

REGULAMENTO ESPECÍFICO GINÁSTICA ARTÍSTICA ATUALIZADO 11/03/2024

**PREVISÃO - 03/05/2024
MATUTINO/VESPERTINO**



REGULAMENTO

Jogos Escolares de Uberaba – JEURA /2024

GINÁSTICA ARTÍSTICA

Art. 1º - A competição de ginástica artística dos Jogos Escolares de Uberaba - JEURA/2024 obedecerá às regras da Federação Mineira de Ginástica (FMG), observando-se as adaptações deste Regulamento.

Art. 2º - Cada instituição de ensino deverá:

- Entregar a ficha de inscrição devidamente preenchida dentro do prazo estabelecido (Regulamento Geral);
- A competição de ginástica artística dos Jogos Escolares de Uberaba - JEURA 2024 terá somente as provas de solo e salto;
- Cada Instituição de Ensino poderá inscrever, no máximo, 6 (seis) alunos-atletas em cada módulo e naipes;
- O aluno-atleta poderá participar somente de uma prova.

Art. 3º - Do Uniforme:

- Uniforme 1 - Collant ou uniforme de treino ou short legging e camiseta cavada, cabelos presos com coque ou rabo de cavalo;
- Uniforme 2 - Collant com short ou uniforme de treino ou calção nylon (futebol) e camiseta cavada.

Art. 4º Das provas

Solo

- Tempo da série: 1'30 no máximo;
- Toda série deverá ser executada com música (feminina).

Série Feminina

Solo- Nota D= 5.00 + Nota E= 10.00		
Nº	ELEMENTOS	VALOR
1	Pose inicial + sequência de passos de dança	0,25
2	1(um) giro sobre 1(um) pé	0,50
3	Chassé + jete+ jete	0,50
4	Salto jump com afastamento lateral das pernas (salto afastado)	0,50
5	Ponte para trás finalizando no afundo (reversão) ou ponte para frente finalizando no afundo (reversão para frente) OU Ponte para trás/frente partindo da posição em pé	0,50
		0,30
6	Avião + parada de mãos (necessário mostrar a posição vertical 2'')	0,50
7	Estrela seguido de chassé seguido de estrela com 1 mão	0,50
8	Rodante + salto estendido OU Rodante + flickflack	0,30
		0,50
9	Rolamento para trás finalizando em prancha	0,50
10	Passagem de dança próximo ao solo	0,25

Série Masculina

Solo- Nota D= 5.00 + Nota E= 10.00	
	VALOR
ELEMENTOS	
Pose inicial + chute à frente seguido de	0,25
Avião frontal (ficar na posição horizontal 2'')	0,50
Ponte para frente finalizando m pé OU Reversão para frente terminando com as pernas alternadas OU Reversão para frente terminando com as pernas juntas	0,25
	0,30
	0,50
Rolamento para trás afastado seguido de	0,30
Esquadro afastado sem os pés tocarem o solo 2'')	0,50
OU Esquadro afastado com os pés tocando no solo	0,25
Parada de mãos 2'' seguida de rolamento para frente	0,50
Estrela seguido de chassé seguido de estrela com 1 mão	0,50
Rodante + salto estendido OU Rodante + flick flack	0,25
	0,50

VALOR ADICIONAL

11	Elemento de voo sem as mãos para frente ou para o lado	1,00
12	Mortal para frente	1,00
13	Rodante + flick flack + flick flack OU Rodante + flickflack + mortal para trás grupado	1,00 1,50

OBS: Os elementos das séries PODERÃO ser executados de forma aleatória, caso o professor/treinador ache necessário.

Salto

SALTO (5 caixas plinto) A ginasta poderá realizar 2 saltos iguais ou diferentes, manterá a nota do melhor salto		
Nº	Elemento	Valor
Opção 1	Reversão	5,00
Opção 2	Rodante	5,00
Opção 3	Salto afastado ou grupado sem apoio dos pés	3,00
Opção 4	Salto afastado ou grupado com o apoio dos pés	2,00

Art. 5º - Os casos omissos serão resolvidos pela coordenação geral do evento, desde que as resoluções finais não sejam contrárias as regras oficiais, regulamento geral e específico.

DEPARTAMENTO DE EVENTOS EQUIPE TÉCNICA

**PRESIDENTE DA FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE ESPORTES E LAZER –
FUNEL
LUIZ ALBERTO MEDINA DE CARVALHO**

FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE ESPORTES E LAZER DE UBERABA – FUNEL