



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

### Objetivo

Incentivar e divulgar a prática da Ginástica Artística, orientando para um trabalho de base, mantendo um intercâmbio e motivando as crianças das equipes participantes.

### Organização

A **Liga de Ginástica Artística Escolar** está sendo organizada pela **LE2** e por um grupo de profissionais especializados em Ginástica Artística, com ampla experiência no mercado, e que vem atuando nos mais diversos setores.

### Calendário 2019

**Inscrições de Escolas:** segue calendário anexo.

Reunião Geral: Apresentação da **Temporada 2019**.

### Participantes

É aberta a participação para escolas, academias e iniciação de clube.

### Inscrições

Todos os procedimentos administrativos de inscrição das escolas, professores e alunos deverão ser feitos em formulários específicos da **Liga de Esportes Escolares**.

A inscrição de alunos-atletas se dará exclusivamente por meio de pagamento de Boleto Bancário, nominal ao Colégio e como cedente a Sportif - Sports Business dentro do prazo estabelecido no **Calendário 2019** deste regulamento.

A efetivação da inscrição se dará após o envio dos documentos em data estipulada no **Calendário 2019** que seguem abaixo:

- a) Inscrição da Instituição de Ensino em formulário específico;
- b) Relação nominal de alunos participantes em formulário específico;
- c) Inscrição individual do aluno em formulário específico;
- d) Pagamento do boleto da taxa de inscrição.

A taxa de inscrição para **Temporada 2019** será de **R\$ 45,00 (Quarenta e cinco reais)** por aluno-atleta, por Etapa e por categoria.

Toda inscrição de aluno-atleta deixará claro que o mesmo foi submetido a exame médico e que se encontra em perfeito estado de saúde.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

### Categorias

A **Liga de Ginástica Artística Escolar** será disputada no feminino, na temporada 2019, nas seguintes categorias:

#### Nível 1:

Pré-Mirim	Nascidas em 11 e 12
Mirim	Nascidas em 10 e 09
Pré- Infantil	Nascidas em 08 e 07
Infantil	Nascidas em 06 e 05

#### Nível 2:

Mirim	Nascidas em 11 e 10
Pré- Infantil	Nascidas em 08 e 09
Infantil	Nascidas em 07 e 06
Juvenil	Nascidas em 05, 04...

#### Avançado:

Mirim	Nascidas em 10, 09
Infantil	Nascidas em 08, 07
Juvenil	Nascidas em 06, 05...

A **Liga de Ginástica Artística Escolar** será disputada no masculino, na temporada 2019, nas seguintes categorias:

Mirim	Nascidos em 10, 09, 08
Infantil	Nascidos em 07, 06, 05...
Avançado	Categoria única

### Categoria clubes:

Nesta categoria será permitido apenas iniciações de clubes, onde será disputada em duas categorias no feminino (Mirim e Infantil) e somente modo **Festival** em uma categoria única para o masculino.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

No masculino como será somente em caráter festival, o professor poderá escolher a opção entre a séries do nível 1 ou nível 2.

No feminino, a categoria Mirim segue regulamento idem **NÍVEL 2** e na categoria Infantil segue regulamento específico.

### Categorias:

<b>FEMININO</b>	
<b>MIRIM</b>	Nascidos em 09,10, 11
<b>INFANTIL</b>	Nascidos em 08, 07, 06,05
<b>MASCULINO</b>	Nascidos até 2005

### Competição

A **competição** será disputada no **Nível 2 e Avançado feminino** e no **Nível 1 e Avançado masculino**, sendo assim denominados:

- Nível 2: Feminino (categorias: mirim, pré-infantil, infantil e juvenil)
- Avançado Feminino (categorias Mirim, infantil e juvenil)
- Nível 1: Masculino (categorias mirim e infantil)
- Avançado masculino (categoria única)

### Festival

O **Festival** será realizado nas categorias **Baby Feminino e masculino e na categoria Nível I feminino.**

**Todos receberão medalhas de participação.**

### Premiação e Classificação

#### Competição (Nível 2 fem e nível 1 masc)

- Serão premiadas com Troféus as 3 (três)melhores entidades da categoria feminina, segundo critério de pontuação respeitando a tabela de classificação.
- Os troféus de 1º, 2º e 3º lugar serão entregues em cada etapa, considerando a somatória dos níveis II e avançado feminino e Nível 1 e avançado masculino.
- Classificação Individual geral feminino – 1º ao 10º lugar em cada nível e por categoria.
- Classificação Individual geral masculino – 1º ao 5º lugar em cada categoria.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

- A nota de solo servirá como critério de desempate.
- Todos os ginastas receberão medalha de participação.

