



**Jogos da  
Juventude**

# **REGULAMENTO ESPECÍFICO**

## **GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA**

**JOGOS DA JUVENTUDE 2024**

*Desenvolvendo Campeões*



## Sumário

CAPÍTULO I – DAS REGRAS GERAIS E DA PARTICIPAÇÃO .....	3
CAPÍTULO II – DAS REGRAS DE COMPETIÇÃO.....	3
PROGRAMA COMPETITIVO.....	3
SALTO SOBRE A MESA .....	5
PARALELAS ASSIMÉTRICAS.....	5
TRAVE DE EQUILÍBRIO.....	9
SOLO.....	12
CAPÍTULO III – DOS UNIFORMES.....	15
CAPÍTULO IV – DA REUNIÃO TÉCNICA.....	15
CAPÍTULO V – DAS DISPOSIÇÕES GERAIS .....	15

## CAPÍTULO I – DAS REGRAS GERAIS E DA PARTICIPAÇÃO

**Art. 1º.** A competição de ginástica artística feminina será realizada de acordo com as regras oficiais da *Fédération Internationale de Gymnastique* (FIG), adotadas pela Confederação Brasileira de Ginástica, salvo o estabelecido neste regulamento.

**Art. 2º.** Cada unidade da federação poderá inscrever até 2 (dois) atletas e 1 (um) treinador(a).

**Art. 3º.** A atleta deverá comparecer ao local da competição com antecedência e devidamente uniformizada. Para ter condição de participação, antes do início da competição, deverá apresentar sua credencial à equipe de arbitragem e estar acompanhada por seu treinador(a) (também portando sua credencial), salvo quando o mesmo já se encontra acompanhando outro atleta em competição.

## CAPÍTULO II – DAS REGRAS DE COMPETIÇÃO

**Art. 4º.** A competição de Ginástica Artística feminina obedecerá às regras apresentadas na tabela a seguir:

**Tabela 1: Regras e Sistema de Competição**

CATEGORIA JUVENIL	
13 a 15 anos (Nascidas 2009, 2010, 2011)	
Competição Classificatória, individual geral e equipes	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Programa Nacional (PN) Obrigatório do Campeonato Brasileiro. Exceto salto sobre a mesa – PN para Juvenil</li> </ul>
Competição finais por aparelhos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PN para Juvenil</li> </ul>
Aparelhos	Salto sobre a mesa, Paralelas Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo
PROGRAMA COMPETITIVO	
Informações gerais	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Séries obrigatórias do PN do CB nas Paralelas Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo. Salto sobre a mesa livre conforme regra do PN para Juvenil</li> <li>▪ A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.</li> <li>▪ O treinador(a) deverá informar aos árbitros o nível que a ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado.</li> <li>▪ Quando a ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.</li> <li>▪ Quando a ginasta acrescentar qualquer movimento será penalizada em 0,50 p.</li> <li>▪ Todas as informações estão descritas no programa específico.</li> <li>▪ Penalizações de acordo com caderno de deduções da CBG e CP da FIG.</li> </ul>



PROGRAMA LIVRE FIG		
<b>Regras</b>	<b>Regra PN para a categoria JUVENIL</b>	
<b>Informações gerais</b>	Aplica-se o Sistema de Bonificações do programa nacional e CP.	
<b>Sistema de competição</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Composição da equipe 2 ginastas</b></li> <li>▪ <b>02 ginastas podem competir</b></li> <li>▪ <b>02 notas válidas</b></li> </ul>	
<b>Resultado Individual Geral</b>	Soma dos 04 aparelhos da competição obrigatória	
<b>Resultado por Equipes</b>	Somatória das duas ginastas da equipe nos 04 aparelhos da competição obrigatória	
<b>Regra para classificação para finais por aparelhos</b>	Máximo 06 melhores em cada aparelho Máximo de 01 ginasta por estado	
PREMIAÇÃO		
<b>Por equipes</b>	Medalhas 1º ao 3º lugar para ginastas	
<b>Individual Geral 13 a 15 anos</b>	Medalhas 1º ao 3º lugar para ginastas	
<b>Por aparelhos 13 a 15 anos</b>	Medalhas 1º ao 3º lugar para ginastas	
PROGRAMAÇÃO		
<b>1º dia</b>	Treinamento oficial e Congresso Técnico	
<b>2º dia</b>	Competição Obrigatória	
<b>3º dia</b>	Competição Livre – Finais por aparelhos	
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
<b>Aparelhos</b>	<b>Medidas</b>	<b>Colchões de segurança</b>
<b>Salto</b>	FIG	FIG (opcional colchão extra de 5 cm)
<b>Paralelas Assimétricas</b>		FIG (opcional colchão extra de 5 cm)
<b>Trave de Equilíbrio</b>		FIG (opcional colchão extra de 5 cm)
<b>Solo</b>		FIG



