

ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DO NORTE

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

Manual Técnico

2017 – 2018



07 de novembro de 2017

1. Calendário Época Desportiva 2017/2018

Competição	Data	Categoria	Escalões	Programa	Local
Torneio de Abertura Base e Special Olympics	17/18_Fev_2018	Base	IN; JV; JN; SN	Programa Técnico Base	a definir
Torneio de Abertura I Divisão	10/11_Mar_2018	I Divisão	IN; JV; JN; SN	Código Adaptado Código FIG (junior) Código FIG	a definir
Campeonato Distrital I Divisão	14/15_Abr_2018	I Divisão	IN; JV; JN; SN	Código Adaptado Código FIG (junior) Código FIG	a definir
Campeonato Distrital Base e Special Olympics	12/13_Mai_2018	Base	IN; JV; JN; SN	Programa Técnico Base	a definir
Exame PlayGym Zona Norte 2018	19_Mai_2018	PlayGym	Iniciação; Progresso; Elite; Super Classe	PlayGym com adaptações 2015_2016	a definir
Encontro Regional de Infantis e Benjamins	26/27_Mai_2018	Base	BJ; IF	Programa Técnico Base	a definir

2. Considerações Gerais

O presente documento tem como objetivo ser uma base de orientação para as atividades desenvolvidas pela Associação de Ginástica do Norte (AGN) no âmbito da Ginástica Artística Feminina.

A sua construção foi pensada no sentido de contemplar as informações essenciais sobre as atividades a realizar para que todos/as os/as intervenientes (ginastas, pais, treinadores/as, dirigentes, juízes, clubes e entidades coletivas, etc...) possam antecipadamente organizar a sua participação.

No que às atividades competitivas diz respeito é importante notar que este manual é um complemento ao documento “Manuais Técnicos 2017/2018” emanado pela Federação de Ginástica de Portugal (FGP) e também ao Regulamento de Competições/Encontros 2017-2018 da AGN.

3. Seleção Regional AGN

A aposta nas seleções regionais nas diferentes disciplinas gímnicas contempladas pela AGN tem-se vindo a verificar um sucesso.

Contudo, apesar da vontade expressa da AGN em continuar o investimento nas seleções regionais, os constrangimentos financeiros com que a associação se debate no momento, obrigam a que esta medida de apoio não possa manter-se em todas as épocas da mesma forma. Por essa razão, na época desportiva 2017_2018 a dinamização da seleção regional GAF deverá ser realizada de outras formas.

3.1. Critérios de Seleção

De acordo com o determinado em sede de reunião com os/as treinadores/as de GAF para a seleção das ginastas a integrar a seleção regional GAF AGN os critérios a considerar serão as notas obtidas pelas ginastas na Taça de Portugal ou no Campeonato Nacional da época anterior.

Com vista a apoiar as ginastas que são menos consideradas no âmbito das seleções nacionais e do alto rendimento, os apoios cedidos à dinamização da seleção regional GAF AGN deverão ser direcionais prioritariamente as ginastas dos escalões iniciadas e juvenis.

4. Exercícios

4.1. I Divisão

Nas competições da I Divisão aplicam-se as mesmas diretrizes apresentadas na secção 2, ponto 5.1 do documento Manuais Técnicos 2017/2018 emanado pela FGP.

Importa realçar:

- No que diz respeito à classificação por especialidade, na especialidade de saltos aplicam-se as regras do concurso III para qualquer escalão;
- Para efeitos de classificação geral individual e por equipas, na especialidade de saltos, aplica-se a regra do concurso I para iniciadas e juvenis (melhor de dois saltos, de acordo com o código adaptado) e também para juniores e seniores (um único salto, de acordo com código FIG);
- As questões relacionadas com as medidas dos aparelhos para cada escalão encontram-se descritas no documento Manuais Técnicos 2017/2018 emanado pela FGP;

4.2. Base

Nas competições da Base aplicam-se as mesmas diretrizes apresentadas na secção 2, ponto 5.2 do documento Manuais Técnicos 2017/2018 emanado pela FGP.

5. Competições e Eventos

Empates – Qualquer empate verificado nas competições e eventos organizados pela AGN será desfeito de acordo com o disposto no ponto 6 da secção 2 do documento Manuais Técnicos 2017/2018 emanado pela FGP;

Competições Obrigatórias – Importa realçar que de acordo com o documento Manuais Técnicos 2017/2018 emanado pela FGP, as competições Campeonato Distrital I Divisão e Campeonato Distrital Base são de participação obrigatória caso as ginastas pretendam aceder ao Campeonato Nacional I Divisão e Campeonato Nacional base respetivamente.

5.1. Torneio Abertura Base e Special Olympics

Data: 17/18 de fevereiro de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 17 de janeiro de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- Base – Esperanças: Iniciadas e Juvenis;
- Base – Absolutos: Juniores e Seniores;

Participação:

- A participação das ginastas é feita de acordo com a idade;
- Em cada categoria/escalão existe uma classificação geral individual, por especialidade e coletiva por clube. A classificação coletiva por clube é estabelecida pelo somatório das pontuações, dos exercícios realizados em cada especialidade, das 5 melhores ginastas em um mínimo de 3. Não existe número limite de ginastas pertencentes a um clube. Cada clube tem apenas uma classificação;
- As ginastas não podem competir, para a classificação por equipas, num escalão etário superior ao seu;

Programa de Competição

Categoria	Escalão	Programa da competição	Classificação
Base	Esperanças (Iniciadas e Juvenis)	Todas as especialidades Exercícios obrigatórios ou facultativos (14º ao 1º grau)	Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube
	Absolutos (Juniores e Seniores)		Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube

