

Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

CIRCULAR Nº 0013/2014

Lisboa, 24 de janeiro de 2014

DISTRIBUIÇÃO: Associações Territoriais, Clubes de GR e Juízes

ASSUNTO: GR – Esclarecimentos e alterações ao Código de Pontuação Adaptado

Exmos. Senhores,

Para um melhor trabalho e compreensão do espírito do Código de Pontuação Adaptado de Ginástica Rítmica em vigor, e devido a algumas situações que decorreram nas últimas competições torna-se imperioso fazer algumas alterações ao Código Adaptado, bem como clarificar alguns pontos:

Passos Rítmicos

- As exigências descritas em relação aos passos rítmicos são valores mínimos obrigatórios, seguindo o espírito e a filosofia do Código Internacional. Portanto, é possível ter mais passos rítmicos nos exercícios, desde que não se ultrapasse o valor total da Dificuldade.
- Por sugestão de várias treinadoras e juízes, nos escalões de Benjamins e Infantis os passos rítmicos passam de 4 segundos, para 8 segundos, fazendo assim uma uniformização quantos aos tempos exigidos para todos os escalões.

Mestrias

Além de serem cumpridos os critérios, as mestrias devem ser elementos diferentes executados de forma diferente do habitual (non-ordinary). Nas últimas provas temos assistido a um número elevado de mestrias escritas nas folhas que não cumprem essa exigência, o que dificulta o trabalho das juízes mas também o desenvolvimento correto das ginastas.

Assim sendo, impõe-se a limitação de mestrias nos escalões mais novos na 1ª Divisão

- **Iniciadas:** até 2 mestrias escritas
- **Juvenis:** até 4 mestrias escritas

Iniciadas 1ª Divisão

- Falta o asterisco também no quadro do aparelho. Ou seja, quer em movimentos livres quer em aparelho, o valor dos elementos de rotação podem ir até 0,60.

Com os melhores cumprimentos,

A Secretária Geral

Paula Araújo