### SALTO SOBRE A MESA

	Altura da Mesa: 1,25 m	2 saltos Diferentes	NF = Média dos dois saltos
		Nota D = Código de Pontuação	NE = 10.00p
	<b>BONIFICAÇÕES</b> <b>OBS: Somente serão atribuídas sem queda</b>	<p>Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 180 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.10p na média final</u></p> <p>Saltos do mesmo grupo, sendo um com no mínimo 360 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.20p na média final</u></p> <p>Saltos de grupos diferentes ambos com mortal. E mortais de diferentes direções (frente e trás) <u>+0.20p na média final</u></p> <p><b>Saltos de grupos diferentes, sendo um com no mínimo 360 ° sobre o EL no segundo voo, ambos com mortal. <u>+0.30p na média final</u></b></p> <p>Salto com mortal Cravado <u>+0.10p no salto executado.</u></p>	

### PARALELAS ASSIMÉTRICAS

Nível 1			
	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.00p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	3.	Giro de quadril para trás (2.105)	0.30p
	4.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.30p
	5.	A partir do impulso à suspensão para BS, ½ giro gigante para trás ao apoio facial (oitavão)	0.30p
	6.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
	7.	Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	0.30p

Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
	2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + Kipe ao apoio facial BI (1.101).	0.40p
	3.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas+ Giro Facial Livre para trás.	0.50p
	4.	Kipe ao apoio facial BI (1.101).	0.40p
	5.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.40p
6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104).	0.40p	



# Jogos da Juventude

	7.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.30p
	8.	½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão).	0.40p
	9.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas + saída de Mortal para trás (6.104).	0,80p

OBS: Impulsos para trás dos itens 2, 3 e 9 se não atingirem a altura mínima perderão somente em execução.


Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas.	0.60p
	3.	Giro Facial Livre para trás a 90°+ kipe ao apoio facial (1.101)	0.70p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás grupado impulso à suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 45° (de 45° à vertical) com pernas unidas	0.60p
	7.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	8.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p

Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas.	0,60
	3.	Giro de sola para trás carpado (5.108) /sem tirar o pé da barra	0.80p
	4.	Giro de sola para trás grupado ou carpado impulso a suspensão para BS	0.40p
	6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	7.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas.	0,60
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	9.	Giro Gigante para trás (3.201)	1.00p
	10.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p

Nível 5			
---------	--	--	--


*Desenvolvendo Campeões*



	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.30p
	2.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas (2.201).	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) no mínimo a 45° (de 45° à vertical) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1,20p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão para BS	0.70p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.30p
	6.	Impulso para trás no mínimo a 30° (de 30° à vertical) com pernas unidas (2.201).	0.80p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 45° (de 45° à vertical).	0,90p
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
	9.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	1.00p

**OBS1: Impulsos para trás do item 4 se não atingir a altura mínima perderá somente em execução.**

OBS2: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe.

Nível 6			
		Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.20p
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
	3.	Giro circular próximo a barra no mínimo a 30° (de 30° à vertical) (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.90p
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 45° (de 45° à vertical) + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	0.50p
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.20p
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	0.80p
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, no mínimo a 30° (de 30° à vertical)	0.70p
	8.	Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° (de 30° à vertical) a tomada dorsal	1.00p
	9.	Balanço a frente com ½ giro no EL mínimo a 30° (de 30° à vertical) a tomada dorsal	1.00p
	10.	Giro Gigante para trás (3.201)	1,00p
11.	Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	0.90p	

OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe



Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
		Nota E: 8.00 pontos	
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	
	2.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2,101)	
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Kipe ao apoio facial BI (1.101)	
	4.	Impulso para trás com pernas unidas no mínimo a 30° (de 30° à vertical) + Giro de sola para trás carpado (5.108) e impulso a suspensão na BS	
	5.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	
	6.	Impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	
	7.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3 no mínimo a 30°(de 30° à vertical)	
	8.	Giro Gigante para trás (3.201)	
	9.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	
	10.	Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas ou afastadas e ½ giro no EL (3.206)	
	11.	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	

OBS: RC# 3 (4.304/5.308) e 4 (5.108) poderão ser diretamente ligados sem o kipe

Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
		Nota E: 8.00 pontos	
	1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2,101)	
	2.	Kipe ao apoio facial BI (1.101) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	
	3.	Giro circular próximo a barra a parada de mãos (4.304/5.308) + Giro de sola para trás carpado (5.108) * e impulso a suspensão na BS	
	4.	Kipe ao apoio facial BS (1.104) + impulso para trás a parada de mãos com pernas unidas (2.201) ou afastadas (2.101)	
	5.	Um segundo giro circular próximo a barra diferente do RC #3, a parada de mãos	
	6.	Giro gigante para trás com ½ giro no EL a tomada palmar (3.201)	
	7.	Giro gigante para frente com pernas unidas (3.206) Ou Giro gigante para frente com pernas unidas e ½ giro no EL (3.206)	
	8.	Saída de Mortal para frente estendido (6.108) Ou Saída de Mortal para trás estendido (6.104)	


Caso seja inserido um kipe no item3 - dedução neutra de 0,50 - inclusão de elemento.


Obs: Se for executado impulso a PM (2.201) nos itens (1, 2 e 4), a ginasta receberá uma bonificação de +0,20 na ND.






## TRAVE DE EQUILÍBRIO


Nível 1			
	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos
	1.	Entrada livre (menos passagem de perna sobre a trave)	Sem valor
	2.	Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2" sobre um dos pés na ½ ponta-perna livre na posição de Passé - unir os pés em 3ª posição de ballet e giro de 180° sobre os dois pés com joelhos estendidos	0.60p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião: (4.102) 2"	0.60p
	4.	Parada de mãos 1" (4.103) (É necessário unir as pernas na linha vertical ângulo mínimo aceitável 45° até vertical)	0.60p
	5.	Jump: Salto Grupado	0.60p
	6.	Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendido na ponta da trave (Preparação para o mortal de frente)	0.60p


Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição longitudinal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés	0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de Passé-finalizar com os dois pés em ½ ponta sustentando 2"	0.50p
	3.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102) + Parada de mãos 1" (4.103) (em afastamento anteroposterior de pernas 180°)	0.60p
	4.	Estrela/Roda (4.107)	0.60p
	5.	Leap:- Salto galope (2.110)	0.40p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou salto Wolf (2.112)	0.70p
	7.	Saída: Mortal para frente grupado (6.102)	0.70p

Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição transversal ao aparelho) com impulso simultâneo dos pés	0.50p
	2.	Giro de 180° sobre um dos pés + giro de 180° sobre os dois pés	0.80p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109)	0.80p
	4.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102) + Parada de mãos (4.103) (em afastamento anteroposterior de pernas 180°) 2"	0.80p
	5.	Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)	0.80p
	6.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou salto Wolf (2.112)	0.50p





7.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + salto estendido.	0.80p
----	--	-------

Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho) Obs: não é necessário manter 2"	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109) <b>Iniciar e finalizar com perna livre a 90°</b>	0.60p
	4.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos iguais em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101)	0.80p
	5.	Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.00p
	6.	Reversão Lenta para frente/Ponte para frente (4.108) OBS: <b>Passagem pelo Arabesque no início é opcional</b>	0.70p
	7.	Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) ou <b>salto Wolf</b> (2.112)	0.50p
	8.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + mortal de costas grupado (6.104)	0.90p


Nível 5			
	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Entrada: Elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: <b>Iniciando com perna livre a 90°</b> Ponte para trás (na parada de mãos mostrar grande afastamento anteroposterior das pernas 2") (4.109) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + Ponte para frente (4.108)	0.50p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101) + Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) /sissone (2.108) <b>ou salto</b> Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305)	1.00p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas grupado (6.104)	1.50p




