

# Ansamblu

## GENERALITATI

### 1. NUMĂR DE GIMNASTELOR

1.1. Fiecare ansamblu este format din 6 gimnaste; 5 gimnaste participa la fiecare exercitiu, iar unei gimnaste ii este permis să se afle în zona de concurs în timpul executării exercițiului (în cazul accidentării unei colege).

1.2. În cazul în care în timpul unui exercițiu o gimnasta părăsește grupul pentru un motiv valabil:

a) Gimnasta poate fi înlocuită cu o alta gimnasta

● Penalizează Arbitrul Coordonator:

- 0,30-pentru ca gimnasta iese din suprafața de concurs

- 0,50-pentru "utilizarea unei gimnaste de rezerva

b) Gimnasta nu este înlocuită

● exercițiu nu este evaluat

### 2. INTRARE

2.1. Intrarea ansamblului pe suprafața de concurs trebuie să se facă:

- Cu mars rapid și fără acompaniament muzical

Penalizare ● Arbitru Coordonator: 0,50 puncte, în cazul în care această regulă nu este îndeplinită.

### 3. Contactul cu obiectul

#### 3.1. Inceputul și sfârșitul exercițiului

3.1.1. La începutul exercițiului, una sau mai multe gimnaste nu pot rămâne fără obiect mai mult de 4 mișcări ale corpului (mai mult de 4 secunde)

Penalizare ● Executie: 0,30 punct, dacă una sau mai multe gimnaste raman fără obiect pentru mai mult de 4 mișcări (mai mult de 4 secunde)

3.1.2. În cazul în care obiectele și gimnastele nu încep să se miste simultan, nu trebuie să existe o diferență de mai mult de 4 mișcări, pentru a evita imobilitatea vizibilă a uneia sau mai multe gimnaste sau obiecte.

Penalizare executie: 0,30 pentru imobilitate vizibila mai mult de 4 mișcări (mai mult de 4 secunde) una sau mai multe gimnaste sau obiecte .

3.1.3. La sfârșitul exercițiului, fiecare gimnastă poate fi în contact cu unul sau mai multe obiecte. În acest caz, una sau mai multe gimnaste pot fi fără obiect în poziția finală.

Penalizare de executie: 0,30 daca toate cele 5 gimnaste nu sunt în contact cu obiectul în poziția finală.

## DIFFICULTY (D) 10 puncte maxim

### Dificultate (D)

#### 1.1. Dificultate D

Coordonata cu Elemente Tehnice cu  
Obiectul

Max.10 Dificultati:

##### 1.1.1

Dificultati fara  
schimb

Value:

0.10 0.20

0.30 0.40

0.50

##### 1.1.2.

Dificultati cu  
schimb  
exchange

#### 1.2. Secventa de pasi de dans



Min. 1coordonata cu  
Grupa Tehnica  
Fundamentala de  
manuire specifica  
fiecarii obiect si  
elemente din alte  
grupe tehnice de  
manuire

#### 1.3Elemente dinamice cu rotatie si lansare DER



Max.1

#### 1.4. Elements with

Colaborarea între  
gimnaste, cu și fără  
rotatia corpului

Min. 6

. - Pe fisa oficiala de Dificultate , elementele care intra in componenta exercitiului trebuie scrise in ordinea executarii lor.

### 1.1 Dificultate ( D )

Dificultati corporale (D)

Fiecare exercitiu de ansamblu trebuie sa contina maxim 10 dificultati ( 5 fara schimb si 5 cu schimb )

1.1.1 Dificultatile corporale fara schimb (5) .

Toate dificultatile corporale aflate pe lista de dificultati pentru exercitiile individuale sunt valabile si pentru exercitiile de ansamblu . Doar dificultatile corporale izolate sunt valabile .Exceptie




**Dificultatea multipla cu rotatie "Fouette**


1.1.1.1 Dificultatile executate pot fi de acelasi fel si de aceeasi valoare sau pot fi diferite si de valori diferite . Valoarea dificultatii o da elementul cu valoarea cea mai mica executata de o gimnasta determinand astfel valoarea pentru intregul ansamblu.

1.1.1.2 Dificultăți nu vor fi valabile în cazul în care nu sunt efectuate de către toate cele 5 gimnaste, fie din cauza unei greșeală de compoziție sau la oricare dintre greșelile tehnice ale unuia sau mai multe gimnaste  
(a se vedea Exercițiile individuale, articolul 1.1.6)

1.1.1.3 Executia simultană a 3 sau mai multe dificultăți corporale diferite de catre toate cele 5 gimnaste nu este autorizată. Exemplu: în același timp: «jeté en tournant » de 3 gimnaste, saritura cosaque »de 1 gimnastă și " Tonneau " de 1 gimnastă.

