

JOGOS REGIONAIS E JOGOS ABERTOS DO INTERIOR
"HORÁCIO BABY BARIONE" - 2025
Regulamento Específico da Ginástica Rítmica

Tempo Regulamentar para as Provas:

Conjunto - **2'15" a 2'30"**








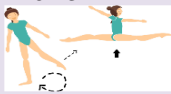




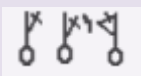
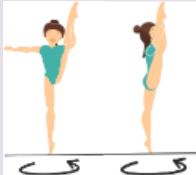


Trio - **1'45" a 2'00"**

Individual - **1'15" a 1'30"**









CATEGORIA ATÉ 14 ANOS (2015, 2014...2011)

- Prova: **CONJUNTO: 5 MÃOS LIVRES (ML)**








Exigência DB	
Dificuldades Corporais – Valor máx. de 0,60 Mínimo 3 – Máximo 6	
<p>DB (Dificuldades Corporais)</p> <p>Saltos  Min.1</p> <p>Equilíbrios  Min.1</p> <p>Rotações  Min. 1</p>	<p style="text-align: center;">DB (obrigatórias)</p> <p>- Salto Espacato com coluna ou "Bouclé"</p> <p>Símbolo:   </p> <p>Ou</p> <p>- Salto "jeté en tournant"</p> <p>Símbolo  </p> <hr/> <p>- Equilíbrio "Grant écart" sem ajuda (se manter por 2 segundos, pé plano)</p> <p>Símbolo:  </p> <p>Ou</p> <p>- Equilíbrio "Bouclé"</p> <p>Símbolo:  </p> <hr/> <p>- Rotação, mínimo 360°, posição "Grand écart" a frente ou lateral ou bouclé com ajuda</p> <p>Símbolo:    </p>
Valor máximo da BD 0,60 pts + 3 DB livre escolha	

SECRETARIA DE ESPORTES
COORDENADORIA DE ESPORTES E LAZER
DIVISÃO DE ESPORTES

W	Mínimo 2 Valor: 0,10 pontos cada, para a execução correta		
Elemento Específico obrigatório	<p>"Passé" ao lado an dehor 720° A preparação inicia na 5ª posição em relevê, seguido de 4ª posição relevê, demi pliê e giro an dehor</p> <p style="text-align: center;">   </p> <p>Símbolo:   Valor: 0,20 pontos para a execução correta</p>		
Rotação	<p>- 2 chainés consecutivos</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>Símbolo:  Valor: 0,20 pontos para a execução correta.</p>		
Exigência DA			
Isolado 	<p>02 elementos pré-acrobáticos isolados à livre escolha (diferentes das Colaborações) Obs: Rotações dos grupos de 2 a 13 enunciados no CoP.</p> <p>0,10 para cada pré-acrobático isolado</p>		
Séries 	<p>Série: 1 combinação de 2 reversões para a frente alternando as pernas com um passo intermediário; OU 2 estrelas alternando as pernas com um passo intermediário. Braços ao lado da orelha durante a execução. O terceiro pré-acrobático é de livre escolha e pode ser antes ou depois das reversões/estrela. O terceiro Pré-acrobático deve ser diferente dos isolados. Valor: 0,30 pontos para a execução correta.</p>		
DC	Min. 06 – Máx. 10 (na ordem de execução)	CC	Min. 3
		CR	Min. 3

❖ **TRIO: 3**  **(FITAS)**

Exigências DB			
Dificuldades Corporais – Valor máx. de 0,60 Mínimo 3 – Máximo 6 (DB e DE)			
DB (Dificuldades Corporais)		DE (dificuldade de Troca) Mínimo 2 - (Valor máximo 0,60)	
Salto 	Min. 1	1 Dificuldade de livre escolha DB ou DE	
Equilíbrios 	Min. 1		
Rotações 	Min. 1		
W	Mínimo 2 Valor: 0,10 pontos cada, para a execução correta		

Exigência DA			
DC (dificuldade de colaboração)	Min. 03 – Máx. 08 (na ordem de execução)	CC	Min. 1
		CR	Min. 1
		 e/ou 	Min.1 (isolado)

Observações:

As orientações para Conjunto e Trios a seguir estão no Regulamento, Campeonato brasileiro de GR “Ilona Peuker” – CBG:

DIFICULDADES OBRIGATÓRIAS – CATEGORIA INFANTIL

- O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do COP.
- No exercício Mãos Livres, o conjunto deverá apresentar as dificuldades obrigatórias dentro do seu exercício.
Penalidade: 0,30 por cada dificuldade corporal obrigatória ausente.
- As dificuldades obrigatórias devem ser executadas simultaneamente pelas 5 ginastas.
Caso não seja executada simultaneamente, a dificuldade será válida com uma **penalização** de 0,30 ptos.