### Tabela para a classificação por equipe:

Será feita a soma a partir do individual geral (os 05 primeiros colocados de cada nível e categoria).

Classificação	Pontos
1º	05
2º	04
3º	03
4º	02
5º	01

### Arbitragem

A banca de arbitragem será composta por árbitros da Federação Paulista de Ginástica ou Confederação Brasileira de Ginástica.

### Aparelhos

Salto: Plinto 5 gavetas com trampolim ou mini-tramp (categoria avançada, com exceção na categoria Mirim que haverá um plano alto)  
Salto: com trampolim e colchão de 80cm de altura (Nível I e II)  
Solo: uma reta de solo 8 colchões tipo sarneige.

### Séries

De acordo com o regulamento específico por nível e sexo.

### Descrição das séries

#### BABY FEM E MASC

Nesta categoria não haverá critério de avaliação. A criança se apresentará em um circuito lúdico com solo salto, recebendo a sua medalha de participação em seguida.

# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

### Formato do circuito

#### Solo:

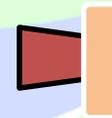
Pose inicial
Avião
Vela
Rolamento na rampa
Estrela com ou sem caixa
Pose final livre

**Salto:** salto ao apoio dos pés, sob o plinto, na posição grupada ou em afastamento lateral das pernas seguido de um salto estendido. A altura será determinada pelo professor (2 ou 3 gavetas)

Segue esquema abaixo:



NI FEMININO



#### SALTO

A ginasta terá o direito de executar dois saltos, valendo a nota do melhor salto.

	SALTO	VALOR
	Saltar no trampolim de molas e executar um rolamento para frente no colchão com altura de aproximadamente 80cm, caindo na posição de <b>canoinha</b> .	10,00 p.

#### SOLO

Série livre com elementos obrigatórios:

No	ELEMENTOS	VALOR
	Pose inicial livre	
1	Um equilíbrio facial (avião 2'')	1,00 p.
2	Vela	1,00 p.
3	Um rolamento para frente	1,50 p.
4	Um rolamento para trás	1,50 p.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

5	Uma estrela	1,50 p.
6	Um salto ginástico (galope, grupado ou tesoura)	1,00 p.
7	Parada de mãos – tesourinha	1,50 p.
8	Uma ponte partindo do solo	1,00 p.
	Pose final livre	

**OBS.:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

Nota: O professor fará a composição da série da forma que melhor lhe agradar, não sendo necessário que todas as alunas tenham séries iguais.

### NII FEMININO

#### SALTO

A ginasta terá o direito de executar dois saltos, valendo a nota do melhor salto.

	SALTO	VALOR
	Saltar no trampolim de molas e executar uma parada de mãos caindo na posição de canoinha no colchão com altura de aproximadamente 80cm.	10,00 p.

#### SOLO

**Série livre com elementos obrigatórios:**

No	ELEMENTOS	VALOR
1	Poses curtas: inicial, entre os elementos e final	0.50p
2	Um rolamento para frente (ex:unido, afastado,etc)	1.00p
3	Um rolamento para trás (ex:unido, afastado,etc)	1.00p
4	Parada de mãos	1.00p
5	Estrela	1.00p
6	Uma seqüência de dois saltos ginásticos (ex: galope, grupado, tesoura, espacate, gato, etc)	1.00p
7	Passagem de flexibilidade	1.00p
8	Vela	0.50p
9	Avião ou Y	1.00p
10	Dois Elementos livres dentre estes: ponte partindo do solo, esquadro, rodante, parada de cabeça, passagem pela parada de mãos com rolamento, reversão para frente ou para trás (obs: o terceiro elemento não será	1.00 +1.00p



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

considerado)	
--------------	--

**Obs:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

**Nota:** O professor fará a composição da série da forma que melhor lhe agradar, não sendo necessário todas as séries iguais.

**MASCULINO**  
**CATEGORIA MIRIM**

**SALTO**  
O ginasta terá o direito de executar dois saltos, valendo a nota do melhor salto.

	<b>SALTO</b>	<b>VALOR</b>
	Saltar no trampolim de molas e executar um rolamento para frente no colchão com altura de 80cm	10,00 p.

