



Regulamento de Competições Ginástica Rítmica 2010/2012

Aprovado a 15 de Setembro de 2010

1. INTRODUÇÃO

- 1.1. A Ginástica Rítmica é uma das disciplinas da ginástica que tem registado maior incremento de participação federada nos últimos anos. É objectivo da actividade deste ciclo olímpico manter a consistência do aumento que se tem verificado nos últimos ciclos olímpicos, não apenas em número de praticantes mas também em número de clubes.
- 1.2. Assim, o presente Regulamento assume-se como um instrumento de desenvolvimento da Ginástica Rítmica no sentido da promoção da excelência dos praticantes, aliada à expansão da disciplina.
- 1.3. A co-existência de competições individuais de I e II divisão e de conjuntos permite a participação em competições de elevado número de ginastas dando hipótese de competir não apenas às ginastas com melhores condições de treino, mas também a outras que não possam ou não queiram dedicar tantas horas à prática da sua modalidade.

2. SIGLAS E ACRÓNIMOS

Ao longo deste Regulamento são, por vezes utilizados as seguintes siglas e acrónimos:

ADG	Associação (ões) de Ginástica
CLUBES	Clubes e/ou entidades filiadas na FGP
ESCALÃO	Escalão etário
FIG	Federação Internacional de Ginástica
FGP	Federação de Ginástica de Portugal
GR	Ginástica Rítmica
RGD	Regulamento Geral e Disciplinar da FGP
CPA	Código de pontuação adaptado

3. CONCEITOS GERAIS

- 3.1. O presente Regulamento fixa as condições e os pressupostos subjacentes à organização de competições de Ginástica Rítmica em território português.
- 3.2. A época desportiva tem início em 01 de Setembro de cada ano e termina em 31 de Agosto do ano seguinte sendo, portanto, coincidente com o ano escolar.
- 3.3. As competições de GR regem-se pelos seguintes regulamentos da FIG:
 - Regulamento Técnico
 - Normas dos aparelhos
 - Código de Pontuação de GR

e pelos seguintes normativos FGP:

- Estatutos
- Regulamento Geral

- Regulamento Disciplinar
- Regulamento de Competições de Ginástica Rítmica (o presente Regulamento)
- Código Adaptado de GR
- Regulamento de Formação
- Regulamento das competições nacionais
- Regulamento das selecções nacionais

3.4. As eventuais alterações a este Regulamento, decorrentes ou não de alterações aos Regulamentos Internacionais só entrarão em vigor após devida comunicação por parte da FGP.

4. ESCALÕES ETÁRIOS

4.1.

Individuais

Escalão	I Divisão	II Divisão
Minis	6 – 7 anos	
Infantis	8 – 9 anos	
Esperanças	9 – 10 anos	9 – 10 anos
Juvenis	11 – 12 anos	11 – 12 anos
Juniores	13 – 15 anos	13 – 15 anos
Seniores	≥16 anos	≥16 anos

Conjuntos

Escalão	Conjuntos
Minis	6 – 7 anos
Infantis	8 – 9 anos
Esperanças	9 – 10 anos
Juvenis	11 – 12 anos
Juniores	13 – 15 anos
Seniores	≥16 anos

NOTA IMPORTANTE: As idades referem-se sempre ao ano relativo à segunda parte da época desportiva. Apresentamos um quadro explicativo para as próximas épocas:

Escalão	Época 10/11	Época 11/12
Minis	Ginastas nascidas em 2004 e 2005	Ginastas nascidas em 2005 e 2006
Infantis	Ginastas nascidas em 2002 e 2003	Ginastas nascidas em 2003 e 2004
Esperanças	Ginastas nascidas em 2001 e 2002	Ginastas nascidas em 2002 e 2003
Juvenis	Ginastas nascidas em 1999 e 2000	Ginastas nascidas em 2000 e 2001
Juniores	Ginastas nascidas em 1996, 1997 e 1998	Ginastas nascidas em 1997, 1998 e 1999
Seniores	Ginastas nascidas em 1995 ou antes	Ginastas nascidas em 1996 ou antes

4.2. As ginastas do último ano de Infantis podem optar, no momento da filiação, por competirem no escalão de infantis ou no escalão de esperanças.