DIFICULDADES DE LIVRE ESCOLHA

O valor base máximo do DB corresponde à categoria Infantil é de 0,60 pontos. Se um conjunto/trio apresentar uma dificuldade maior que este valor, a dificuldade não será avaliada e terá penalização de 0,30 pontos.

VALIDAÇÃO DAS DIFICULDADES CORPORAIS

As dificuldades serão válidas se:

- Executadas de acordo com os requisitos descritos nas tabelas de dificuldade. No caso das dificuldades obrigatórias, as mesmas devem seguir os requisitos descritos nesse regulamento. Pode se tolerar os desvios da forma (execução), listados no CoP.
- No exercício de mãos livres, as dificuldades de equilíbrio obrigatórias devem ser mantidas por 2 segundos. Os equilíbrios mantidos somente por 1 segundo não serão válidos como DB, mas terão penalização da execução técnica por forma não mantida.
- Na categoria Infantil, os pivots fouettes serão avaliados até o máximo de 0,60 pt.
- A DB deve ser executada por todas as 5 ginastas (3 no trio) para ser válido. As dificuldades não serão válidas se não forem realizadas pelas 5 ginastas (3 no trio) por um erro de composição ou falha técnica de uma ou mais ginastas.

DIFICULDADES DE TROCA

Para validar uma troca de aparelhos todas as ginastas devem participar das seguintes ações:

- Lançar o seu próprio aparelho a uma companheira;
- Receber o aparelho de uma companheira.

- Apenas as trocas com lançamentos altos e/ou longos são válidas. Uma Troca que não é alta nem longa, não é válida.

SECRETARIA DE ESPORTES
COORDENADORIA DE ESPORTES E LAZER
DIVISÃO DE ESPORTES

- A altura requerida para considerar um lançamento alto é mais de duas vezes a altura da ginasta;
- Para a categoria Infantil os lançamentos longos são determinados pela distância de no mínimo 6 (seis) metros entre as ginastas. A distância de 6 metros deve ser entre aquelas ginastas que estão trocando os aparelhos entre si, no momento do lançamento e/ou no momento da recuperação
- Os valores e critérios das trocas seguem o COP.
- Se um conjunto/trio executa critérios adicionais com valor superior ao permitido, serão avaliados até o valor máximo (não se penaliza)

ONDA CORPORAL

- Onda obrigatória livre
- Não é possível executar a onda corporal obrigatória conectada a dificuldades corporais (DB) nem a dificuldades de troca (DE)
- Avaliação da Onda (W): As ondas devem ser executadas pelas 5 ginastas (3 nos trios) para que sejam válidas, das seguintes formas:
 - Simultaneamente ou em rápida sucessão;
 - Deve executar-se um único tipo de onda.
- Um exercício com menos de 1 Onda Corporal obrigatória será penalizado em 0.30 pela ausência.

ELEMENTOS PRÉ-ACROBÁTICOS (6)

Os elementos pré-acrobáticos podem se apresentar isolados ou combinados.

- Estes elementos se contabilizarão em ordem de execução
- Penalização: 0,30 pts por cada pré-acrobático/combinado ausente
- É possível executar o mesmo grupo de elemento pré-acrobático isolados, uma vez no DE ou R.

CATEGORIA	Nº DE PRÉ-ACROBÁTICOS ISOLADOS	VALOR
INFANTIL	2 6 (2 grupos diferentes)	0,10 ptos cada um

- Não é possível executar elementos pré-acrobáticos obrigatórios conectados com as dificuldades corporais (DB). Se um elemento pré-acrobático estiver conectado a uma DB, o elemento pré-acrobático não será avaliado, não se penaliza.
- Os elementos pré-acrobáticos obrigatórios devem ser executados pelas 5 ginastas para que ser válido. Deve ser o mesmo elemento para as 5 ginastas e pode executar-se simultaneamente ou em rápida sucessão.
- Pré-acrobáticos Combinados (Exercício ML)
 - A combinação deve seguir a exigência do regulamento.
- A série de pré-acrobáticos segue a regra dos R para os conjuntos.