Penalizare arbitra de la Dificultate Compozitie: 0,30 puncte și cele 3 Dificultăți nu sunt Evaluate .

1.1.1.4 Exercițiul de ansamblu trebuie să aibă în compoziție minim 1 dificultate din toate grupele corporale , , .

1.1.2. Dificultate cu schimb () - 5

1.1.2.1. Dificultățile cu schimb trebuie să fie evaluate pe fișa oficială, după cum urmează:

1 dificultate = 1 element corporal sau mai multe în timpul schimbului

Valoarea de dificultate cu schimb : valoarea de bază 0,10 puncte, realizat cu minimum 1 criteriu.

LANSAREA propriului obiect- PRINDEREA obiectului lansat de colega coordonată cu element corporal. Exemplu: 1 element corporal (dificultățile corporale nu mai pot fi efectuate sub lansare în timpul schimbului)

1.1.2.2. Schimburile cu lansarea obiectului sunt singurele considerate ca Dificultăți cu schimb.

- Schimburile pot fi de același nivel pentru toate cele 5 gimnaste sau de diferite niveluri

- schimbul cu valoarea cea mai mică va determina valoarea dificultății din schimb

1.1.2.3. Este obligatoriu să se efectueze diferite tipuri de schimburi cu lansări diferite sau prinderi diferite (5 tipuri diferite)

Penalizare arbitru Dificultate (D) : 0,30 dacă această regulă nu este îndeplinită

1.1.2.4. Schimburile pot fi efectuate:

- simultan sau în succesiune foarte rapidă

- cu sau fără deplasare

- de cele 5 gimnaste sau pe subgrupe, împreună

- între 1 tip sau 2 tipuri de obiect


1.1.2.5. Schimbul este valabil numai în cazul în care toate gimnastele participă în ambele acțiuni ale unui schimb:


- Aruncarea propriului obiect


- Primirea unui obiect de la un partener



1.1.2.6. Dacă unul sau mai multe obiecte cad în timpul schimbului, schimbul nu mai este valabil.


1.1.2.7. Următoarele elemente executate în timpul lansării și / sau în timpul prinderii obiectului poate crește valoarea unui schimb de 0,10 pentru fiecare din cazurile următoare :

- Distanță: 6 metri () în timpul aruncării și / sau în timpul prinderii (atunci când acesta este destinat să fie parte din coregrafie)

- Prindere la podea: () gimnasta trebuie să fie deja pe podea și să nu se îndrepte spre podea în timpul prinderii

- Aruncare și / sau prindere ambelor maciuci ()

- Aruncare și / sau prindere efectuate în afara câmpului vizual () sau fără ajutorul mâinilor ()

- Element de rotație (nr Dificultate) în timpul zborului a aparatului ()

- Relansare ()

Nota:

- În plus față de criteriile de mai sus, se pot folosi și criteriile valabile la exercitiile individuale 1.4.4 și 1.6.3
- Dacă mingea este prinsă cu două mâini schimbul este valabil dar se aplică o penalizare de Executie ( în funcție de nr . gimnastelor ) .

1.1.2.8. Specificații tehnice cu privire la schimburi:

- **Coarda / Panglica:** Un schimb între coarda și panglica este valabil doar dacă obiectele au o fază de zbor și se află libere în spațiu.

- **Maciuci:** schimbul la maciuci este valabil atat cu lansare cu o maciuca cat si cu lansare cu doua maciuci.
- **Panglica:** La schimbul cu lansare a panglicii ,gimnasta trebuie sa prinda obiectul in general de capatul batului. Dar este permisa prinderea intentionat de material la o distanta de 50 cm de vartej , doar daca aceasta prindere este justificata si in legatura cu urmatoarea miscare .

### •1.2. Combinatia de pasi de dans S : (minimum 1)

- Aceeasi sau diferita de catre toate cele 5 gimnaste
- Aceeasi sau diferita pe subgrupe (vezi la exercitiile individuale )

1.3.Elemente dinamice cu rotatie si lansare DER  (maximum 1)executat de toate cele 5 gimnaste : (conditia la fel ca la exercitiile individuale)

### 1.4.Elemente cu colaborare executate de gimnaste cu sau fara rotatie (minimum 6)

- **Penalizare la Arbitrul Dificultate (D):** 0.30 pentru lipsa fiecarui element cu colaborare (in plus, in afara schimburilor)

#### 1.4.1. Colaborari fara rotatia corpului– C, CC, C

1.4.1.1.Elementele cu colaborare implica :

- Toate cele 5 gimnaste ,impreuna sau in subgrupe (cuplu ,trio ,etc.) trebuie sa fie in contact direct sau sa execute o miscare in legatura cu obiectul .
- Executat in modalitati diferite de una sau mai multe gimnaste ( cu sau fara lansarea obiectului de una sau mai multe gimnaste , traiectorii diferite ,varietate in deplasari si formatii ,etc. ).
- Elementele de colaborare trebuie sa fie organizate si realizate in legatura cu lucrul cu obiectul .

