

# TAG 2018

## Torneio de Níveis de Acrobática

### Regulament



**ÍNDICE**

<b>ÍNDICE</b> .....	<b>1</b>
INTRODUÇÃO - OBJETIVOS .....	2
INSCRIÇÃO NA PROVA .....	3
ESCALÕES / CATEGORIAS .....	4
ESPECIALIDADES.....	4
PONDERAÇÃO DAS COMPONENTES AVALIADAS (NÍVEL 1, 2, 3).....	5
PRÉMIOS .....	6
PROGRAMA TÉCNICO DOS NÍVEIS .....	6
<i>Nível 1</i> .....	6
<i>Nível 2</i> .....	6
<i>Nível 3</i> .....	7

## Introdução - Objetivos

O Acrogym Clube de Coimbra criou esta competição devido à necessidade de colocar os jovens ginastas em situação de prova, criando níveis ajustados às idades e capacidades motoras.

Neste Torneio de Níveis existem várias etapas sendo que, na primeira Fase, introdução à Ginástica Acrobática, em que se pretende dar os primeiros passos na modalidade. Depois apresentamos os diversos níveis, criando a possibilidade de englobar a maioria dos praticantes de acrobática, levando ao seu desenvolvimento consoante as suas capacidades e idades dando maior ênfase à execução técnica. Por fim, os escalões da Divisão Base, da 1ª Divisão e Elites proporcionando a possibilidade de enquadrar uma maior diferença etária. Esta competição permite não só aos jovens ginastas a participação num plano de evolução contínua, como também a todos os ginastas ou treinadores que, por força da idade ou de outras condicionantes não tenham a capacidade de participar nas competições do calendário nacional e distrital.

Quanto aos exercícios, estes são obrigatórios, com o intuito de facilitar o trabalho dos diversos intervenientes, promovendo a execução técnica e artística em detrimento da dificuldade. Com a definição destes exercícios obrigatórios, tentou-se criar uma forma de progressão para os primeiros níveis definidos de forma a orientar todos os jovens ginastas para o programa nacional em vigor.

## Inscrição na Prova

- ❖ Para todas as competições, os clubes deverão fazer a inscrição dos seus ginastas, através das fichas próprias para esse efeito, disponibilizadas em [www.acrogymcc.com](http://www.acrogymcc.com).
- ❖ Treinadores Adjuntos serão admitidos em prova, desde que filiados e devidamente referenciados na ficha de inscrição.
- ❖ O diretor de prova ou quem o substitua, tem autoridade para decidir acerca da participação de um ginasta que apresente sinais evidentes de lesão (limitação física, próteses, etc.)
- ❖ Aquando da inscrição em prova, o clube deverá indicar, obrigatoriamente, o primeiro, segundo e último nome do ginasta. As **inscrições** em prova deverão ser recebidas **até 10 dias antes da data da Competição**, para que possam ser agendadas e organizadas todas as especificidades logísticas para o efeito.
- ❖ Todas as inscrições serão cobradas a 4,00€ por ginasta, independentemente das desistências.
- ❖ Só são aceites **diagramas** do modelo disponível no sítio do AgCC ([www.acrogymcc.com](http://www.acrogymcc.com)) e/ou modelo da Federação de Ginástica de Portugal em vigor e devidamente preenchidos. Os diagramas têm que dar entrada no AgCC até à 2ª feira anterior à prova, às 13h00 enviados por via eletrónica para [acrogymister@gmail.com](mailto:acrogymister@gmail.com). Diagramas que não sejam enviados para o endereço de e-mail indicado, sofrem uma penalização de 0,3 pts cada. Os diagramas tem de ser enviados em ficheiros independentes, identificados com número do par/grupo (se disponibilizado), especialidade, escalão, exercício e sigla do Clube, usando a terminologia abaixo apresentada, caso contrário os diagramas não são considerados como enviados. (Ex: 26\_W2\_JUV\_EQ\_Sigla do Clube).

Par Feminino **W2**

Par Masculino **M2**

Nível 1 (um) **N1**

Par Misto **MX2**

Nível 2 (dois) **N2**

Combinado **COM**

Grupo Feminino **W3**

Nível 3 (três) **N3**

Grupo Masculino **M3**

- ❖ As **músicas** têm de dar entrada na AgCC até à 3ª feira anterior à prova, às 13h00 enviados apenas via wetransfer para [acrogymister@gmail.com](mailto:acrogymister@gmail.com), em formato mp3. As músicas têm que estar devidamente identificadas, utilizando a nomenclatura de identificação dos diagramas. Por segurança os clubes devem ser portadores das músicas em digital “*pen drive*” devidamente identificadas.
- ❖ O mesmo ginasta apenas poderá integrar 1 Par/ Grupo, excetuando os ginastas que participem nas competições de grupos masculinos, não podendo, no entanto, integrar mais do que duas especialidades.
- ❖ Os ginastas devem utilizar vestuário de acordo com as normas do Código Internacional de Pontuação.

- ❖ Excecionalmente 1 ginasta poderá repetir para que outro ginasta da sua equipa/classe não fique excluído. Neste caso, se ambos os pares forem premiados será atribuído prémios aos 2 pares/grupos, sendo que o ginasta que repete só recebe prémio na sua melhor classificação.
- ❖ Este regulamento pode ser alterado parcialmente ou na sua totalidade sempre que o AgCC julgue necessário. Essa alteração deve ser dada a conhecer até 30 dias antes da realização de cada prova.
- ❖ Regras não cumpridas ou omissas serão decisão do AgCC.