ELEMENTOS DINÂMICOS DE ROTAÇÃO (R)

- Definição: uma combinação de um lançamento alto, 2 ou mais elementos dinâmicos com rotação e uma recuperação do aparelho + critérios livres
- É possível executar o mesmo grupo de elemento pré-acrobático isolados, uma vez no DE ou R.

DIFICULDADE COM COLABORAÇÃO

- Se um conjunto/trio realizam, mas do que a quantidade de DC permitida, não se conta e não se penaliza

TIPOS DE COLABORAÇÕES

SECRETARIA DE ESPORTES
COORDENADORIA DE ESPORTES E LAZER
DIVISÃO DE ESPORTES

BASE	DESCRIÇÃO
0,20	
CR	Colaboração com lançamento alto do aparelho, Rotação dinâmica do corpo durante o voo do aparelho
CC	Colaboração sem lançamentos altos ou longos do aparelho
c↗	Colaboração com lançamentos de múltiplos aparelhos
c↕	Colaboração com recepções de múltiplos aparelhos

- É possível executar DCs em subgrupos, com a condição que durante sua execução se veja uma mesma imagem (os subgrupos realizem o mesmo movimento). Se a posição das ginastas ou as rotações são diferentes, em algum momento da colaboração os subgrupos devem estar conectados entre si (diretamente ou por meio dos aparelhos).
- O mesmo acrobático pode ser usado uma vez na CC e outra vez na CR;
- A definição dos tipos de colaboração segue a descrição das tabelas do COP.

ATENÇÃO: Nos exercícios de **mãos livres**, categoria infantil:

- a CC deve ser realizada sem pré-acrobático ou rotações verticais
- a CC deve ter passagens por dentro/por cima/ ou através para serem válidas
- As "**séries**" como critério para a CR, só podem ser realizadas um máximo de **2 vezes**.

ARTÍSTICO

PASSOS DE DANÇA

- Cada composição deve ter no mínimo 3 passos de dança. Cada ausência será penalizada em 0,30 pts cada vez

TIPOS DE TRABALHO COLETIVO

Nos exercícios mãos livres cada composição deve apresentar no mínimo 2 tipos de trabalho coletivo

- 2 sincronizações
 - 2 contrastes
 - 2 corais
 - 2 rápidas sucessões ("canon")

Penalização pelo árbitro de artístico por ausência de trabalho coletivo cada vez 0,30 pts












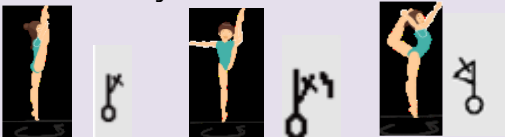




Observação: Nos exercícios de mãos livres será utilizada a tabela de faltas artísticas da Confederação Brasileira de Ginástica.

EXECUÇÃO



- A nota final de execução: partirá de 10 pontos, conforme o COP.






❖ **Individual: Mãos Livres**

Exigências	
Dificuldades Corporais – Valor máx. de 0,60 Mínimo 3 – Máximo 6 de valor mais alto	
DB (Dificuldades Corporais)	DB (obrigatórias)
Saltos  Min.1	- Salto Espacate  Símbolo:  OU - Salto "Jeté em tournant"  Símbolo: 
Equilíbrios  Min.1	- Equilíbrio "Grant écart"  Símbolo:  OU- Equilíbrio "Boucle"  Símbolo: 
Rotações  Min. 1	- Rotação, mínimo 360°, posição "Grant écart" (frente, lateral) ou "Boucle", todos com ajuda.  OU - Pivô "em Passé", mínimo de 360° (perna flexionada a frente ou lateral) 
+ 1 DB de base livre (1 com valor 0,60 máximo e 1 com valor livre)	
W	Livre
Elemento Específico obrigatório	"Passé" ao lado an dehor 720° A preparação inicia na 5ª posição em relevê, seguido de 4ª posição relevê, demi pliê e giro an dehor  Símbolo:  Valor: 0,10 pontos para a execução correta
Exigência DA	
Isolado 	- 02 elementos pré-acrobáticos isolados e diferentes, livre escolha (diferentes das Colaborações) Obs: Rotações dos grupos de 1 a 13 enunciados no CoP. Valor: 0,10 para cada pré-acrobático isolado

