



Prot. n. 3282/OT/gc

via e-mail

Roma, 23 marzo 2017

Ai COMITATI e DELEGAZIONI REGIONALI

e, per conoscenza:

AI TEAM MANAGER GAM  
AI DIRETTORE TECNICO NAZIONALE GAM  
AL REFERENTE NAZIONALE UFFICIALI DI GARA GAM  
AL COORDINATORE DEL PROGETTO

Loro indirizzi

**Oggetto: Trofeo CONI 2017 - Aggiornamenti Scheda Tecnica e Specifiche Tecniche Sez. GAM**

Si inviano gli aggiornamenti relativi alla Scheda Tecnica e Specifiche Tecniche della sezione GAM del **Trofeo CONI 2017**.

Si ringrazia per la collaborazione e si inviano cordiali saluti.

IL SEGRETARIO GENERALE

Roberto Pentrella

^^^^^^

Allegati c.s.

# SPECIFICHE TECNICHE

## ATTREZZI

- Corpo Libero (CL) (pedana 12 x 12 o striscia facilitante di metri 17)
- Volteggio (VO) (Tavola da volteggio altezza m. 1,15 o cubone m. 1,00)
- Parallele pari (PA) (altezza libera max. 1,80)
- Sbarra (SB) (altezza 1,65)
- Mini-trampolino (MT) posizionato in piano con arrivo su tappetoni, rincorsa massima a terra pari a m. 10, possibile utilizzo di panche o palco della stessa altezza del MT e lungo m. 4.

## COMPOSIZIONE degli ESERCIZI

- Agli attrezzi CL, PA, SB: Esercizi di libera composizione griglie degli elementi programma silver 2<sup>a</sup> divisione (minimo 6, massimo 7 elementi di valore più uscita)
- Al VO: Griglia dei volteggi programma silver , uno dei salti fino a Punti 12,20  
Bonus p. 1,50 se eseguiti sulla tavola  
Bonus p.1,00 se eseguiti sul cubone
- Al MT: due salti diversi di matrice diversa o uguale della griglia del MT. Ogni salto avrà un valore di difficoltà di P. 10 più il valore del salto indicato nella griglia fino a p. 3,00. Il punteggio finale al trampolino sarà uguale alla somma dei due salti diviso per 2.



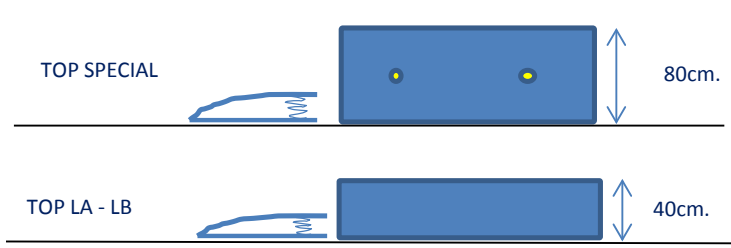
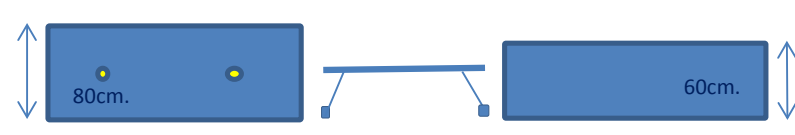
# FESTIVAL DEI GIOVANI TROFEO CONI 2017