5. QUADRO COMPETITIVO

- 5.1. Por imperativo legal, a FGP tem a responsabilidade directa de organizar, em cada época desportiva os Campeonatos Nacionais. Para além disso, sempre que possível, propõe-se organizar, ou dar a organizar, o conjunto de competições que abaixo se discriminam, sem prejuízo de poder ainda organizar, com carácter pontual, outras competições, designadamente internacionais.
- 5.2. As competições poderão ser organizadas directamente pelos serviços centrais da FGP, ou por meio de parcerias com outras entidades, filiadas ou não na FGP.
- 5.3. As condições de acesso a cada competição estão descritas no capítulo seguinte.
- 5.4. Sempre que o número de ginastas inscritas na categoria o justifique serão realizadas provas de qualificação para os Campeonatos Nacionais da I divisão.
- 5.5. O quadro competitivo oficial regular da FGP é, sempre que possível, o seguinte:

Quadro Competitivo		Escalão	Programa técnico/ Ajuizamento *
I Divisão	Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Esperanças da I Divisão	Esperanças	Código Adaptado
	Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Juvenis da I Divisão	Juvenis	Código Adaptado
	Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Juniores da I Divisão	Juniores	Código FIG
	Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Seniores da I Divisão	Seniores	Código FIG
	Campeonato Nacional de Esperanças da I Divisão	Esperanças	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Juvenis da I Divisão	Juvenis	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Juniores da I Divisão	Juniores	Código FIG
	Campeonato Nacional de Seniores da I Divisão	Seniores	Código FIG
II Divisão	Campeonato Nacional de Esperanças da II Divisão	Esperanças	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Juvenis da II Divisão	Juvenis	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Juniores da II Divisão	Juniores	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Seniores da II Divisão	Seniores	Código Adaptado
Campeonato Nacional de Conjuntos	Campeonato Nacional de Conjuntos de Esperanças	Esperanças	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Conjuntos de Juvenis	Juvenis	Código Adaptado
	Campeonato Nacional de Conjuntos de Juniores	Juniores	Código FIG
	Campeonato Nacional de Conjuntos de Seniores	Seniores	Código FIG

	Seniores		
Taça de Portugal	Taça de Portugal	Esperanças/ Juvenis/Juniores /Seniores	Código FIG

*O regulamento de cada uma das competições será apresentado em documento próprio para cada época competitiva

- 5.6. De acordo com o Regulamento Geral da FGP as entidades, filiadas ou não na FGP, que pretendam organizar competições de GR, deverão submeter à aprovação da FGP, com uma antecedência não inferior a 30 dias, o respectivo regulamento e condições de realização.

6. CONDIÇÕES DE ACESSO, PARTICIPAÇÃO E CLASSIFICAÇÕES

- 6.1. Para que uma ginasta possa participar em qualquer competição oficial tem que estar devidamente filiada na FGP, e, tanto a ginasta como a entidade por meio da qual está filiada, assim como os treinadores responsáveis, têm que ter a sua situação administrativa e desportiva devidamente regularizada à data da inscrição na competição.
- 6.2. Todas as competições, com excepção dos Campeonatos Nacionais por escalões da I Divisão e da II Divisão, estão abertas à participação de todas as ginastas e Clubes, de acordo com as especificidades de cada uma.
- 6.3. Participação nos **Campeonatos Nacionais**
- 6.3.1. II Divisão: podem participar nos Campeonatos Nacionais da II Divisão todas as ginastas que se classifiquem na 1ª metade da classificação geral do Campeonato distrital respectivo. Nos Campeonatos Distritais em que apenas participem 3 ou menos ginastas, todas elas serão apuradas para o Campeonato Nacional. Esta qualificação é nominal, não podendo os clubes substituir uma ginasta qualificada por outra.
- 6.3.2. I Divisão: podem participar nos Campeonatos Nacionais de Ginástica Rítmica a Campeã Distrital de cada uma Associações distritais, bem como as 10 primeiras classificadas na Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional em cada uma das categorias.
- 6.3.3. As ginastas que não puderem participar na Prova de Qualificação por estarem ao serviço das selecções nacionais, serão apuradas directamente para os Campeonatos Nacionais.
- 6.4. Para todas as competições oficiais da FGP, a participação está condicionada a uma inscrição prévia que deve ser obrigatoriamente efectuada com, pelo menos 14 dias de antecedência da data de realização da competição.
- 6.5. É permitida nas competições oficiais FGP a participação de ginastas estrangeiras filiadas na FGP, mas às mesmas não poderá ser atribuído o título de campeã nacional

individual geral ou por aparelhos. No caso de obterem o primeiro lugar, é-lhes reconhecida a classificação e atribuída a respectiva medalha, mas não o título, que será atribuído à ginasta de nacionalidade portuguesa melhor classificada.

