durante a competição. Anéis sem pedras podem ser usados desde que cobertos com adesivos.

6.4. O não cumprimento das regras 6.1., 6.2. e 6.3. pode resultar na desclassificação na série em que o facto decorre. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.5. Equipas

Ginastas de uma equipa têm que vestir equipamento uniforme. A violação desta regra resulta na desclassificação da equipa da competição de equipas. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.6. Emblema nacional ou emblema da Federação

Todos os ginastas têm que usar o emblema do clube (de acordo com as Regras). A violação desta regra resulta numa penalização de 0,1 pts na nota final de cada salto em que ocorre. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.7. Ajudantes

Fato de treino e sapatilhas de ginástica ou equivalente.

7. CARTAS DE COMPETIÇÃO

7.1. Cada salto, tem que ser registado na carta de competição, com o valor de dificuldade.

7.1.1. Unicamente terminologia reconhecida ou sistema numérico oficial da F.I.G./F.G.P. podem ser utilizados para descrição dos exercícios na carta de competição, que de outra forma não é aceite.

7.2. A carta de competição tem de ser entregue no local e hora determinada pela comissão organizadora, de outro modo o ginasta pode não ser autorizado a participar. O chefe do secretariado é responsável pela entrega das cartas de competição aos respectivos juizes de dificuldade, pelo menos duas horas antes do inicio da competição.

7.3. Alterações de elementos e a ordem em que estão descritos na carta de competição é permitida, mas todos os acontecimentos têm que ser registados pelos juizes de dificuldade.

8. MINI-TRAMPOLIM

8.1. As características dos aparelhos devem estar de acordo com as normas da F.G.P..

9. REGRAS DE SEGURANÇA

9.1.

9.1.1. – Um ginasta pode ter no máximo um ajudante (treinador).

10. REGISTO E SECRETARIADO

10.1. Em campeonatos nacionais tem que ser usado um programa de computador aprovado, para gravar e imprimir todos os resultados.

10.2. Deve ser enviada à FGP, uma cópia completa dos resultados.

10.3. Deveres do chefe do secretariado:

10.3.1. Recolher e distribuir as cartas de competição de acordo com a regra 7.2. e efectuar o sorteio da ordem de passagem.

10.3.2. Supervisão dos anotadores.

10.3.3. Indicar a ordem de passagem e estabelecer os grupos de aquecimento.

10.3.4. Apontar as notas de execução e dificuldade.

10.3.5. Determinar e controlar os cálculos nas cartas de competição e folhas de pontuação.

10.3.6. Assegurar que todas as notas (parciais e finais) são mostradas ao público.

- 10.3.7. Elaborar uma lista completa dos resultados com a posição e pontuação total em cada passagem.

11. (-)

B. PROCEDIMENTOS DE COMPETIÇÃO

12. AQUECIMENTO

- 12.1. O equipamento escolhido para a competição tem de ser colocado no recinto de competição pelo menos duas horas antes do início da competição, para que os ginastas possam aquecer nos mesmos aparelhos onde vão competir.
- 12.2. Antes da competição, cada ginasta tem a possibilidade de efectuar duas passagens de aquecimento nos aparelhos de competição. Se um ginasta abusa do aquecimento, o chefe do painel de juízes pode indicar ao chefe do secretariado para deduzir 0,3 pts na nota final da passagem seguinte após a ocorrência.
- 12.2.1. O aquecimento nos aparelhos da competição, durante a competição, pode ser eliminado caso sejam providenciados aparelhos equivalentes num local adjacente.

13. INÍCIO DO SALTO

- 13.1. Cada ginasta inicia o seu salto a um sinal do chefe do painel de juízes.
- 13.2. Depois de dado o sinal (regra 13.1.), o ginasta tem de iniciar o primeiro elemento técnico dentro de 20 (vinte) segundos. Caso o limite de tempo seja excedido, o ginasta tem uma dedução de 0,1 pts por cada juiz de execução, por indicação do chefe do painel de juízes (regra 21.4.1.)
- Se o limite de tempo for excedido como resultado de uma falha de equipamento ou outra causa significativa, nenhuma dedução deve ser efectuada. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.
- 13.3. Se houver uma falsa partida e o ginasta não tocar no MT / área de recepção, então pode reiniciar sem penalização, a um sinal do chefe do painel de juízes.