**GAM**
**SCHEDA TECNICA sez. GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE**

CATEGORIE	ETA' 10 - 14 ANNI ALLIEVI nati negli anni 2003 - 2004 - 2005 -2006 - 2007
TESSERAMENTO	Atleta Agonista <input type="checkbox"/> Certificato medico di idoneità all'attività agonistica <input type="checkbox"/>
LIVELLO DI ATTIVITA'	Protocollo CONI - FEDERAZIONI SPORTIVE
ORGANI TECNICI DI RIFERIMENTO	Direzione Tecnica Nazionale MASCHILE Referente Nazionale di Giuria MASCHILE
QUALIFICA TECNICA RICHIESTA ( minima )	Tecnico Regionale ( 2° livello formativo )
PROGRAMMA TECNICO	vedi ALLEGATO SPECIFICHE TECNICHE
FASI E CLASSIFICHE	<b>FASE REGIONALE 1 prova. ( tra febbraio e giugno 2017 )</b> Classifica <b>INDIVIDUALE</b> : somma dei <b>4 migliori</b> punteggi ottenuti sui <b>5 attrezzi</b> in programma.
	<b>FASE NAZIONALE 21 - 24 settembre 2016 SENIGALLIA</b> Classifica <b>INDIVIDUALE</b> : somma dei <b>4 migliori</b> punteggi ottenuti sui <b>5 attrezzi</b> in programma. Classifica <b>per REGIONE</b> : somma dei migliori <b>3 punteggi</b> per <b>TUTTI i 5 ATTREZZI</b> .
AMMISSIONE	<b>FASE REGIONALE</b> : ammissione libera. <b>FASE NAZIONALE</b> : i primi 4 ginnasti di ogni REGIONE ( classifica individuale )
ESCLUSIONE	ALLIEVI che hanno partecipato al Campionato di Categoria
ATTREZZATURE	MINI TRAMPOLINO - TAVOLA da VOLTEGGIO ( h 1,15 o cubone h. 1 mt ) - PARALLELE - SBARRA ( h 1,65) - CORPO LIBERO ( striscia facilitante 2 x 17 o pedana CL )

# Valutazione Regionale TOP GAM

# 2017

<b>Fasce di età</b>	nati negli anni -2011-2012* <b>LA</b> - (* al compimento dell' 5° anno di età); nati negli anni 2009-2010 programma <b>LB</b> o <b>SPECIAL</b>															
<b>Tesseramento</b>	Atleta NON Agonista (2009) - Certificato medico di Idoneità															
<b>Organi Tecnici di riferimento</b>	Direttore Tecnico Regionale Maschile - Referente Regionale di Giuria Maschile - Collaboratore regionale attività SILVER GAM															
<b>Fasi</b>	<b>Regionale Piemonte e Valle d'Aosta:</b> più prove.															
<b>Programma Tecnico</b>	<p>Elementi CON SUCCESSIONE OBBLIGATORIA AD OGNI ATTREZZO.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I ginnasti della categoria <b>LA</b>: SOLO punti <b>10.00</b>.</li> <li>- I ginnasti della categoria <b>LB</b>: indistintamente punti <b>10.00 o 11.00</b>.</li> <li>- I ginnasti della fascia <b>7 - 8</b> anni <b>SPECIAL</b>: SOLO da punti <b>12.00</b>.</li> </ul> <p>STRUTTURA:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>LA</th> <th>LB</th> <th>LB-SPECIAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>*5 -6 anni</td> <td>7 - 8 anni</td> <td>7 - 8* anni</td> </tr> <tr> <td>MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO</td> <td>MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO PARALLELE</td> <td>CORPO LIBERO VOLTEGGIO PARALLELE SBARRA BASSA</td> </tr> <tr> <td><b>3 attrezzi su 3</b></td> <td><b>4 attrezzi su 4</b></td> <td><b>4 attrezzi su 4</b></td> </tr> <tr> <td><b>Punti 10</b></td> <td><b>Punti 11 e 10</b></td> <td><b>Punti 12</b></td> </tr> </tbody> </table>	LA	LB	LB-SPECIAL	*5 -6 anni	7 - 8 anni	7 - 8* anni	MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO	MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO PARALLELE	CORPO LIBERO VOLTEGGIO PARALLELE SBARRA BASSA	<b>3 attrezzi su 3</b>	<b>4 attrezzi su 4</b>	<b>4 attrezzi su 4</b>	<b>Punti 10</b>	<b>Punti 11 e 10</b>	<b>Punti 12</b>
LA	LB	LB-SPECIAL														
*5 -6 anni	7 - 8 anni	7 - 8* anni														
MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO	MINITRAMPOLINO VOLTEGGIO CORPO LIBERO PARALLELE	CORPO LIBERO VOLTEGGIO PARALLELE SBARRA BASSA														
<b>3 attrezzi su 3</b>	<b>4 attrezzi su 4</b>	<b>4 attrezzi su 4</b>														
<b>Punti 10</b>	<b>Punti 11 e 10</b>	<b>Punti 12</b>														
<b>Partecipazione</b>	Ogni Prova: <b>LIBERA</b> Ad ogni singola prova le Società possono iscrivere il numero desiderato di ginnasti tramite apposito modulo reperibile nelle documentazioni del SITO															
<b>Esclusione</b>	I ginnasti <u>agonisti</u> (dagli 8 anni) che partecipano alle gare federali, ed i ginnasti che non hanno ancora compiuto il 5° anno di età.															
<b>Attrezzatura</b>	<p>Striscia o quadrato C.L., Cubone per volteggio e Materassi 40 cm., Parallele (basse), Sbarra bassa ( ~ ), Minitrampolino.</p> <p><b>Descrizione Volteggio al Cubone o Materassi:</b></p>  <p><b>Descrizione MINITRAMPOLINO:</b></p> 															