- 6.6. Nas competições de conjuntos o número máximo de ginastas estrangeiras será de 2 por conjunto. Nas competições por equipas (por exemplo Taça de Portugal) o número máximo de ginastas estrangeiras é de 1 se a equipa tiver até 4 ginastas e de 2 se a equipa for composta por 5 ou mais ginastas.
- 6.7. Os Clubes devem fazer-se representar nas competições por um (a) delegado (a) devidamente credenciado (a).
- 6.8. No momento da sua filiação o Clube deve comunicar à FGP em que divisão filia a sua ginasta. À Campeã Nacional Individual da II Divisão (Concurso geral) é permitida, na mesma época competitiva, a participação no Campeonato Nacional Individual da I divisão da sua categoria sem necessidade de passar pelo processo de apuramento.
- 6.9. Durante as competições é permitida a presença de 2 treinadores (as) por clube participante, devidamente credenciados, na zona de treino das ginastas.
- 6.10. Os Campeonatos Nacionais por escalões da I e da II Divisão são disputados em momentos distintos.
- 6.11. Sempre que existam mais de 25 ginastas inscritas em cada escalão os Campeonatos Nacionais da II Divisão, podem ser organizados em grupos. Estes grupos são formados por sistema de sorteio integral.
- 6.12. As Provas de Qualificação para os Campeonatos Nacionais da I Divisão são competições individuais e disputadas nas categorias de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores. Estas competições individuais são abertas à participação a todas as ginastas dos escalões de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores da I Divisão, que se encontrem filiadas na FGP.
- 6.13. As Provas de Qualificação para os Campeonatos Nacionais da I Divisão de Esperanças e Juvenis realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código de Pontuação Adaptado.
- 6.14. As Provas de Qualificação para os Campeonatos Nacionais da I Divisão de Júniores e Seniores realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código FIG em vigor.
- 6.15. O programa de competição das Provas de Qualificação para os Campeonatos Nacionais da I Divisão será apresentado em documento próprio para cada época competitiva.
- 6.16. Os Campeonatos Nacionais da I Divisão são competições individuais e disputadas nas categorias de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores. Estas competições individuais

são abertas à participação a todas as ginastas dos escalões de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores da I Divisão, que tenham obtido o apuramento nos respectivos Campeonatos de Apuramento.

- 6.17. Os Campeonatos Nacionais da I Divisão de Esperanças e Juvenis realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código de Pontuação Adaptado.
- 6.18. Os Campeonatos Nacionais da I Divisão de Júniores e Seniores realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código FIG em vigor.
- 6.19. Os Campeonatos Nacionais da I Divisão de todos os escalões atribuem o título de Campeã Nacional individual da I Divisão à ginasta que obtiver o melhor somatório das classificações obtidas no total dos aparelhos do programa do respectivo escalão. Haverá lugar à atribuição do título de Campeã Nacional por Aparelho à ginasta melhor classificada em cada um dos aparelhos do respectivo escalão.
- 6.20. Os Campeonatos Nacionais da II Divisão são competições individuais e disputadas nas categorias de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores.
- 6.21. Os Campeonatos Nacionais da II Divisão são competições individuais abertos à participação a todas as ginastas dos escalões de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores da II Divisão, que tenham obtido o apuramento nos Campeonatos Distritais.
- 6.22. Os Campeonatos Nacionais da II Divisão de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código Adaptado em Vigor.
- 6.23. Nos Campeonatos Nacionais da II Divisão (todos os escalões) e nos Campeonatos Nacionais da I Divisão escalões de esperanças e juvenis as ginastas competem de acordo com as regras estabelecidas pelo Código Adaptado em vigor. No final da competição será considerada Campeã Nacional Individual a ginastas que obtiver o melhor o melhor somatório dos aparelhos do programa do escalão em causa. Serão premiadas com medalhas por aparelho as ginastas que obtiverem as 3 melhores classificações em cada um dos aparelhos do programa.
- 6.24. Os Campeonatos Nacionais Conjuntos são disputados nas categorias de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores.
- 6.25. Os Campeonatos Nacionais Conjuntos são competições de conjuntos abertos à participação de todos os conjuntos dos escalões de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores da II Divisão, que tenham participado nos Campeonatos Distritais. Os conjuntos que participem nos campeonatos Nacionais devem obrigatoriamente apresentar a mesma constituição com que participaram no Campeonato Distrital.
- 6.26. Os Campeonatos Nacionais Conjuntos de Esperanças, Juvenis, Júniores e Seniores realizam-se de acordo como programa técnico definido pelo Código Adaptado em Vigor.

