

JOGOS ESTUDANTIS DO RIO DE JANEIRO

Regulamento Específico - Ginástica Artística Feminina

CAPÍTULO I – Da Participação

Art. 1º - A competição de ginástica artística feminina dos Jogos Escolares Brasileiros – JEB's/2021 obedecerá às Regras Oficiais da Fédération Internationale de Gymnastique - FIG, reconhecidas pela Confederação Brasileira de Ginástica - CBG, observando-se as adaptações deste Regulamento e do caderno de deduções específicas, disponível no site da Confederação Brasileira de Ginástica - CBG.

Art. 2º - Cada delegação poderá inscrever até 3 (três) estudantes-atletas do naipe Feminino e até 3 (três) do naipe Masculino e 1 (um) professor/técnico.

Art. 3º - A competição será realizada para alunas-atletas nascidas, exclusivamente, nos anos de 2009 e 2010 (Feminino).


CAPÍTULO II – Dos Aparelhos

Art. 4º - Configuração dos aparelhos e informações gerais:


| | |
|--|--|
| Salto sobre a mesa | 1.25 m do chão. Aterrissagem em colchão oficial. |
| Paralelas Assimétricas | Medidas oficiais. Séries obrigatórias e livres. Colchão 5cm adicional OPCIONAL para saída. |
| Trave de Equilíbrio | Altura oficial. Tempo máximo de 1'30". A montagem da série é livre, porém os elementos são obrigatórios. Colchão 5cm adicional OPCIONAL para saída |
| Solo | Tablado oficial. Tempo máximo de 1'30". A montagem da série é livre, porém os elementos são obrigatórios. A música poderá ser igual ou diferente para toda equipe |
| Informações gerais para séries obrigatórias e livres. | A escolha das séries obrigatórias nos aparelhos é aleatória, ou seja, de acordo com o nível técnico da ginasta. |
| Paralelas Assimétricas | O técnico deverá informar o nível que a ginasta irá apresentar junto a ordem de apresentação da equipe em formulário padrão. |
| Obrigatório ao treinador se manter ao lado da ginasta em toda a apresentação. | As séries devem ser compostas somente pelos elementos obrigatórios. Caso seja acrescentado um elemento, haverá uma dedução neutra de 0,50p cada vez |
| Trave de Equilíbrio | Em caso de omissão de qualquer elemento das séries haverá uma dedução neutra de 0,50p. + o valor da parte não apresentada |
| Obrigatória a presença do treinador ao lado de suas ginastas na saída. Caso não haja a devida permanência, será penalizado com 0.50p na NF da ginasta. | Se um elemento não atingir as especificações descritas não será considerado, perdendo seu valor total, porém não acarretará na Dedução Neutra por elemento faltante. |


Art. 5º - Séries obrigatórias:


Salto sobre a mesa


| | | |
|---|---|---|
|  | | |
| Altura da Mesa: 1,25 m | 2 saltos diferentes (1.00 e 1.20) ou (1.00 e 1.40) Nota D = Código de Pontuação | NF = Média dos dois saltos NE = 10.00p |


Paralelas assimétricas

| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 1 | |
| Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 11 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 1.00p |
| 2. | Impulso para trás na horizontal com pernas unidas. | 0.40p |
| 3. | Giro de quadril para trás (2.105). | 0.30p |
| 4. | Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS. | 0.30p |
| 5. | A partir do impulso à suspensão para BS gigante para trás ao apoio facial (oitavão). | 0.30p |
| 6. | Impulso para trás na horizontal com pernas unidas. | 0.40p |
| 7. | Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral). | 0.30p |

| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 2 | |
| Nota D: 4.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 12 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.40p |
| 2. | Impulso para trás na horizontal com pernas unidas. | 0.30p |
| 3. | Giro Facial Livre para trás na horizontal | 0.60p |
| 4. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.40p |
| 5. | Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS. | 0.40p |
| 6. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.40p |
| 7. | Impulso para trás acima horizontal com pernas unidas. | 0.30p |
| 8. | ½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão) | 0.50p |
| 9. | Saída de Mortal para trás (6.104) | 0.70p |


| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 3 | |
| Nota D: 6.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 13 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.30p |
| 2. | Impulso para trás a 45º com pernas unidas. | 0.60p |
| 3. | Giro Facial Livre para trás a 45º + kipe ao apoio facial (1.101). | 0.70p |
| 4. | Giro de sola para trás grupado impulso à suspensão na BS. | 0.50p |
| 5. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.30p |
| 6. | Impulso para trás a 45º com pernas unidas ou afastadas | 0.60p |
| 7. | Giro Gigante para trás (3.201) | 1.00p |
| 8. | Saída de Mortal para trás estendido (6.104) | 1.00p |

| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 4 | |
| Nota D: 6.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 14 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.30p |
| 2. | Impulso para trás a 30º com pernas unidas ou afastadas. | 0.80p |
| 3. | Giro de sola para trás carpado/sem tirar o pé da barra. | 1.00p |
| 4. | Giro de sola para trás grupado ou carpado impulso a suspensão para BS. | 0.60p |
| 5. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.30p |
| 6. | Impulso para trás a 30º com pernas unidas ou afastadas | 0.80p |
| 7. | Giro Gigante para trás (3.201) | 1.10p |
| 8. | Saída de Mortal para trás estendido (6.104) | 1.10p |


| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 5 | |
| Nota D: 7.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 15 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.30p |
| 2. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas ou afastadas. | 0.70p |
| 3. | Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 30º+ Kipe ao apoio facial BI (1.101) | 1.50p |
| 4. | Giro de sola para trás carpado (4.108) impulso a | 0.60p |

| | | |
|----|---|-------|
| | suspensão para BS | |
| 5. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.30p |
| 6. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas ou afastadas | 0.70p |
| 7. | Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, mínimo 30° | 1.00p |
| 8. | Giro Gigante para trás (3.201) | 0.90p |
| 9. | Saída de Mortal para trás estendido (6.104) | 1.00p |

OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (4.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 6 | |
| Nota D: 8.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 16 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.20p |
| 2. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas ou afastadas. | 0.50p |
| 3. | Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101) | 1.00p |
| 4. | Giro de sola para trás carpado (4.108) impulso a suspensão para BS | 0.30p |
| 5. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.20p |
| 6. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas ou afastadas | 0.50p |
| 7. | Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, mínimo 30°. | 0.70p |
| 8. | Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° a tomada dorsal. | 1.50p |
| 9. | Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° a tomada dorsal | 1.50p |
| 10. | Giro Gigante para trás (3.201) | 0.80p |
| 11. | Saída de Mortal para trás estendido (6.104) | 0.80p |

OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (4.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 7 | |
| Nota D: 9.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 17 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.20p |
| 2. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas. | 1.00p |
| 3. | Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101) | 1.20p |
| 4. | Giro de sola para trás carpado (4.108) impulso a suspensão para BS | 0.50p |
| 5. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.20p |

| | | |
|-----|---|-------|
| 6. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas ou afastadas | 0.70p |
| 7. | Um segundo giro circular próximo a barra a parada de mãos diferente #3. | 1.20p |
| 8. | Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201). | 1.50p |
| 9. | Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas e ½ giro no EL (3.206) | 1.50p |
| 10. | Saída de mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de mortal para trás estendido (6.104). | 1.00p |


OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (4.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.


| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 8 | |
| Nota D: 10.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 18 pontos | |
| 1. | Kipe ao apoio facial BI (1.101). | 0.20p |
| 2. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas. | 1.00p |
| 3. | Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Giro de sola para trás carpado (4.108) | 2.00p |
| 4. | Kipe ao apoio facial BS (1.104). | 0.50p |
| 5. | Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas. | 1.00p |
| 6. | Um segundo giro circular próximo a barra a parada de mãos diferente. | 1.20p |
| 7. | Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201). | 1.20p |
| 8. | Giro gigante para frente com pernas unidas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas e ½ giro no EL (3.206) | 2.00p |
| 9. | Saída de mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de mortal para trás estendido (6.104). | 0.90p |

