



## FAQ 2020 GINNASTICA ARTISTICA

### CODICE DEI PUNTEGGI

- In seguito alle variazioni apportate ai Campionati del Circuito Silver FGI 2020, si è ritenuto opportuno modificare la corrispondenza tra le gare FGI e CSEN a pag 4:

<b>CIRCUITO FGI SILVER</b>	<b>CORRISPONDENZA CIRCUITO CSEN</b>
LA3 (individuale) e SERIE D LA3 (squadre)	CUP SQUADRE O CAMPIONATI SUPERIORI + ACROBAT L1
LB3 (individuale) e SERIE D LB3 (squadre)	CUP INDIVIDUALE O CAMPIONATI SUPERIORI + ACROBAT L2 O L3
LB/LC3/LC (individuale) e SERIE D LB/LC3/LC (squadre)	SPECIALITÀ O ECCELLENZA (nelle categorie di appartenenza per età) + ACROBAT L2 O L3
LD3 (individuale) + SERIE D LD3 (squadre)	ECCELLENZA PRIMO SETTORE (nelle categorie di appartenenza per età) + ACROBAT L2 O L3
LD (individuale) + SERIE D LD (squadre)	ECCELLENZA SECONDO SETTORE + ACROBAT L3
LE3/LE (individuale) + SERIE D LE3/LE (squadre)	ECCELLENZA SECONDO SETTORE + ACROBAT L3

Nel caso una ginnasta passasse, dopo la prima prova, in una divisione Silver superiore, dovrà adeguare anche la corrispondente gara Csen. Esempio: prima prova in LA3 e seconda prova in LB, vale quest'ultima, essendo tecnicamente superiore. Pertanto la ginnasta dovrà gareggiare nel Csen, o nel **Campionato di Specialità** o in Campionati Superiori. Nel caso si fosse già qualificata al Campionato Nazionale CSEN prima della migrazione in Fgi, non potrà partecipare al Campionato Nazionale CSEN

**N.B.** Le società che partecipano a Campionati FGI di altre discipline ginniche riconosciute (Aerobica, Ritmica ect), livello Silver e Gold, interessate anche alle gare di Ginnastica Artistica del Csen, potranno partecipare a partire dal Campionato Cup Individuale, a salire ai Campionati superiori.

- Corrispondenza FGI/GAM invariata; corretto l'errore di trascrizione a pag 6:

<b>CIRCUITO FGI SILVER</b>	<b>CORRISPONDENZA CIRCUITO CSEN</b>
LA3 – LB3 –	Solo Secondo settore nelle categorie corrispondenti all'età
LC – LD	Solo Secondo settore categoria MASTER

- Parallele Pari penalità specifiche dell'attrezzo: 0,10 di penalità per Sfioccare l'attrezzo/ Sfioccare il tappeto con i piedi **SOLO** nella GAM; nella GAF rimane la penalità indicata nella tabella apposita.

## LINEE GUIDA E TECNICHE DI GIURIA

- Falli d'arrivo a pag 8, è stata aggiunta una specifica per l'Artistica Maschile:

N.B. Si precisa che LIMITATAMENTE al settore di Artistica Maschile (in tutti gli attrezzi), non sarà applicata alcuna penalità all'arrivo per gambe divaricate, nel caso in cui i ginnasti dopo l'arrivo chiudano i talloni riunendo le gambe

- TRAVE Pag 15, in rosso sono state aggiunte delle precisazioni riguardanti i seguenti elementi;

Capovolta indietro: è ammesso impugnare sotto la T. Partenza **libera** ~~non da supini~~ e arrivo con i piedi sull'attrezzo

. Trave Alta e **Trave Bassa** – dalla Squadra Capovolta avanti: non è consentito fermare la Capovolta; ci deve essere il rotolamento continuo, in caso contrario ci sarà la penalità di interruzione del rotolamento (0.30). Se la caduta avviene prima di appoggiare i piedi nella Capovolta, si assegna la squadra

## CUP SQUADRE

- Errore di trascrizione a pag 2 del Programma;

### REGOLAMENTO MUSICHE

Il brano musicale per il Corpo Libero, anche cantato, della durata di **min 30"** e **max 50"** deve essere inciso su:

- **chiavetta USB** che dovrà riportare esclusivamente i brani musicali inerenti la gara, ognuno con il ~~cognome~~ della ginnasta **nome della squadra** che utilizza il brano

-Categorie Junior A e B/Senior: Trave aumentato il tempo max d'esecuzione **50"**

## CUP INDIVIDUALE

- Pag 2 modificata la specifica;

-Categorie Junior A, Junior B e Senior: Trave aumentato il tempo max d'esecuzione **50"**

-

### REGOLAMENTO TECNICO

- **In caso di qualificazione già acquisita al Campionato Nazionale CSEN, prima di un'eventuale migrazione alle gare Silver FGI superiore a LB3, non si potrà partecipare al Campionato Nazionale CSEN**

- Pag 6 e 7 nella tabella in alto alla Trave per le Junior A e B/ Senior, è stato aggiunto tra parentesi **(totale 5 elementi)**

## SPECIALITÀ

- Regolamento Musiche pag 3, corretto l'errore di trascrizione:

### REGOLAMENTO MUSICHE

Il brano musicale per il Corpo Libero, anche cantato, ~~della durata di min 30" e max 50"~~ deve essere inciso su:

- **chiavetta USB** che dovrà riportare esclusivamente i brani musicali inerenti la gara, ognuno con il **cognome** della ginnasta che utilizza il brano
- Cd, in formato audio, in buono stato di conservazione e con il brano inciso **COME TRACCIA UNICA**.

