



**Associação
de Ginástica
do Norte**

2025/2026

REGULAMENTO TORNEIO DE GRUPOS

- 1 - Competição destinada a ginastas filiadas na FGP nos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciadas, Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranas, e que na mesma época não competem nas competições de conjuntos.
- 2 – O número de ginastas da I Divisão, II Divisão ou Elite, em cada grupo, não pode ser superior a 50% da totalidade do grupo.
- 3 - Os grupos podem ser constituídos no mínimo por 3 ginastas e sem limite máximo.
- 4 - Os grupos podem ser constituídos por ginastas de escalões diferentes, mas competem sempre no escalão superior, referente ao da ginasta de mais idade.
- 4 - A classificação final dos Grupos faz-se por escalão e por aparelho.
- 5 - Os grupos podem optar por exercícios de ML, Corda, Arco, Bola, Maças ou Fita podendo usar aparelhos idênticos ou dois aparelhos diferentes (excepto em ML, onde não é permitido usar outro aparelho).
- 6 - Os grupos executam apenas uma passagem do seu exercício.
- 7 - A música deve ter entre 2 minutos e 2 minutos e 30 segundos.
- 8 - A Execução e o Artístico são pontuados de forma idêntica ao Código Internacional FIG para conjuntos.

EXIGÊNCIAS DE DIFICULDADE:

Cada uma das componentes de dificuldade deve ser realizada por todas as ginastas constituintes do grupo, de acordo com os critérios do Código FIG.

Dificuldade corporal

Mínimo – 3 dificuldades corporais: 1 salto, 1 equilíbrio e 1 rotação (qualquer uma do código FIG com o valor máximo de 0.30).

Mínimo - 3 dificuldades de troca (distância mínima 4 metros)

Penalização de 0.10 por cada dificuldade em falta

Máximo – 1 risco avaliado a partir de 1 rotação (0.10), critérios adicionais e exigências de acordo com o código FIG.

Dificuldade de Aparelho

Mínimo - 3 colaborações, 1 CR, 1 CC/C, 1 $c^{\rightarrow} / c^{\downarrow}$ avaliadas de acordo com o código FIG. (Nas combinações com lançamentos ou recepções, estes podem ser altos ou médios. As CC que não obedeçam aos critérios FIG são contabilizadas com valor de 0.10)

Penalização de 0.10 por cada colaboração em falta.

Máximo - 6 colaborações.

Nota: Nos exercícios de ML, contabilizam-se as colaborações C – valor 0.10, as colaborações CL – valor 0.20, as colaborações CR – valor 0.20.

EXIGÊNCIAS DE ARTÍSTICO: De acordo com o código FIG

EXIGÊNCIAS DE EXECUÇÃO: De acordo com o código FIG

TAREFA DO JÚRI

Juízes DB:

Registam e avaliam as dificuldades corporais, os riscos e as dificuldades de troca pela ordem de execução, controlando se as ginastas as executam de forma válida.

Atribuem a nota correspondente.

Deduzem as penalizações.

Juízes DA:

Registam e avaliam as colaborações, controlando se as ginastas as executam de forma válida.

Atribuem a nota correspondente.

Deduzem as penalizações.

Juízes Execução Artística (A):

Tomam nota de todas as faltas artísticas e calculam o total das deduções.

Juízes Execução Técnica (E):

Tomam nota de todas as faltas técnicas e calculam o total das deduções.

08.11.2025