Trave de equilíbrio

| | | |
|---|--|-----------|
|  | Nível 1 | |
| Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 11 pontos | |
| 1. | Entrada livre | Sem valor |
| 2. | Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2" sobre um dos pés na ½ ponta-perna livre na posição de passé - unir os pés em 3ª posição de ballet e giro de 180° | 0.60p |

| | | |
|----|---|-------|
| | sobre os dois pés com joelhos estendidos 0.60p 3. | |
| 3. | Equilíbrio facial: - Avião: (4.102) 2". | 0.60p |
| 4. | Parada de mãos (É necessário unir as pernas na linha vertical). | 0.60p |
| 5. | Jump: Salto Grupado. | 0.60p |
| 6. | Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendido na ponta da trave (Preparação para o mortal de frente). | 0.60p |

| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 2 | |
| Nota D: 4.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 12 pontos | |
| 1. | Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição longitudinal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés | 0.50p |
| 2. | Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de passé-finalizar com os dois pés em ½ ponta sustentando 2" | 0.70p |
| 3. | Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + Parada de mãos (em afastamento ântero-posterior de pernas 180°) | 0.60p |
| 4. | Estrela/Roda (4.107) | 0.60p |
| 5. | Leap:- Salto galope (2.110) | 0.40p |
| 6. | Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112) | 0.50p |
| 7. | Saída: mortal para frente grupado (6.101). | 0.70p |

| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 3 | |
| Nota D: 5.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 13 pontos | |
| 1. | Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição transversal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés | 0.50p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.70p |
| 3. | Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109). | 0.80p |
| 4. | Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + Parada de mãos (em afastamento ântero-posterior de pernas 180°) 2" | 0.70p |
| 5. | Leap: Salto em grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (2.101/2.201). | 0.80p |
| 6. | Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112) | 0.70p |
| 7. | Saída: Roda/Estrela (4.107) + salto estendido | 0.80p |



Nível 4

Nota D: 6.00 p.
Nota E: 8.00 p.

Nota máxima: 14 pontos

| | | |
|----|--|-------|
| 1. | Entrada: Elevação à parada de mãos na força com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) Obs: não é necessário manter 2". | 1.00p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.50p |
| 3. | Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109). | 0.60p |
| 4. | Ligação de dança: Leap: 2 Saltos iguais em grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (2.101/2.201). | 0.70p |
| 5. | Flic Flac (5.204) ou (5.202). | 0.80p |
| 6. | Reversão Lenta para frente/Ponte para frente (4.108). | 0.70p |
| 7. | Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112). | 0.80p |
| 8. | Saída: Roda/Estrela (4.107) + mortal de costas grupado (6.104). | 0.90p |



Nível 5

Nota D: 7.00 p.
Nota E: 8.00 p.

Nota máxima: 15 pontos

| | | |
|----|---|-------|
| 1. | Entrada: Elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho). | 1.00p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.50p |
| 3. | Sequência Acrobática: Ponte para trás (na parada de mãos mostrar grande afastamento ântero-posterior das pernas 2") (4.109) + Flic Flac (5.204) ou (5.202) | 1.50p |
| 4. | Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + Ponte para frente (4.108). | 0.50p |
| 5. | Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (2.101/2.201) + Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou Wolf (2.112) | 1.00p |
| 6. | Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305) | 1.00p |
| 7. | Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas grupado (6.104). | 1.50p |



Nível 6

Nota D: 8.00 p.
Nota E: 8.00 p.

Nota máxima: 16 pontos

| | | |
|----|--|-------|
| 1. | Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) | 1.00p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.50p |
| 3. | Sequência Acrobática: Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202). | 2.00p |
| 4. | Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento ântero-posterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) | 1.00p |
| 5. | Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (2.101/2.201) + Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) / sissone (2.108) ou Wolf (2.112) | 1.00p |
| 6. | Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305) | 1.00p |
| 7. | Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas grupado abrindo (6.104). | 1.50p |




Nível 7


Nota D: 9.00 p.
Nota E: 8.00 p.