- 6.27. Nos Campeonatos Nacionais de Conjuntos cada conjunto realiza duas passagens do exercício que consta do programa do respectivo escalão. A classificação final será obtida pelo somatório as notas obtidas nas duas passagens realizadas.
- 6.28. Nos Campeonatos Nacionais de Conjuntos as equipas podem ser constituídas por ginastas de dois escalões diferentes, desde que sequentes. No entanto o Conjunto competirá sempre pelo escalão da ginasta que apresente o escalão mais elevado.¹
- 6.29. Na Taça de Portugal podem competir ginastas da I ou da II divisão, dos escalões de esperanças, juvenis, juniores e/ou seniores. Cada clube apenas pode participar com uma equipa. Cada equipa pode ser composta por um mínimo de 3 e um máximo de 10 ginastas, cada uma das ginastas realizando num máximo de 4 (quatro) aparelhos e num mínimo de 1 (um) aparelho. Não são aceites ginastas suplentes. Cada equipa não pode apresentar mais do que 3 ginastas de cada escalão etário.
- 6.30. No escalão de infantis não se realizarão Campeonatos Nacionais. Contudo é possível a realização de provas distritais ou regionais desta categoria desde que o programa de competição seja previamente aprovado pela FGP.

7. GESTÃO DAS COMPETIÇÕES

- 7.1. As competições oficiais da FGP e as competições reconhecidas pela FGP pressupõem a existência de uma estrutura organizativa mínima de acordo com o que abaixo se descreve.
- 7.2. A **Direcção** da competição é constituída por uma **Directora da Competição** designado pela entidade organizadora e que deve ter conhecimentos dos Regulamentos e normativos FIG e FGP, e por uma **Directora deajuizamento** responsável, entre outras coisas, pelo controlo da actividade dos juizes da competição. A Directora de competição e a Directora deajuizamento têm que ser obrigatoriamente Juizes Internacionais com brevet válido para o ciclo olímpico em causa e serão nomeadas pela FGP directamente ou por delegação de competências noutra entidade.
- 7.3. A Direcção da competição constitui a base do **Júri Superior**, que aprecia protestos relativos às notas D (efectuados de acordo com o prescrito nos respectivos Códigos de Pontuação da FIG) ou a outros aspectos de organização da competição. É presidido pela Directora da competição e poderá integrar outros intervenientes, consoante o caso em apreciação, designadamente as juizes de Dificuldade (D1 e D2) do aparelho em causa numa questão relativa à atribuição de notas. As decisões do Júri Superior não são passíveis de recurso (vide regulamento FIG).

¹ Exemplos: um conjunto com 3 juniores e 2 seniores competirá pelo escalão sénior; um conjunto com 1 ginasta esperança e 4 juniores não poderá competir porque os escalões das ginastas não são sequentes.

7.4. A Directora da Competição coordena o apoio prestado pelo Departamento de Gestão de provas da FGP nas seguintes áreas:

- Administrar financeiramente a organização da competição;
- Propor locais adequados à realização das competições;
- Providenciar a existência de um praticável de competição e de uma zona de aquecimento adequados;

7.5. São ainda atribuições da Directora da Competição:

- Receber e verificar as inscrições;
- Elaborar as circulares com informações sobre a competição e divulgá-las aos participantes e aos órgãos de comunicação social com uma antecedência não inferior a oito dias;
- Providenciar a disponibilização de, no mínimo, um (a) assistente por júri;
- Preparar os instrumentos necessários à actividade dos (as) juízes;
- Elaborar as listas de resultados a enviar às entidades participantes;
- Convocar ou delegar noutra entidade a convocação dos (as) juízes necessários (as) à competição;
- Verificar as presenças dentro do recinto;
- Dirigir a competição;
- Dirigir o secretariado, bem como todo o pessoal auxiliar;
- Organizar e/ou proceder à distribuição dos prémios;
- Providenciar as condições necessárias à realização de controlos antidopagem;
- Contribuir positivamente para o cumprimento do programa e horário, estabelecidos para a competição;
- Reunir o Júri Superior sempre que tal se justifique;

7.6. São atribuições da Directora de ajuizamento:

- Propor a convocação dos (as) juízes necessários (as) à competição;
- Providenciar o integral cumprimento dos regulamentos e normativos em vigor;
- Preparar os instrumentos necessários à actividade das juízes;
- Dirigir as reuniões de juízes;
- Elaborar o relatório sobre a competição em modelo próprio, num prazo não superior a 30 dias a contar da data do final da competição;
- Validar os resultados da competição