<b>Nível 6</b>			
	<b>Nº</b>	<b>Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 16 pontos</b>
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição transversal ao aparelho)	1.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	2.00p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) - Não é necessário finalizar com sustentação da perna.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (2.101) + Jump: Salto em grande afastamento anteroposterior das pernas (2.202) / lateral (2.203) / sissone (2.108) ou Wolf (2.112)	1.00p
	6.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas -180° - Salto longo com troca de pernas (2.305)	1.00p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p


<b>Nível 7</b>			
	<b>Nº</b>	<b>Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos</b>	<b>Nota máxima: 17 pontos</b>
	1.	Entrada: Do esquadro afastado elevação à parada de mãos na força 2", com finalização livre (1.210) (posição longitudinal ao aparelho)	1.50p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Parada de mãos 2" (4.103) posição de pernas livre + Flic Flac (5.204) ou (5.202) + Flic Flac (5.204) ou (5.202)	1.50p
	4.	Equilíbrio facial: Avião 2" (4.102) + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente (4.108) finalizar com perna na horizontal 1' no mínimo.	1.00p
	5.	Ligação de dança: Leap: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° - Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101).OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	1.50p
	6.	Um salto Jump com início e fim na posição transversal ao aparelho.	1.00p
	7.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com envolvimento de todas as partes do corpo	0.50p
	8.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p



Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Entrada: Do esquadro afastado, elevação à parada de mãos na força 2" + parada de mãos em grande afastamento anteroposterior das pernas 2" (4.103) + ponte para frente finalizar com perna livre a 90° 2" no mínimo. (4.108), posição longitudinal ao aparelho.	2.00p
	2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.50p
	3.	Sequência Acrobática: Iniciando com perna livre a 90° 2" Ponte para trás (4.109) + Flic Flac (5.204) + Flic Flac (5.202 ou 5.204)	2.50p
	4.	Ligação de dança: Leap: Dois saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (2.305) + Salto longo (2.101). OBS: Pode ser feito em qualquer ordem.	1.50p
	5.	Um salto Jump com grande afastamento anteroposterior ou lateral de pernas com início e fim na posição transversal ao aparelho.	1.50p
	6.	Passagem coreográfica lateral criativa e dinâmica com no mínimo dois passos de deslocamento, com movimentos variados	0.50p
	7.	Saída: Rodante (5.208) + mortal de costas estendido (6.104)	1.50p


## SOLO


Nível 1			
	Nº	Nota D: 3.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 11 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	0.80p
	2.	Mortal para frente grupado (4.101)	0.50p
	3.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105)	0.50p
	4.	Leap: Salto com grande afastamento anteroposterior das pernas (1.101)	0.40p
	5.	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0.40p
	6.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p


Nível 2			
	Nº	Nota D: 4.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 12 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1.00p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105) + reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + salto estendido	0.60p
	3.	Estrela sem mãos (4.104)	0.60p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180° (1.101 + 1.101)	0.50p
	5.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p
	6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.40p
	7.	Mortal para frente grupado (4.101)	0.50p

OBS: Poderão ser ligados os itens 2 e 7.





Nível 3			
	Nº	Nota D: 5.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 13 pontos
	1.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + salto estendido	1,00p
	2.	Giro mínimo 360° sobre um pé	0.40p
	3.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	0,90p
	4.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.40p
	5.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	0.80p
	6.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1,50p


Nível 4			
	Nº	Nota D: 6.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 14 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado (5.101)	1.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente (3.105) + salto estendido	1.20p
	3.	Rodante (3.106) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + Flic Flac (3.107) + Salto estendido	0.80p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto longo (1.101)	0.50p
	5.	Giro mínimo 360° sobre um pé	0.60p
	6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou anteroposterior das pernas (1.107/1.109)	0.60p
7.	Hop: Salto Fouetté com recepção em arabesque, perna livre na horizontal, não é necessário parar no arabesque (1.112)	0.80p	