Nota máxima: 17 pontos

| | | |
|----|---|-------|
| 1. | Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) | 1.50p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.50p |
| 3. | Sequência Acrobática: Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.202). | 1.50p |
| 4. | Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento ântero-posterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) | 1.00p |
| 5. | Ligação de dança: Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° - Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101/2.201) OBS: Pode ser feito em qualquer ordem. | 1.50p |
| 6. | Um salto Jump com início e fim na posição transversal ao aparelho. | 1.00p |
| 7. | Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamentos variados | 0.50p |
| 8. | Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104) | 1.50p |


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 8 | |
| Nota D: 10.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 18 pontos | |
| 1. | Entrada: Do esquadro afastado, elevação à parada de mãos na força 2" + parada de mãos em grande afastamento ânteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108), posição longitudinal ao aparelho. | 2.00p |
| 2. | Giro de 360° sobre um dos pés (3.101). | 0.50p |
| 3. | Sequência Acrobática: Ponte para trás (4.109)+Flic Flac (5.204) + Flic Flac (5.202 ou 5.204 | 2.50p |
| 4. | Ligação de dança: Leap: Dois saltos com grande afastamento ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101/2.201) OBS: Pode ser feito em qualquer ordem. | 1.50p |
| 5. | Um salto Jump com início e fim na posição transversal ao aparelho. | 1.50p |
| 6. | Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamentos variados | 0.50p |
| 7. | Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104). | 1.50p |


Solo

| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 1 | |
| Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 11 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + salto estendido. | 0.80p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + salto estendido. | 0.50p |
| 3. | Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105). | 0.50p |
| 4. | Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas (1.101). | 0.40p |
| 5. | Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107). | 0.40p |
| 6. | Giro de 360º sobre um dos pés (2.101). | 0.40p |


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 2 | |
| Nota D: 4.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 11 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido. | 0.80p |


| | | |
|----|--|-------|
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem alternada dos pés (3.105) + reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés + salto estendido (3.105). | 0.80p |
| 3. | Estrela sem mãos (4.104). | 0.60p |
| 4. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento ântero-posterior das pernas 180º (1.101 + 1.101). | 0.50p |
| 5. | Giro de 360º sobre um dos pés (2.101). | 0.40p |
| 6. | Jump: Salto com grande afastamento lateral ou ânteroposterior das pernas (1.107/1.109). | 0.40p |
| 7. | Mortal para frente grupado (4.101) | 0.50p |


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 3 | |
| Nota D: 5.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 13 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido. | 1.50p |
| 2. | Giro mínimo 360º sobre um pé. | 0.40p |
| 3. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101). | 1.10p |
| 4. | Jump: Salto com grande afastamento lateral ou ânteroposterior das pernas (1.107/1.109). | 0.40p |
| 5. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento Ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101). | 0.80p |
| 6. | Reversão sem mãos (4.103) ou Estrela sem mãos (4.104) | 0.80p |


| | | |
|---|--|-------|
|  | Nível 4 | |
| Nota D: 6.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 14 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101) | 1.20p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) | 1.50p |
| 3. | Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido. | 0.80p |
| 4. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento Ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101). | 0.50p |
| 5. | Giro mínimo 360º sobre um pé | 0.60p |
| 6. | Jump: Salto com grande afastamento lateral ou | 0.60p |

| | | |
|----|--|-------|
| | ânteroposterior das pernas (1.107/1.109) | |
| 7. | Hop: Salto Fouetté com recepção em arabesque, perna livre na horizontal (1.112). | 0.80p |


| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 5 | |
| Nota D: 7.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 15 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado abrindo (5.101). | 0.90p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) Flic Flac para frente (3.105) + mortal grupado para frente (4.101). | 2.00p |
| 3. | Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic Flac (3.107) + Salto estendido. | 1.50p |
| 4. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, sendo um com grande afastamento Ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto livre com valor mínimo B. | 0.60p |
| 5. | Giro sobre um dos pés valor mínimo B. | 0.60p |
| 6. | Jump: Salto com afastamento lateral ou ântero-posterior das pernas e 180º de giro (1.207). | 0.60p |
| 7. | Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento ântero-posterior (1.202), recepção em uma das pernas. | 0.80p |