14. POSIÇÕES REQUERIDAS DURANTE UMA SÉRIE

- 14.1. Em todas as posições, excepto nas carpas de pernas afastadas, os pés e as pernas devem mantidos juntos, e os pés e as pontas esticadas.
- 14.2. Dependendo da característica do movimento, o corpo deve estar engrupado, encarpado ou empranchado.

- 14.3. Nas posições engrupada e encarpada as coxas devem estar junto ao tronco com exceção na fase de rotação longitudinal de mortais múltiplos (ver regra 14.7.).
- 14.4. Na posição engrupada as mãos devem tocar as pernas abaixo dos joelhos, com exceção na fase de rotação longitudinal de mortais múltiplos (ver regra 14.7.).
- 14.5. Os braços devem estar esticados e/ou junto ao corpo sempre que possível.
- 14.6. Para cada posição específica do corpo são definidos requisitos mínimos:
- 14.6.1. **Posição emprachada:** o ângulo entre o tronco e as coxas tem de ser superior a 135°.
 - 14.6.2. **Posição Encarpada:** o ângulo entre o tronco e as coxas igual ou inferior a 135°, e o ângulo entre as coxas e as pernas tem de ser superior a 135°.
 - 14.6.3. **Posição Engrupada:** o ângulo entre o tronco e as coxas igual ou inferior a 135°, e o ângulo entre as coxas e as pernas tem de ser igual ou inferior a 135°.
- 14.7. Em mortais múltiplos com rotação longitudinal (piruetas), as posições engrupada e encarpada podem ser modificadas durante a fase de rotação longitudinal.

15. REPETIÇÃO DE ELEMENTOS TÉCNICOS

- 15.1. Um elemento técnico (salto) é considerado repetido se usado na mesma competição, mais que uma vez. O valor da dificuldade de um elemento repetido não é tida em conta.
- 15.2.
- 15.3. Elementos técnicos com a mesma rotação mas realizados em diferentes posições (eng.; enc.; emp.) não são considerados repetições.
- 15.3.1. As posições puck e engrupada são consideradas a mesma posição.
- 15.4. Saltos múltiplos (720° ou mais) com o mesmo número de piruetas e mortais não são considerados repetições desde que a pirueta esteja em diferentes fases do elemento técnico.

16. INTERRUPÇÕES DE SÉRIE

- 16.1. A série é considerada interrompida se o ginasta:
- 16.1.1. não aterrar simultaneamente com os dois pés na lona do MT.
 - 16.1.2. não usar a elasticidade da lona depois de aterrar para imediata continuação do salto.
 - 16.1.3. é tocado pelo ajudante ou pelo tapete de ajuda
 - 16.1.4. abandonar o MT devido a insegurança.
 - 16.1.5. aterrar com qualquer parte do corpo que não os pés, na lona do MT.
 - 16.1.6. aterrar em qualquer parte do MT que não a lona.
 - 16.1.7. realizar um salto vertical.
- 16.2. Não é avaliado o elemento técnico durante o qual ocorre a interrupção de acordo com as regras 16.1.1 - 16.1.7.
- 16.3. Um ginasta é pontuado nos elementos técnicos terminados com os dois pés.
- 16.4. O chefe do painel de juízes determina a nota máxima.

17. FIM DO SALTO

- 17.1. Após o elemento técnico, o salto deve terminar de forma controlada numa posição direita, com ambos os pés na área de recepção, caso contrário o elemento técnico não é considerado.
- 17.2. O ginasta deve permanecer de pé e em sentido durante aproximadamente três (3) segundos, de outro modo haverá uma dedução por falta de estabilidade final (regra 21.3.2.).

18. PONTUAÇÃO

São usados dois tipos de notas, nota tipo “D” que indica o total do grau de dificuldade da série, a nota tipo “E” que indica a nota de execução de uma série. A nota final de um salto é baseada na soma de uma nota D com três notas E.