### **SOLO**

**Série livre com elementos obrigatórios:**

<b>No</b>	<b>ELEMENTOS</b>	<b>VALOR</b>
	Posição fundamental	
1	Um equilíbrio facial (avião 2'')	1,00 p.
2	Vela	1,00 p.
3	Um rolamento para frente (grupado ou afastado)	1,50 p.
4	Um rolamento para trás (grupado ou afastado)	1,50 p.
5	Uma estrela	1,50 p.
6	Um salto tesoura	1,00 p.
7	Canoinha	1,00 p.
8	Parada de mãos – tesourinha	1,50 p.
	Posição fundamental	

**OBS.:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

**Nota: O professor fará a composição da série da forma que melhor lhe agradar, não sendo necessário todas as séries iguais.**

### MASCULINO

#### CATEGORIA INFANTIL

##### SALTO

O ginasta terá o direito de executar dois saltos, valendo a nota do melhor salto.

	SALTO	VALOR
	Saltar no trampolim de molas e executar uma parada de mãos caindo na canoinha no colchão com altura de 80cm	10,00 p.

##### SOLO

**Série livre com elementos obrigatórios:**

No	ELEMENTOS	VALOR
	Posição fundamental	
1	Salto tesoura	0.50p
2	Um rolamento para frente (ex:unido, afastado,etc)	1.00p
3	Um rolamento para trás (ex:unido, afastado,etc)	1.00p
4	Parada de mãos com rolamento	1.00p
5	Salto de 360º	1.00p
6	Avião	1.00p
7	Vela	1.00p
8	Espacate livre	1.00p
9	Estrela	1.00p
10	Rodante	1,50p

**Obs:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

**Nota: O professor fará a composição da série da forma que melhor lhe agradar, não sendo necessário todas as séries iguais.**



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

### NÍVEL AVANÇADO

#### Forma de competição

Premiação e classificação:

- Classificação Individual geral – medalhas do 1º ao 10º lugar por categoria para o feminino e do 1º ao 5º lugar para o masculino.
- A nota de solo servirá como critério de desempate.
- Todos os ginastas receberão medalha de participação.

#### FEMININO

#### CATEGORIA MIRIM

#### SALTO

- ◆ Valor - 10,00
- ◆ Plinto com 5 (cinco) gavetas com minitrampolim ou trampolim e colchões

	ELEMENTO	VALOR
1	Salto Reversão caindo no plano alto em canoinha	10,00p.

Obs.: cada ginasta realizará 2 (dois) saltos, valendo a nota do melhor salto.

#### SOLO

**Elementos obrigatórios: 10,00 pontos**

Serie de solo deverá ser com música.

Tempo máximo de 1'10 (a música poderá ser a mesma para todas as ginastas)

#### Série livre com elementos obrigatórios

	ELEMENTOS	
1	Sequencia acrobática (2 elementos, ex: rodante ½ volta estrela; estrela estrela etc)	1,50p.
2	Reversão para frente pernas unidas ou afastadas ou Reversão para trás	2,00p
3	Passagem flexibilidade	1.00p
4	½ Giro de 180º sobre um dos pés	1.00p
5	Passagem de dança (dois saltos ginásticos) ligada diretamente ou com chassés e passos entre eles.	1.50p
6	Parada de mãos	1.00p
7	Rodante	1.00p



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

8	Parte artística: deve ter pelo menos 1 parte coreográfica na serie	1.00p
---	--	-------

**Obs:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

### **Atenção:**

A série deverá ser composta somente pelos elementos acima descritos com coreografia livre. A ordem de apresentação dos elementos poderá ser feita livremente.

### CATEGORIA INFANTIL E JUVENIL

#### SALTO

- ♦ Valor - 10,00 ou 8,00 p.
- ♦ Plinto com 5 (cinco) gavetas com minitrampolim ou trampolim

No	ELEMENTO	VALOR
1	Salto Reversão	10,00p.
2	Salto Afastado	8,00p.

Obs.: cada ginasta realizará 2 (dois) saltos, valendo a nota do melhor salto.

#### SOLO

**Elementos obrigatórios: 8,00 pontos**

**Acrobacia Livre: até 2,00 pontos.**

**Total: 10,00 pontos**

Serie de solo deverá ser com música.

Tempo máximo de 1'30 (a música poderá ser a mesma para todas as ginastas)

#### **Série livre com elementos obrigatórios**

Nº	Elemento	Valor
1	Seqüência acrobática (2 elementos, ex: rodante ½ volta estrela; reversão estrela; estrela estrela ;etc)	1,50p.
2	Passagem próxima ao solo	0,50p
3	Giro de 360° sobre um dos pés	1.00p
4	Passagem de dança (dois saltos ginásticos) ligada diretamente ou com chassés e passos entre eles.	1.50p



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

5	Parada de mãos	1.00p
6	Rodante	1.00p
7	Parte artística: deve ter pelo menos 2 partes coreográficas na serie	0.50
8	Sequencia mista (acrobático/ginástico) ou (ginástico /acrobático).	1,00p