| | | |
|---|---|-------|
|  | Nível 6 | |
| Nota D: 8.00 p. Nota E: 8.00 p. | Nota máxima: 16 pontos | |
| 1. | Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido (5.101). | 1.50p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101) + mortal grupado para frente (4.101). | 1.50p |
| 3. | Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101). | 2.00p |
| 4. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento Ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento ântero-posterior (1.202), recepção em uma das pernas. | 1.60p |
| 5. | Giro sobre um dos pés valor mínimo B. | 0.60p |
| 6. | Jump: Salto com afastamento lateral ou ântero-posterior das pernas e 180º de giro (1.207). | 0.80p |


|  | | | Nível 7 | |
|---|---|-------------------------------|----------------|-------|
| Nota D: 9.00 p. Nota E: 8.00 p. | | Nota máxima: 17 pontos | | |
| 1. | Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com ½ giro (5.201). | | | 2.00p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal grupado para frente (4.101). | | | 2.50p |
| 3. | Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) +salto estendido. | | | 2.00p |
| 4. | Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento ântero-posterior das pernas -180º- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento ântero-posterior (1.202), recepção em uma ou duas das pernas. | | | 1.50p |
| 5. | Giro sobre um dos pés valor mínimo B. | | | 0.50p |
| 6. | Jump: Salto com afastamento lateral ou ântero-posterior das pernas e 180º de giro (1.207). | | | 0.50p |


|  | | | Nível 8 | |
|---|---|-------------------------------|----------------|-------|
| Nota D: 10.00 p. Nota E: 8.00 p. | | Nota máxima: 18 pontos | | |
| 1. | Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com 360º giro (5.201). | | | 2.50p |
| 2. | Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal grupado para frente (4.101). | | | 2.00p |
| 3. | Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupados (5.101). | | | 2.50p |
| 4. | Passagem de dança: Dois Saltos diferentes, ambos com grande afastamento ântero-posterior das pernas 180º. Um deles com valor mínimo C | | | 2.00p |
| 5. | Giro sobre um dos pés valor mínimo B. | | | 0.50p |
| 6. | Jump: Salto com afastamento lateral ou ântero-posterior das pernas e 180º de giro (1.207). | | | 0.50p |


Programa Livre

|  | | | Salto sobre a mesa | |
|---|--|----------------------------|---------------------------|--|
| Altura da mesa 1,25 m | 2 saltos diferentes | NF = Média dos dois saltos | | |
| | Nota D = Código de pontuação | NE = 10.00p | | |
| Obs: | Dois saltos de grupos diferentes, ambos com mortal+0.20p de bônus na NF. | | | |

| | |
|--|--------------------------------|
| | Salto com mortal cravado 0.10p |
|--|--------------------------------|

| | | |
|---|--|----------------|
|  | Paralelas assimétricas | |
| VD 7 elementos | 6 elementos de maior dificuldade + Saída | |
| Requisitos de Composição 4 x 0.50cd 2.00p | 1. Um elemento de voo | 0.50p |
| | 2. Um elemento circular próximo a barra, de valor mínimo B | 0.50p |
| | 3. Empunhaduras diferentes (Excluindo elementos de entrada e saída) | 0.50p |
| | 4. Elemento sem voo com 360° de giro (Excluindo elementos de entrada) Elemento sem voo com 180° de giro (Excluindo elementos de entrada). | 0.50p 0.20p |
| Bonificação | • Saídas cravadas a partir de B | + 0.10p |
| | • Elemento de voo na mesma barra mínimo D | + 0.20 |
| | • Elemento de voo do BS para o BI | + 0.20 |
| | • Segundo elemento circular próximo a barra de valor mínimo C | + 0.10 |

| | | |
|---|---|---------|
|  | Traves de equilíbrio | |
| VD 7 elementos | 6 elementos de maior dificuldade + Saída Mínimo de 3 elementos acrobáticos Mínimo 3 de dança 1 opcional | |
| Requisitos de Composição 4 x 0.50cd 2.00p | 1. Uma ligação de dança, 2 saltos diferentes, um deles com grande afastamento ântero-posterior ou lateral das pernas. | 0.50p |
| | 2. Giro do Grupo 3 | 0.50p |
| | 3. Uma sequência acrobática, com no mínimo 2 elementos de voo iguais ou diferentes com ou sem o apoio das mãos (rebote) | 0.50p |
| | 4. Elemento Acrobático em diferente direção (F/L e T). | 0.50p |
| Bonificação | • Saídas cravadas a partir de B | + 0.10p |
| | • Sequência acrobática com 3 elementos de voo iguais ou diferentes, incluindo entrada e saída (mínimo B) | + 0.20 |
| | • Sequência acrobática com 2 ou 3 elementos de voo, sendo 1 deles mortal. | + 0.20 |