# Corpo Libero

LB: 7 - 8 anni

LA: 5 - 6 anni

punti 10		
n°	Descrizione elementi	Valore
1	Da posizione eretta braccia alte, <b>Capovolta</b> avanti e arrivo seduti, braccia alte e gambe unite tese.	2,0
2	<b>Flessione</b> del busto avanti a gambe <b>unite</b> e di seguito....	2,0
3	ritornare seduti a braccia alte e divaricare le gambe	/
4	<b>Flessione</b> del busto avanti a gambe <b>divaricate</b> e di seguito....	2,0
5	" <b>Bascole</b> " a gambe flesse (pallina) e di seguito...	1,0
6	rotolamento avanti ed arrivo in accosciata mani a terra	/
7	rialzarsi in piedi per eseguire 3 <b>pennelli</b> sul posto a braccia alte e gambe tese e di seguito...	2,0
8	3 <b>balzi alternati divaricati</b> laterali braccia fuori-basso + stop arrivo .	1,0

punti 11		
n°	Descrizione elementi	Valore
1	Da posizione eretta braccia alte, <b>chiusura del busto 90°</b> braccia avanti 2", per poi	1,0
2	scendere fino a <b>chiusura completa Busto-Gambe</b> (tese) 2" e ritorno lento in allungamento alla posizione eretta braccia alte	1,0
3	<b>Capovolta avanti</b> ed arrivo in accosciata mani a terra	1,0
4	distendersi per effettuare 1 <b>pennello</b> braccia alte con <b>1/2 giro</b> (a.l.) e arrivo a braccia alte	2,0
5	eseguire una <b>Capovolta dietro</b> con arrivo in accosciata mani a terra	2,0
6	distendere il corpo dietro, braccia tese e di seguito portare i piedi lateralmente alle mani, corpo squadrato e gambe tese per...	1,0
7	distendere il corpo dietro, braccia tese e di seguito ritornare in accosciata mani a terra	1,0
8	Rialzarsi in posizione eretta braccia alte per eseguire un <b>passo e sforbiciata</b> . Arrivo riunendo i piedi, braccia fuori-basso.	2,0

SPECIAL: 7 - 8 anni

punti 12		
n°	Descrizione elementi	Valore
1	<b>Ruota</b> con ¼ giro, <b>Capovolta</b> avanti distendendo le gambe e	2,0
2	Salto a <b>pennello con 1/1 giro</b> (a.l.)	1,0
3	caduta frontale in semipiegamento sulle braccia, gamba in estensione per poi riunire in proteso dietro	1,0
4	Passare la gamba lateralmente in <b>staccata sagittale</b> (dx o sx) 2", <b>riunendo</b> le gambe avanti	1,0
5	effettuare una <b>flessione del busto</b> 2" , per poi	1,0
6	<b>divaricare</b> le gambe ed effettuare una <b>flex del busto</b> avanti 2" e nell'azione di ritorno riunire le gambe e distendersi per...	1,0
7	eseguire un <b>Ponte 2"</b> . Poi distendere il corpo a terra, per effettuare una	2,0
8	<b>Candela</b> a braccia alte, per poi portarsi in piedi ed effettuare	1,0
9	due o tre passi, presalto e <b>rondata</b> + salto a <b>pennello</b> .	2,0

## Volteggio al CUBONE

PER OGNI LIVELLO 2 salti: **Punteggio = MEDIA DI DUE SALT** fra i presenti in tabella  
(anche uguali per LA).

