

REGULAMENTO

GERAL  
DE  
GINÁSTICA

ALTERAÇÕES

2002-2003



Vimos por este meio esclarecer algumas dúvidas e alertar para algumas alterações que, após as várias reuniões com os professores e coordenadores de Desportos Gímnicos nos diversos Centros de Área Educativa, se consideraram que seria benéfico fazer para o melhor funcionamento das actividades no corrente ano lectivo.

Atenção aos escalões e o nível competitivo em que cada um poderá participar:

**O programa das competições de Ginástica prevê a realização de provas por sexo e Níveis (1,2,3). As provas compreendem a realização de exercícios obrigatórios em cada Nível. Os Infantis e Iniciados podem competir em todos os níveis, os Juvenis podem competir no nível 2 e 3 e os Juniores só no nível 3.**

Na **Ginástica Artística** e excepcionalmente no ano lectivo 2002/03 será permitido participar nas competições optando por apresentar, no Aparelho escolhido a rotina do nível abaixo do Solo e Salto, concorrendo para efeitos de competição no nível mais elevado. Sofrendo nesta opção uma penalização de 2 pontos.

Elementos de dificuldade que sejam inseridos a mais nas rotinas serão penalizados pelo juiz árbitro com a dedução de 1 ponto por elemento.

Nos **Trampolins** e excepcionalmente no ano lectivo 2002/03 será permitido participar nas competições optando por apresentar uma série de Tumbling do nível abaixo da série de Mini-Trampolim, concorrendo para efeitos de competição no nível mais elevado.

Na **Ginástica Acrobática** os Pares e Grupos poderão ser constituídos por elementos de **3 escalões** seguintes.

Os esquemas com duração superior à regulamentada serão penalizados consoante o tempo a mais.