| | | |
|---|--|--|
|  | Solo | |
| VD 7 elementos | 6 elementos de maior dificuldade + Saída | |

| | Mínimo de 3 elementos acrobáticos Mínimo 3 de dança 1 opcional | |
|--|--|----------------|
| Requisitos de Composição 4 x 0.50cd 2.00p | 1. Passagem de dança: Dois saltos diferentes com impulso em 1 dos pés (leaps ou hops), ligados direta ou indiretamente; um deles em grande afastamento ântero-posterior 180° ou em afastamento lateral das pernas. | 0.50p |
| | 2. Linha acrobática: mortal com giro de 180° sobre eixo longitudinal Mortal com giro de no min 360° sobre eixo longitudinal. | 2.20p 0.50p |
| | 3. Uma linha acrobática com 2 mortais iguais ou diferentes, ligados direta ou indiretamente. | 0.50p |
| | 4. Uma terceira linha acrobática com mortal diferente dos demais. | 0.50p |
| Bonificação | <ul style="list-style-type: none"> • Ligação acrobática direta de 2 mortais, sendo um dos mortais no mínimo C | + 0.10p |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Ligação acrobática direta ou indireta de 2 mortais, ambos no mínimo B | + 0.20 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • RC #1, sendo um dos saltos no mínimo C | + 0.10 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mortal D | + 0.20 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mortal E | + 0.30 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Última linha acrobática mínimo B cravada | + 0.10p |

CAPÍTULO III – Dos Equipamentos

Art. 6° - Os equipamentos devem cumprir com as Regras Oficiais da Fédération Internationale de Gymnastique - FIG.

CAPÍTULO IV – Da Premiação

Art. 7° - A premiação ocorrerá das seguintes maneiras:

Art. 8° - Individual geral – somatório das notas obtidas nos 2 (dois) aparelhos na competição individual geral. Serão premiados com medalhas os 1º, 2º e 3º lugares;

Art. 9° - Individual por aparelho – classificação pelas notas obtidas na apresentação da competição final por aparelho. Serão premiados com medalhas os 1º, 2º e 3º lugares por aparelho.

Parágrafo único: No caso de empate, será classificada para final a ginasta que obtiver a maior pontuação na execução total. Se persistir o empate, a ginasta com mais baixa falta técnica de execução prevalecerá. Se persistir o empate, a ginasta com maior nota de dificuldade

Art. 10° - Serão premiados com medalhas alusivas aos jogos os atletas que obtiverem as 03 (três) primeiras colocações em cada modalidade de disputa por categoria e gênero; Na contagem geral de pontos, serão premiadas com troféus os 1°, 2° e 3º lugares.

Art. 11° - Serão oferecidos troféus de posse definitiva as 03 (três) Unidades Escolares melhores classificadas, em cada categoria e gênero, conforme quadro abaixo:

| | |
|-----------|-----------|
| 1° lugar | 13 pontos |
| 2° lugar | 9 pontos |
| 3° lugar | 7 pontos |
| 4° lugar | 5 pontos |
| 5° lugar | 4 pontos |
| 6 ° lugar | 3 pontos |
| 7° lugar | 2 pontos |
| 8° lugar | 1 ponto |

Parágrafo único - Os critérios de desempate de premiação com troféus devem respeitar a seguinte ordem:

- a) Maior número de primeiros lugares;
- b) Maior número de segundos lugares;
- c) Maior número de terceiros lugares;
- d) Maior número de quartos lugares e assim por diante;
- e) Maior número de estudantes-atletas participantes na modalidade e naipe;
- f) Sorteio.

CAPÍTULO V – Das Condições Gerais

Art. 12° - Os casos omissos serão resolvidos pela Coordenação Técnica Geral.