LB: 7 - 8 anni

LA: 5 - 6 anni

punti 10		
N°	(h 40cm. ARRIVO) utilizzando PEDANA da volteggio.	Valore
1	Salto a <b>pennello</b> gambe tese.	10,0
2	<b>Capovolta avanti, rotolamento e arrivo in piedi</b> (anche con l'aiuto delle mani)	10,0

punti 11		
N°	(h 40cm. ARRIVO) utilizzando PEDANA da volteggio.	Valore
1	<b>Capovolta saltata, rotolamento e arrivo in piedi.</b>	11,0
2	<b>Verticale di passaggio gambe flesse</b> , con arrivo supino gambe tese.	11,0

SPECIAL 7-8 anni

punti 12		
N°	(h 80cm. ARRIVO) utilizzando PEDANA da volteggio.	Valore
1	<b>Verticale di passaggio con arrivo distesi.</b>	12,0
2	<b>Ruota a gambe divaricate e arrivo costale</b> , braccia alto.	12,0

# MINI-TRAMPOLINO

i salti vengono effettuati partendo in piedi dal cubo 80 cm.

LB: 7 - 8 anni	LA: 5 - 6 anni	<b>punti 10</b>		
		N°	CUBONE 80 cm. - MINITRAMPOLINO - TAPPETONE 60 cm.	Valore
		1	Salto a <b>pennello</b> gambe flesse (piego-stendo).	10,0
		2	Salto a <b>pennello</b> a X (apro-chiudo gambe).	10,0
		<b>punti 11</b>		
		N°	CUBONE 80 cm. - MINITRAMPOLINO - TAPPETONE 60 cm.	Valore
		1	<b>Capovolta saltata</b> , rotolamento e arrivo in piedi.	11,0
		2	<b>Verticale gambe unite e tese</b> , rotolamento e arrivo in piedi.	11,0

# Parallele

LB: 7 - 8 anni	<b>punti 11</b>		
	n°	Descrizione elementi	Valore
	1	Saltare all'appoggio ritto frontale	/
	2	Squadra a gambe flesse e di seguito rilancio avanti (presa di slancio)	1,0
	3	<b>3 Oscillazioni complete</b> (avanti-dietro)	3,0
	4	e nell'oscillazione avanti portarsi alla <b>seduta esterna</b> DX, riunire le gambe av. per...	2,0
	5	effettuare un'oscillazione completa (avanti-dietro) e nell'oscillazione di ritorno,	1,0
	6	oscillare dietro e nell'oscillazione avanti portarsi alla <b>seduta esterna</b> SN, riunire le gambe av. per...	2,0
	7	effettuare un'oscillazione completa (avanti-dietro) e nell'oscillazione di ritorno,	1,0
8	<b>oscillare dietro e arrivo</b> frontale, braccia ritte, a terra <b>fra gli staggi</b> .	1,0	
SPECIAL : 7 - 8 anni	<b>punti 12</b>		
	n°	Descrizione elementi	Valore
	1	Due o tre passi di rincorsa, <b>entrata</b> alla sospensione brachiale, portandosi alla massima squadra	2,0
	2	eseguire direttamente una <b>kippe ascellare all'appoggio</b> , arrivando a gambe divaricate	2,0
	3	<b>Capovolta</b> avanti a gambe divaricate	2,0
	4	Riunire le gambe avanti ed effettuare un' <b>oscillazione completa all'orizz.</b> (dietro e ritorno av.)	2,0
	5	Eseguire una <b>battuta avanti</b> delle gambe divaricate	1,0
	6	<b>Oscillazione dietro</b> all'orizzontale	1,0
	7	<b>Oscillazione avanti</b> all'orizzontale	1,0
8	Uscire lateralmente <b>dietro all'orizzontale</b>	1,0	

# Sbarra bassa

SPECIAL : 7 - 8 anni	<b>punti 12</b>		
	n°	Descrizione elementi	Valore
	1	<b>Infilata</b> ad una gamba in presa poplitea <b>bascula</b> e salita all'appoggio.	3,0
	2	<b>Bascula</b> con ritorno all'appoggio in divaricata sagittale	2,0
	3	eseguire un <b>giro indietro</b> con gambe divaricate sagittalmente (giro arrosto)	2,0
	4	cambio di una mano da dorsale a palmare per effettuare un	
	5	Cambio di fronte sottoscendo una gamba con 1/2 giro	1,0
	6	<b>Slancio</b> dietro all'orizzontale	2,0
7	Uscita in <b>fioretto</b> unito o div.	2,0	