## Escalões / Categorias

Escalões Etários / Categorias	Data de Nascimento	Idade
Nível 1	01/01/2008 a 31/12/2012	6 / 10
Nível 2	01/01/2004 a 31/12/2012	6 / 14
Nível 3	01/01/2003 a 31/12/2012	6 / 15

## Especialidades

- ❖ Competição Individual por Especialidade.
  - W2 - Pares Femininos;
  - M2 - Pares Masculinos;
  - Mx2 - Pares Mistos;
  - W3 - Grupos/Trios Femininos;
  - M3 - Grupos/Trios Masculinos;

## Ponderação das componentes avaliadas (Nível 1, 2, 3)

### Artística

Quadro de avaliação da componente artística:

CRITÉRIOS	Satisfatório				Bom			Muito Bom		Excelente		Nota Final
	1,0	1,1	1,2	1,3	1,4	1,5	1,6	1,7	1,8	1,9	2,0	
<b>Relação entre parceiros</b> (Harmonia entre parceiros, apresentação ao júri)												
<b>Expressão</b> (Expressão facial, atitude)												
<b>Performance</b> (Ocupação de espaço, direções, níveis)												
<b>Criatividade</b> (posição inicial e final, entradas e saídas originais)												
<b>Musicalidade</b> (harmonia com a música, sincronismo)												
<b>Total</b>												

### Execução

- ❖ As Notas de Execução serão calculadas de acordo com as normas do Código Internacional de Pontuação.

### Dificuldade

- ❖ Não é aplicada nota de dificuldade.
- ❖ Aplica as seguintes penalizações:

<b>Faltas de tempo</b>	0,3/segundo
<b>Realização de elementos proibidos</b>	1,0
<b>Falta de requisitos especiais</b>	1,0

### Chefe de painel

- ❖ Aplica as seguintes penalizações:

<b>Durante o exercício, saem das linhas do praticável.</b>	0,1/ocorrência
<b>Maillots não complementares ou sem emblema do Clube.</b>	0,1
<b>O exercício excede o tempo limite.</b>	0,1/segundo
<b>Entrega tardia do diagrama</b>	0,3/exercício

### Nota Final

- ❖ A Nota Final do Exercício e as Penalizações serão calculadas de acordo com as normas do Código Internacional de Pontuação.

## Prémios

- ❖ Diplomas de participação.
- ❖ Para os níveis serão atribuídas medalhas aos três primeiros individuais e equipas classificadas.
- ❖ Cada Clube só poderá inscrever no máximo até 2 equipas. As equipas são constituídas por três pares/grupos e as especialidades só podem repetir uma vez. (ex: 2 pares femininos e 1 trio feminino)

## Programa técnico dos níveis

- ❖ Todos os Pares/Grupos deverão efetuar 1 Exercício Combinado, coreografado, com acompanhamento musical (Música cantada ou não).
- ❖ As figuras podem ser escolhidas das tabelas apresentadas em anexo.
- ❖ As tabelas, em anexo, são constituídas por quatro linhas de figuras de Equilíbrio e quatro linhas de figuras de Dinâmico. A seleção das figuras deverá ser, obrigatoriamente, de linhas diferentes;
- ❖ Os elementos individuais não são considerados para o cálculo da dificuldade.
- ❖ Os elementos individuais deverão ser retirados das Tabelas de Dificuldade FIG. É possível ser considerado como elemento individual a roda (característica Tumbling);
- ❖ Por cada requisito em falta haverá uma dedução de 1,0 pts.
- ❖ Todos os exercícios são avaliados para 20,0 pontos de nota de execução e 10,00 pontos de nota artística;
- ❖ Face ao cariz formativo do torneio não serão admitidos qualquer tipo de protesto às notas atribuídas.

### Nível 1

- ❖ O exercício combinado deverá ter a duração máxima de 1 minuto;
- ❖ Durante o exercício devem ser ocupados três quadrantes do espaço;

#### **Requisitos específicos**

- ❖ Devem ser escolhidos um elemento de equilíbrio + dois elementos de dinâmico ou dois elementos de equilíbrio + um elemento de dinâmico, retirados da tabela em anexo;
- ❖ Cada elemento do Par/Grupo deverá realizar 1 elemento individual.

### Nível 2

- ❖ O exercício combinado deverá ter a duração máxima de 2 minutos.

#### **Requisitos específicos**

- ❖ Devem ser escolhidos dois elementos de equilíbrio + dois elementos de dinâmico, retirados da tabela em anexo;

- ❖ Cada elemento do Par/Grupo deverá realizar dois elementos individuais de características diferentes (Equilíbrio, Flexibilidade, Agilidade).
- ❖ É obrigatória a realização da roda como elemento individual de tumbling.

### Nível 3

- ❖ O exercício combinado deverá ter a duração máxima de 2 minutos.

#### **Requisitos específicos**

- ❖ Devem ser escolhidos dois elementos de equilíbrio + três elementos de dinâmico ou três elementos de equilíbrio + dois elementos de dinâmico, retirados da tabela em anexo, com valor acima de 1;
- ❖ Cada elemento do Par/Grupo deverá realizar três elementos individuais de características diferentes (Equilíbrio, Flexibilidade, Agilidade, Tumbling).