7.7. O Secretariado das competições, funcionando na dependência da Directora da Competição, tem como missões o acolhimento, o protocolo, o economato e, durante e/ou após a competição, tem como funções principais as seguintes:

- Receber e verificar as credenciais dos delegados às competições;

- Verificar a validade dos cartões de filiação na FGP, dos (as) ginastas participantes, assim como dos treinadores e juízes em competição;
- Distribuir os resultados intermédios e os resultados finais da competição, devidamente validados, aos delegados dos clubes, treinadores e comunicação social;
- Anunciar ao público, durante a competição os resultados intermédios e os resultados finais da competição;
- Assegurar a existência de material de economato suficiente, designadamente material de apoio ao trabalho das juízes;
- Efectuar a locução da competição;
- Organizar as cerimónias protocolares.

7.8. Os equipamentos a apresentar pelos (as) ginastas deverão estar de acordo com o preceituado pelos códigos de pontuação da FIG, aplicando-se as penalizações aí previstas, quando tal não se verifique.

7.9. As ginastas deverão ter o emblema do clube ou entidade que representam aposto firmemente ao fato de competição de acordo com o preceituado pelos códigos de pontuação da FIG, aplicando-se as penalizações previstas no referido código, caso o mesmo não aconteça. As Ginastas pertencentes às selecções nacionais poderão usar a bandeira nacional em vez do emblema do clube.

8. COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS

8.1. Sempre que qualquer entidade, filiada ou não na FGP, pretenda convidar equipas ou ginastas estrangeiros, para participarem em competições particulares realizadas em Portugal, deverá, por intermédio da FGP, solicitar à Federação do país de origem das ginastas, as respectivas autorizações e acatar as determinações da FIG a este respeito.

8.2. Sempre que qualquer entidade, filiada na FGP, pretenda participar em competições internacionais realizadas em Portugal ou no estrangeiro, deverá, solicitar autorização à FGP com, pelo menos 30 dias de antecedência. Sempre que este procedimento não for cumprido, haverá lugar a procedimento disciplinar.

9. APARELHOS

9.1. As ginastas devem competir com os aparelhos indicados para o seu escalão etário e de acordo com o regulamento da competição em questão.

10. ORGANIZAÇÃO DOS JÚRIS

10.1. As juízes necessárias para cada competição serão convocadas pela FGP ou por entidade em quem esta delegue essa competência.

10.2. AS provas organizadas pela FGP deverão organizadas preferencialmente com júris completos.

10.3. Em caso de dificuldade na constituição de júris completos, as competições poder-se-ão realizar com 2 juízes D1, 2 juízes de D2, 2 juízes de artístico e 2 juízes de execução.

11. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

11.1. Nas competições oficiais da FGP com carácter regular são estabelecidas as seguintes classificações e atribuídos os seguintes prémios:

	Clas. por equipas	Clas. Geral individual	Clas. por aparelhos	Prémios
Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Esperanças da I Divisão	Não	Sim	Não	Geral individual – medalhas às 3 primeiras
Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Juvenis da I Divisão	Não	Sim	Não	Geral individual – medalhas às 3 primeiras
Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Juniores da I Divisão	Não	Sim	Não	Geral individual – medalhas às 3 primeiras
Prova de Qualificação para o Campeonato Nacional de Seniores da I Divisão	Não	Sim	Não	Geral individual – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Esperanças da I Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Juvenis da I Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Juniores da I Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Seniores da I Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Esperanças da II Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Juvenis da II Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Juniores da II Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Seniores da II Divisão	Não	Sim	Sim	Geral individual – medalhas às 3 primeiras Aparelhos – medalhas às 3 primeiras
Campeonato Nacional de Conjuntos de Esperanças	Sim	Não	Não	Geral de conjuntos – medalhas aos 3 primeiros
Campeonato Nacional de Conjuntos de Juvenis	Sim	Não	Não	Geral de conjuntos – medalhas aos 3 primeiros

Campeonato Nacional de Conjuntos de Juniores	Sim	Não	Não	Geral de conjuntos – medalhas aos 3 primeiros
Campeonato Nacional de Conjuntos de Seniores	Sim	Não	Não	Geral de conjuntos – medalhas aos 3 primeiros
Taça de Portugal	Sim	Não	Não	Taça às 3 primeiras equipas e medalhas às ginastas componentes