18.1. Grau de dificuldade

- 18.1.1. Apenas são avaliados os elementos que terminem nos dois pés.
- 18.1.2. Cada $\frac{1}{2}$ pirueta (180°) (com exceção da regra 18.1.4.2.) 0.2 pts
- 18.1.3. Cada mortal (360°) 0.5 pts
- 18.1.4. Mortais simples:
- 18.1.4.1. Mortais simples realizados na posição encarpada ou empranchada, sem piruetas, recebem um bônus de 0.1 pts.
- 18.1.4.2. Mortais simples com mais que uma pirueta (360°), a dificuldade das piruetas é de acordo com o seguinte:
- Cada $\frac{1}{2}$ pirueta mais que 1 pirueta (360°) 0.3 pts
 - Cada $\frac{1}{2}$ pirueta mais que 2 piruetas (720°) 0.4 pts
 - Cada $\frac{1}{2}$ pirueta mais que 3 piruetas (1080°) 0.5 pts
 - Cada $\frac{1}{2}$ pirueta mais que 4 piruetas (1440°) 0.6 pts
- 18.1.5. Mortais árabes e elementos sem rotação transversal ou longitudinal, não têm valor de dificuldade.
- 18.1.6. Mortais múltiplos – com ou sem piruetas:
- 18.1.6.1. Mortais duplos realizados na posição encarpada recebem um bônus de 0.4 pts e mortais triplos realizados na posição encarpada recebem um bônus de 0.8 pts.
- 18.1.6.2. Mortais duplos realizados na posição empranchada recebem um bônus de 0.8pts e mortais triplos realizados na posição empranchada recebem um bônus de 1.6pts.
- 18.1.6.3. Nos mortais duplos, o valor do salto incluindo as piruetas é dobrado. O bônus pela posição encarpada ou empranchada é adicionado no final da duplicação.
- 18.1.6.4. Nos mortais triplos, o valor do salto incluindo as piruetas é triplicado. O bônus pela posição encarpada ou empranchada é adicionado no final da triplicação.
- 18.1.7. Em elementos que combinam mortais e piruetas, o valor de dificuldade dos mortais e piruetas são considerados em conjunto.

18.2. Método de pontuação

- 18.2.1. A avaliação da execução e dificuldade é efectuada até às décimas de ponto.
- 18.2.2. Os juízes deverão escrever as suas notas independentemente uns dos outros.
- 18.2.3. Ao sinal do chefe do painel de juízes as notas de execução devem ser mostradas simultaneamente.

18.2.4. Se algum dos juízes execução não mostrar a nota ao sinal do chefe do painel de juízes, a média das outras notas é tomada como a(s) nota(s) que falta(m). A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

18.2.5. Avaliação da nota de execução:

18.2.5.1. As deduções por fraca execução (ver regra 21.3) e as deduções adicionais por instrução do chefe do painel de juízes (ver regra 21.4) são subtraídas da nota máxima (ver regra 16.4).

18.2.5.2. Para todos os saltos os juízes de execução adicionam 9.0 pontos de forma a mostrarem a nota partindo de 10.00 pts.

18.2.5.3. A nota mais alta e a nota mais baixa dos juízes de execução são retiradas e as restantes três notas são somadas, para se obter a nota de execução do salto (E+E+E).

18.2.6. Avaliação da nota de dificuldade:

18.2.6.1. Os juízes de dificuldade calculam a nota de dificuldade de uma série de acordo com as regras 15., 16. E 18.1. e registam-na na carta de competição.

18.2.7. Avaliação da nota final de um ginasta numa série:

18.2.7.1. Cada série (passagem) é avaliada separadamente e o total de execução mais a dificuldade é calculado para cada série.

18.2.7.2. Os secretários calculam a nota total adicionando as três notas E (execução) mais a nota D (dificuldade) menos as penalizações de acordo com as regras 6.6. e 12.2.

18.2.8. Todas as notas são arredondadas a três casas decimais. O arredondamento só é feito relativamente à nota final de uma série.

18.2.9. O chefe do secretariado tem que verificar as notas finais nas folhas de resultados.

18.2.10. O chefe do painel de juízes é responsável pela validação das notas finais.

C. PAINEL DE JUÍZES

19. PAINEL DE JUÍZES

19.1. Composição

19.1.1. Chefe do painel de juízes	1
19.1.2. Juízes de execução (nºs 1-5)	5
19.1.3. Juízes de dificuldade (nºs 6 & 7)	<u>2</u>
19.1.4. Total	8

19.2. Os juízes nºs1-7 devem sentar-se separadamente, a 4 metros de distância do MT.

19.3. Se um juiz falhar nos seus deveres, deve ser substituído. A decisão é tomada pelo chefe de painel de juízes.

- 19.3.1. Se um juiz de execução for substituído, o chefe do painel de juizes pode decidir que as suas notas anteriores sejam substituídas pela média das restantes notas (ver regra 18.2.4.).