Nível 5			
	Nº	Nota D: 7.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 15 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás grupado abrindo (5.101)	1,50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + flic para frente (3.105) + mortal grupado para frente (4.101)	1,20p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic Flac (3.107) + Salto estendido	1.50p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, sendo um com grande afastamento Anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + salto livre com valor mínimo B	0.60p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.60p
7.	Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.00p	



Nível 6			
	Nº	Nota D: 8.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 16 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido (5.101)	1.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal grupado para frente (4.101) + mortal grupado para frente (4.101)	1.50p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101)	2.00p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.60p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.60p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.80p

Nível 7			
	Nº	Nota D: 9.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 17 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com ½ giro (5.201)	2.00p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal grupado para frente (4.101)	2.50p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + salto estendido	2.00p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes com grande afastamento anteroposterior das pernas -180°- Salto longo com troca de pernas (1.205) + Hop: Salto Fouetté com troca de pernas e grande afastamento anteroposterior (1.202), recepção em uma ou duas pernas	1.50p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p

Nível 8			
	Nº	Nota D: 10.00 pontos Nota E: 8.00 pontos	Nota máxima: 18 pontos
	1.	Rodante (3.106), Flic Flac (3.107), mortal para trás estendido com 360° giro (5.201)	2.50p
	2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105) + mortal estendido para frente (4.202) + mortal estendido para frente (4.202)	2.00p
	3.	Rodante (3.106) + Flic sem mãos (5.104) + Flic sem mãos (5.104) + mortal para trás grupado (5.101)	2.50p
	4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos diferentes, ambos com grande afastamento anteroposterior das pernas 180°. Um deles com valor mínimo C.	2.00p
	5.	Giro sobre um dos pés valor mínimo B	0.50p
	6.	Jump: Salto com afastamento lateral ou anteroposterior das pernas e 180° de giro (1.207)	0.50p



## **ESCLARECIMENTOS**

As falhas específicas do PN, encontram-se descritas no caderno de deduções do PN da CBG e no código de pontuação. Toda e qualquer outra falha será avaliada através das tabelas de falhas gerais, apresentação artística ou descontos específicos de cada aparelho, encontrados no CP.

Vale ressaltar, que a qualidade de execução deverá ser o ponto principal na estratégia do treinador para a seleção dos níveis a serem apresentados, visto que a diferença de VD entre cada um é apenas um ponto. Casos omissos para todos os aparelhos serão decididos no ato da apresentação da ginasta pelo painel D junto à direção da Competição.

## **DEDUÇÕES ESPECÍFICAS PARA SÉRIES LIVRES**

### **EXERCÍCIO CURTO:**

Paralela Assimétrica, Trave e Solo

Dedução neutra – DN

5 elementos – 1,00p

4 elementos – 2,00p

3 elementos – 3,00p

2 elementos ou menos – 4,00

## **CAPÍTULO III – DOS UNIFORMES**

**Art. 5º.** O atleta deverá comparecer ao local de competição devidamente uniformizado, conforme as regras da modalidade.

**Art. 6º.** Os atletas deverão estar uniformizados de acordo com as Regras da FIG. Atletas com uniformes fora do padrão serão penalizados conforme o Código de pontuação.

**Art. 7º.** Em todas as provas, os atletas devem usar um uniforme que esteja limpo e possa ser utilizado de modo a não sofrer objeções.

## **CAPÍTULO IV – DA REUNIÃO TÉCNICA**

**Art. 8º.** Os representantes das equipes participantes deverão comparecer à Reunião Técnica da modalidade, que tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição, tais como: normas gerais, confirmação ou ratificação de inscrições (se aplicável), além de outros assuntos correlatos.

## **CAPÍTULO V – DAS DISPOSIÇÕES GERAIS**

**Art. 10.** Toda e qualquer solicitação de substituição de atletas inscritos na competição e categorias deverá obedecer ao Regulamento Geral.

**Parágrafo único:** São proibidas substituições após a reunião técnica, somente exclusões.



**Art. 11.** Nas hipóteses de conflito entre o Regulamento Geral dos Jogos da Juventude e este Regulamento Específico, prevalecerá o Regulamento Específico da modalidade.

**Art. 12.** Casos omissos e situações excepcionais de caráter técnico serão decididas pelo Comitê Organizador dos Jogos da Juventude, com o suporte do coordenador da respectiva modalidade.