5.2. Torneio de Abertura I Divisão

Data: 10/11 de março de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 10 de fevereiro de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- I Divisão – Esperanças: Iniciadas e Juvenis;
- I Divisão – Absolutos: Juniores e Seniores;

Participação:

- Participação exclusiva às ginastas nas especialidades que tenham obtido sucesso nos graus mínimos de acesso (ou superiores) do programa técnico competitivo de GAF da FGP;
- As equipas na I Divisão são constituídas por um máximo de 5 ginastas e um mínimo de 3. É obrigatória a realização de um mínimo de 3 exercícios por equipa em cada especialidade;
- A classificação por equipas é obtida pela soma das 3 melhores pontuações em cada especialidade da respetiva equipa;
- Cada clube deverá indicar na ficha de inscrição quem serão as ginastas que constituirão a equipa do seu clube;

Programa de Competição

Categoria	Escalão	Programa da competição	Classificação
I Divisão	Esperanças (Iniciadas e Juvenis)	Todas as especialidades Exercícios facultativos Código FIG Adaptado	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa
	Absolutos (Juniores e Seniores)	Todas as especialidades Exercícios facultativos Código FIG (Juniores) e Código FIG	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa

5.3. Campeonato Distrital I Divisão

Data: 14/15 de abril de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 14 de março de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- I Divisão: Iniciadas, Juvenis, Júniores e Seniores;

Participação:

- Participação exclusiva às ginastas nas especialidades que tenham obtido sucesso nos graus mínimos de acesso (ou superiores) do programam técnico competitivo de GAF da FGP;
- As equipas na I Divisão são constituídas por um máximo de 5 ginastas e um mínimo de 3. É obrigatória a realização de um mínimo de 3 exercícios por equipa em cada especialidade;
- A classificação por equipas é obtida pela soma das 3 melhores pontuações em cada especialidade da respetiva equipa;
- Cada clube deverá indicar na ficha de inscrição quem serão as ginastas que constituirão a equipa do seu clube;

Programa de Competição

Categoria	Escalão	Programa da competição	Classificação
I Divisão	Iniciadas	Todas as especialidades Exercícios facultativos	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa
	Juvenis	Código FIG Adaptado	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa
	Júniores	Todas as especialidades Exercícios facultativos Código FIG (Júniores)	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa
	Seniores	Todas as especialidades Exercícios facultativos Código FIG	Geral individual, por especialidade e coletiva por equipa

5.4. Campeonato Distrital Base e Special Olympics

Data: 12/13 de maio de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 12 de abril de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- Base – Iniciadas, Juvenis, Juniores e Seniores;

Participação:

- A participação das ginastas é feita de acordo com a idade;
- Em cada categoria/escalão existe uma classificação geral individual, por especialidade e coletiva por clube. A classificação coletiva por clube é estabelecida pelo somatório das pontuações, dos exercícios realizados em cada especialidade, das 5 melhores ginastas em um mínimo de 3. Não existe número limite de ginastas pertencentes a um clube. Cada clube tem apenas uma classificação;
- As ginastas não podem competir, para a classificação por equipas, num escalão etário superior ao seu;

Programa de Competição

Categoria	Escalão	Programa da competição	Classificação
Base	Iniciadas	Todas as especialidades Exercícios obrigatórios ou facultativos (14º ao 1º grau)	Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube
	Juvenis		Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube
	Juniores		Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube
	Seniores		Geral Individual, por especialidade e coletiva por clube

5.5. Exame PlayGym Zona Norte 2018

Data: 19 de maio de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 19 de abril de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- Iniciação; Progresso; Elite; Super Classe;

Participação:

- Entrada direta pelo grau que se propõe realizar;
- Os clubes participantes deverão enviar a sua inscrição no documento próprio a ser enviado pela AGN;

Programa de Competição

- PlayGym com as adaptações realizadas na época 2015_2016 aos exercícios de barra fixa para os 14º, 12º, e 11º graus;

5.6. Encontro Regional de Infantis e Benjamins

Data: 26/27 de maio de 2018;

Local: a definir;

Inscrições: até 26 de abril de 2018;

Categorias/Escalões Etários:

- Base – Infantis e Benjamins;

Participação:

- Entrada direta pela idade;
- As ginastas são avaliadas individualmente, por aparelho, não havendo classificação individual seriada;
- Em cada escalão existe classificação por clube. A classificação por clube tem como objetivo o reconhecimento do contributo do clube no desenvolvimento da disciplina e será estabelecida pelo somatório da pontuação dos exercícios das 10 melhores ginastas em cada especialidade realizada;
- Os três clubes que obtiverem mais pontuação serão reconhecidos com um prémio a enviar posteriormente ao evento pelo seu contributo para o desenvolvimento da disciplina;

Programa de Competição

Categoria	Escalão	Programa da competição	Classificação
Base	Benjamins	Todas as especialidades Exercícios obrigatórios (14º ao 5º grau)	Coletiva por clube
	Infantis		Coletiva por clube

- Haverá um tempo prévio de aquecimento geral antes do início do encontro, e após o seu início cada ginasta terá 30" de aquecimento no aparelho antes de se iniciar a avaliação;
- Para a classificação por clubes não está prevista cerimónia protocolar para o efeito, sendo os prémios entregues aos clubes posteriormente;
- No final de cada subdivisão serão entregues às ginastas as respetivas medalhas de participação;