20. DEVERES DO CHEFE DO PAINEL DE JUÍZES

- 20.1. Controlar das instalações.
- 20.2. Organizar a reunião de juizes e as notas de ensaio.
- 20.3. Colocar e supervisionar todos os juizes, ajudantes e secretários.
- 20.4. Dirigir a competição.
- 20.5. Integrar o júri de competição.
- 20.6. Decidir se uma segunda tentativa deve ser autorizada (ver regra 5.4.).
- 20.7. Decidir acerca do vestuário do ginasta (ver regra 6.).
- 20.8. Decidir se qualquer ajuda feita pelo treinador era necessária.
- 20.9. Anunciar a nota máxima no caso de interrupção de série (ver regra 16.).
- 20.10. Informar os juizes de execução das deduções adicionais (ver regras 21.3.2.2. – 21.3.2.6. e 21.4.).
- 20.11. Decidir se um juiz não mostra imediatamente a sua nota (ver regra 18.2.4.).
- 20.12. Decidir acerca das penalizações de acordo com as regras 6.6 e 12.2., e informar o chefe do secretariado.
- 20.13. Supervisionar e controlar todas as notas, cálculos e resultados finais e intervir se reconhecer erros óbvios de cálculo relativamente às notas de execução ou dificuldade.
- 20.14. Decidir antes do fim do grupo, quando abordado por um representante oficial de um clube/ou por um juiz, acerca de erros óbvios no cálculo da nota de dificuldade ou erros numéricos relativamente às notas de execução.

21. DEVERES DOS JUÍZES DE EXECUÇÃO (Nºs 1 A 5)

- 21.1. Avaliar a execução num intervalo entre 0,0 e 1,0 pts conforme regra 21.3. e escrever as suas deduções nas respectivas folhas de deduções.
- 21.2. Subtrair as deduções à nota máxima indicada pelo chefe do painel de juizes de acordo com a regra 16.4.
- 21.3. Deduções por execução incorrecta:

21.3.1. Falta de técnica, altura constante, falta de controlo em cada elemento 0.1-1.0 pts
 21.3.2. Falta de estabilidade após o dismount (apenas uma única dedução para a maior falha):

21.3.2.1. não ficar imóvel numa posição direita (*upright position*) e não mostrar estabilidade durante aproximadamente 3 seg 0.1-0.3 pts

ou fazer as seguintes deduções por indicação do chefe do painel de juízes:

21.3.2.2. após a recepção, tocar Mini-Trampolim ou zona / área de recepção com uma ou duas mãos 0.5 pts

21.3.2.3. após a recepção, tocar ou cair de joelhos, mãos e joelhos, ventral, costas ou sentado na área de recepção 1.0 pt

21.3.2.4. apoio do ajudante após a recepção 1.0 pt

21.3.2.5. após a recepção na área de recepção, sair da área, ou tocar fora da área de recepção ou tocar o chão com qualquer parte do corpo ou cair “contra” o mini-trampolim 1.0 pt

21.4. Fazer as seguintes deduções adicionais sob as instruções do chefe do painel de juízes :

21.4.1. recepção dentro da zona B (ver Parte II – Guia de Ajuizamento) 0.3 pts

21.4.2. recepção dentro da zona C (ver Parte II – Guia de Ajuizamento) 0.5 pts

21.4.3. sair da zona A para a zona B ou C ou sair da zona B para a zona C 0.1 pts

Em nenhum caso as deduções de recepção devem exceder 1.0 pt

21.4.4. Não iniciar o salto dentro de 20 segundos após o sinal do chefe do painel de juízes, de acordo com a regra 13.2. 0.1 pts

21.4.5. Falar ou fazer qualquer tipo de sinal a um ginasta, pelos seus próprios ajudantes ou treinadores, durante a série, por cada ocorrência 0.3 pts

21.4.6. Mostrar a nota de execução.

(ver também Guia de Ajuizamento)

22. DEVERES DOS JUÍZES DE DIFICULDADE (NºS 6 E 7)

22.1. Recolher as cartas de competição do chefe do secretariado, pelo menos duas horas antes do início da competição.

22.2. Confirmar os elementos e os valores da dificuldade registados nas cartas de competição.

22.3. Determinar e registar todos os elementos executados, e o seu valor de dificuldade, na carta de competição (de acordo com o sistema numérico da FIG).

22.3.1. Mostrar publicamente se um ginasta executou outro elemento com dificuldade do que o indicado na carta de competição, escrever qualquer alteração e registar as repetições.

22.4. Mostrar a nota de dificuldade.