	<b>Acrobácia Livre (até 2,00 pontos)</b>	<b>Valor</b>
1	Ponte para trás	0,50p.
2	Reversão para frente pernas unidas ou afastadas	1.00p
3	Flic para frente	1.50p
4	Rodante Flic	2,00p
5	Estrela sem mãos ou reversão sem mãos	2.00p
6	Mortal para frente	2.00p
7	Rodante Mortal para trás	2,00p

**Obs:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

**Atenção:**

- **Haverá um colchão gordo com trampolim no final da pista de solo para que os alunos efetuem as bonificações(opcional), somente para as categorias infantil e juvenil feminino.**
- **A série deverá ser composta somente pelos elementos acima descritos com coreografia livre. A ordem de apresentação dos elementos poderá ser feita livremente. Se forem executados elementos adicionais não serão levados em consideração, mas se houverem erros de execução serão penalizados.**

**MASCULINO**

**SALTO**



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

- ♦ Valor - 10,00 ou 8,00 p.
- ♦ Plinto com 5 (cinco) gavetas com minitramp ou trampolim

No	ELEMENTO	VALOR
1	Salto Reversão	10,00p.
2	Salto Afastado	8,00p.

Obs.: cada ginasta realizará 2 (dois) saltos, valendo a nota do melhor salto.

### SOLO

**Elementos obrigatórios: 8,00 pontos**

**Acrobacia Livre: até 2,00 pontos.**

**Total: 10,00 pontos**

No	ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS	VALOR
1	Posição fundamental, avião 2(dois) segundos retornando à posição firme.	0,50p.
2	Corrida, mergulho p/ frente, salto estendido com ½ volta, seguido de rolamento para trás, terminando com as pernas afastadas e os braços elevados.	1,00p. + 1,00p.
3	Descida ao espacato, flexionar o tronco à frente e encostar o peito no solo (sapinho) por 2(dois) segundos.	1,00p.
4	Elevar o tronco e unir as pernas marcando a posição sentada, vela, descendo à posição grupada, seguido de salto estendido terminando na posição fundamental.	1,00p.
5	Salto de 360º	0,50p.
6	Afundo , parada de mãos com rolamento.	1,00p.
7	Estrela lateral e estrela finalizando no afundo, unindo as pernas à posição fundamental.	1,00p. + 1,00p.
8	Acrobacia livre	(até) 2,00p.

<b>Acrobacia Livre: (até 2,00p.)</b>	<b>Valor</b>
Rodante	1,00p.
Rodante flic	1,50p.
Mortal para frente	1,50p.
Rodante mortal pra trás	2,00p.

Obs.: omissão: de acordo com o valor do elemento.



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

### CATEGORIA CLUBE

#### Forma de competição

Premiação e classificação:

- Classificação Individual geral – medalhas do 1º ao 10º lugar por categoria para o feminino
- A nota de solo servirá como critério de desempate.
- Todos os ginastas receberão medalha de participação.

#### INFANTIL FEMININO

#### SALTO

- ◆ Valor - 10,00 ou 8,00 p.
- ◆ Plinto com 5 (cinco) gavetas com minitrampolim ou trampolim

	ELEMENTO	VALOR
1	Salto Reversão	10,00p.
2	Salto Afastado	8,00p.

Obs.: cada ginasta realizará 2 (dois) saltos, valendo a nota do melhor salto.

#### SOLO

**Elementos obrigatórios: 10,00 pontos**

Serie de solo deverá ser com música.

Tempo máximo de 1'30 (a música poderá ser a mesma para todas as ginastas)

#### Série livre com elementos obrigatórios

	ELEMENTOS	
1	Sequencia acrobática (2 elementos, ex: rodante ½ volta estrela; estrela estrela etc)	1,50p.
2	Reversão para frente pernas unidas ou afastadas ou Reversão para trás	2,00p
3	Passagem flexibilidade	1.00p
4	½ Giro de 180° sobre um dos pés	1.00p
5	Passagem de dança (dois saltos ginásticos) ligada diretamente ou com chassés e passos entre eles.	1.50p
6	Parada de mãos	1.00p
7	Rodante	1.00p
8	Parte artística: deve ter pelo menos 1 parte coreográfica na	1.00p



# LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR - LGE 2019

## REGULAMENTO ESPECÍFICO

	serie	
--	-------	--

**Obs:** Omissão: de acordo com o valor do elemento.

**Atenção:**

A série deverá ser composta somente pelos elementos acima descritos com coreografia livre. A ordem de apresentação dos elementos poderá ser feita livremente.