SECRETARIA DE ESPORTES
COORDENADORIA DE ESPORTES E LAZER
DIVISÃO DE ESPORTES

Séries 	<p>Série: 1 combinação de 2 reversões para a frente alternando as pernas com um passo intermediário; OU 2 estrelas alternando as pernas com um passo intermediário. Braços ao lado da orelha durante a execução. O terceiro pré-acrobático é de livre escolha e pode ser antes ou depois das reversões/estrela. O terceiro Pré-acrobático deve ser diferente dos isolados. Valor: 0,30 pontos para a execução correta.</p>
Rotações	<p>- 2 chainés consecutivos</p> <p style="text-align: center;">  Símbolo: </p> <p>Valor: 0,20 pontos para a execução correta.</p>





❖ **Individual: BOLA** 

Exigências	
Dificuldades Corporais – até valor de 0,60 Mínimo 3 – Máximo 6 (de valor mais alto)	
Dificuldades Corporais (mínimo 1 de cada grupo corporal	
Saltos 	Equilíbrios 
	Rotações 
R	<p>1 R com 2 chainé + critérios livres 1 R com 2 rotações diferentes do chainé + critérios livres</p>
Exigências DA	
Mínimo 1 – Máximo 10 (em ordem de execução)	
Máximo 2 DAs coordenadas com pré-acrobático (sem penalidade, apenas não serão avaliadas mais de 2 DA com pré-acrobático)	
Bola	<p>Elementos fundamentais do aparelho obrigatórios:</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 rolamentos em 2 segmentos 1 movimento em oito 1 série de quicadas rítmicas





Observação: a ausência dos elementos obrigatórios, citados neste regulamento, terá uma despontuação de **0,30 pontos** da nota final da banca de arbitragem em questão (DB/DA/DC).

CATEGORIA LIVRE (a partir de 10 ANOS: 2015, 2014,2013...)

- Prova: **CONJUNTO: 5**  (ARCOS);





Exigências DB			
Dificuldades Corporais Mínimo 3 – Máximo 6			
DB (Dificuldades Corporais)			DT (dificuldade de Troca)
Saltos		Min.1	Mínimo 3
Equilíbrios		Min.1	
Rotações		Min. 1	
W	2 Ondas totais à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada (para a execução correta)		
R	Máximo 1 (opcional)		
Exigências DA			
DC	Min. 6 – Máx. 10 (na ordem de execução)	CC	Min. 2
			Min. 2 isolados (1 de cada tipo)
		CR	Min. 2

❖ **TRIO: 3**  (ARCO)

Exigências DB			
Dificuldades Corporais – Mínimo 3 – Máximo 6			
DB (Dificuldades Corporais)			DE (dificuldade de Troca)
Saltos		Min.1	Mínimo 3
Equilíbrios		Min.1	
Rotações		Min. 1	
R	1 R no Máx.		
Exigência DA			
Mínimo 6 – Máximo 10			
Dificuldade de Colaboração	CC	Mínimo 2	
	CR	Mínimo 2	
DC		Mínimo 2 (isolados/ um de cada)	

SECRETARIA DE ESPORTES
 COORDENADORIA DE ESPORTES E LAZER
 DIVISÃO DE ESPORTES

- Prova Individual - **BOLA** , **MAÇAS** 

Exigências			
 		1	Dificuldades Corporais Mínimo 3 (um de cada grupo corporal) Máximo 6 (de maior valor)
	T	1	
		1 (em 1/2 ponta)	
	W	2 Ondas totais à livre escolha. Valor: 0,10 pts cada (para a execução correta).	
	R	Máximo 2	
	DA (Dificuldade do Aparelho)	Mínimo 01 - Máximo 12 (em ordem de execução)	

Observação: Esta categoria está baseada no Código de Pontuação 2025-2028.