**In caso di inosservanza la penalità sarà pari a p.0.50 da detrarre dal punteggio finale.**

- Nelle Esigenze di composizione è stato aggiunto in rosso che il numero di elementi richiesti può essere scelto **"liberamente"** rispettando il tetto max per la propria categoria.
- Griglia delle Parallele Asimmetriche negli **Elementi vicino allo staggio /0.50 ABBUONO solo per Junior A (0.50)**, è stata inserita nella griglia la specifica per le Junior A; **Ochetta gb tese O Kippe SI (solo per Junior A)**
- TRAVE: **EQUILIBRI da 0,20** → Tenuta gb libera in relevé **(anche impugnata) (2")**
- CORPO LIBERO inserito il Sisonne;

SALTI	Gatto	Gatto 180°	Sisonne (ap 160°)	Gatto 360°		Gatto 540°
	Sisonne (ap 90°)	Cosacco ad 1	Cosacco a 2	Sisonne (ap 180°)	Cosacco a 2 con 180°	Cosacco a 2 con 360°
	Sforbiciata tesa	Enj con ¼ giro (ap.90°)	Enj con ¼ giro (ap.135°)	Enj min (ap 160°)	Enj min (ap180°)	Enjambée cambio
	Enjambée sul posto (ap 90°)	Enjambée (ap 90°)	Enj sul posto (min.160°)	Enj sul posto (180°)	Carpio div/unito	Enj sul posto con 180°di rotazione
	Pennello (anche con 180°)	Raccolto	Raccolto 180°	Pennello 360°	Raccolto 360°	Pennello 540°

## ECCELLENZA 1° Settore

- Regolamento musiche pag 4 errore di trascrizione corretto in rosso;

### REGOLAMENTO MUSICHE

Il brano musicale per il Corpo Libero, anche cantato, **della durata max 1'30"** deve essere inciso su:

- **chiavetta USB** che dovrà riportare esclusivamente i brani musicali inerenti la gara, ognuno con il **cognome** della ginnasta che utilizza il brano ect..

- Parallele Asimmetriche, **GS4** da 0,20 → Slancio ind all'orizz gb ~~div~~/unite

- TRAVE **GS Entrate** specificato quali entrate a TB e a TA;

<b>GS 1 ENTRATE</b>	Con app. delle mani, salita con gb a raccolta	<b>Battuta: entrata con 1 o 2 piedi TB</b>	Staccata frontale ○ Squadra div/unita di passaggio	Cap av in punta alla T. ○ Squadra div/unita 2"	<b>Battuta: entrata a 1 o a 2 piedi TA</b> ○ Cap ind sotto la Trave	Dalla squadra: Cap av ○ Framezzo teso	Vert d'impostazione ritorno in squadra
-------------------------	---	--	---	--	--	---------------------------------------	--

- TRAVE **GS7 e 8**, specificato gli equilibri tenuti 2";

<b>GS 7</b>	Equilibrio libero in relevé (2")	Orizzontale prona (2")	Vert di pass unita o div sag	Vert in div sag + Penn	Orizzontale prona in relevé (2")	Vert in div sag + Enj sul posto	Verticale 2"
<b>GS 8</b>	Candela (2")	Tenuta gb tesa a 90° su pianta (2")	Posizione ad l con mani (2")	Posizione a l senza mani (2")	Tenuta gb tesa 90° in relevé (2")		

## ECCELLENZA 2° Settore

- Corretti gli anni di nascita delle seguenti categorie:

<b>MINIMASTER</b>	<b>2008 – 2011</b>
<b>MASTER 1</b>	<b>2007</b> e PREC.
<b>MASTER 2</b>	<b>2007</b> e PREC.

Inserita in rosso la durata corretta degli esercizi a pag 14:

### - **REGOLAMENTO MUSICHE**

Il brano musicale per il Corpo Libero, anche cantato, **della durata di max 1'30"** deve essere inciso su:

- **chiavetta USB** che dovrà riportare **esclusivamente** i brani musicali inerenti la gara, ognuno identificato con il **cognome** della ginnasta che lo utilizza
- Cd, in formato audio, in buono stato di conservazione e con il brano inciso **COME TRACCIA UNICA. Etc**
- 

- Griglia della TRAVE, inserito che gli elementi del **GS5 devono essere tenuti tutti 2"**

- Depennato l'elemento **GS3** da 0,40 → ~~Cap Endo alla Vert~~ perché già presente nel **GS9** da 0,70

## ACROBAT

- L3 depennata la frase sotto la tabella;

### **3° LIVELLO**

<b>CATEGORIE</b>	<b>ANNO NASCITA</b>
ALLIEVI	2011 – 2010 – 2009 – 2008
JUNIOR	2007 – 2006 – 2005 – 2004
SENIOR	2003 e PRECEDENTI

~~È ammessa la partecipazione degli Esordienti, nella Categoria Allievi, in base al Campionato in cui gareggiano~~

## ARTISTICA MASCHILE 2° Settore

- Parallele Pari;

**GS1 - F 0,60** → Dietro front **dorsale** all'app

**GS4 – F 0,60** → Kippe lunga verticale O Controkippe **alla sospensione**

**NB.** Le FAQ e i programmi aggiornati, saranno disponibili anche sul sito CSEN. Quelli corretti **ed unici validi**, saranno contraddistinti dalla dicitura in verde

***“Aggiornato 17 Novembre 2019”***