1.4.1.2. Elementele cu colaborare sunt valabile in urmatoarele conditii:

- Daca subgrupele executa elemente de colaborare cu valori diferite ,valoarea cea mai mica conteaza .
- Executarea colaborarii fara greseli tehnice ( Exemplu : traiectorie imprecise in timpul colaborarii si prinderea in zbor cu 2 sau mai multi pasi ).
- In cazul in care colaborare nu este executata de numarul de gimnaste sau tipul de colaborare este diferit de cel declarat pe fisa , colaborarea nu este valabila .

#### 1.4.2. Colaborari rotatia corpului - CR, CRR, CRRR

- Toate cele 5 gimnaste trebuie sa participe la actiunea (actiunile ) de colaborare
- “Pierderea contactului visual “ in timpul zborului obiectului cu rotatia corpului in jurul unui ax se refera intotdeauna la prinderea obiectului , fie ca gimnasta prinde obiectul sau sau obiectul lansat de o colega .

#### 1.4.3. Contactul cu obiectul in timpul elementelor de colaborare :

- Este posibil ca una sau mai multe gimnaste sa se afle in contact cu mai multe obiecte si colega sa nu aiba nici unul , cu conditia ca aceasta situatie sa nu dureze mai mult de 4 miscari ( 4 secunde )
- In timpul acestor colaborari ,miscarile trebuie sa se succeda repede , nu mai mult de 4 secunde , pentru a se evita imobilitatea uneia sau mai multor gimnaste sau a unuia sau mai multe obiecte .
- **Penalizare Executie (E) :**
  - 0.30 puncte dac una sau mai multe gimnaste se afla fara contact cu obiectul mai mult de 4 miscari ( mai mult de 4 secunde ).

- 0.30 puncte pentru imobilitate vizibila a uneia sau mai multor gimnaste pentru mai mult de 4 miscari ( mai mult de 4 secunde )

#### 1.4.4 Elemente cu colaborare INTERZISE

- Actiuni sau pozitii in care una sau mai multe gimnaste se sprijina pe parteneri si nu se afla in contact cu podeaua mai mult de 4 miscari ( mai mult de 4 secunde ).
- Tragerea sau tararea unei gimnaste pe podea mai mult de 2 pasi
- Pasirea – cu mai mult de un sprijin –peste una sau mai multe parteneri grupate impreuna .
- Formarea piramidelor
- **Penalizare Executie (E):** 0.30 puncte pentru fiecare element interzis , colaborarea nu este valabila

#### 1.4.5. Criterii si valoarea Elementelor cu Colaborare

Value					Tipuri de Colaborare
0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	
C					Colaborare cu sau fara lansarea obiectului : <ul style="list-style-type: none"> <li>• De toate cele 5 gimnaste</li> <li>• In subgrupe (cuplu, trio, 4+1.)</li> <li>• Cu ridicarea uneia sau mai multor gimnaste</li> <li>• Cu sprijin pe obiecte si /sau pe gimnaste</li> </ul>
CC					Schimb multiplu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Min. 2 schimburi de fiecare gimnasta</li> <li>• Manipulari diferite ale obiectului (ricosari , rulari pe sol , lansari , etc. )</li> </ul>
	C →				Lansarea a doua sau mai multe obiecte <ul style="list-style-type: none"> <li>• Simultan sau in succesiune rapida de catre aceeasi gimnasta (max 2 ori)</li> </ul>
	CR				Aruncarea propriului obiect de către una sau mai multe gimnaste și prinderea imediata a acestuia dupa sau a unui obiect lansat de partenera dupa : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un element dinamic de rotație a corpului sub zborul aobiectului cu pierderea controlului vizual al obiectului</li> <li>• Cu ajutorul partenerii (elor) / de sprijin / ridicare sau cu obiectele(această opțiune nu este obligatorie)</li> </ul>

		<b>CRR</b> 1-2 gymnasts	<b>CRR3</b> 3 gymnasts	<p>Aruncarea propriului obiect de către una sau mai multe gimnaste și prinderea imediată a acestuia după sau a unui obiect lansat de partenera după :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un element dinamic de rotație a corpului sub zborul aobiectului cu pierderea controlului vizual al obiectului</li> <li>• Cu trecerea pedeeasupra, pe dedesubt sau prin unul sau mai multe obiecte și / sau partenerere</li> <li>• Sau, trecere cu sprijin pe una sau mai multe partenerere și / sau obiecte de una sau mai multe partenerere</li> <li>• Sau, prinderea obiectului de către o gimnasta care este ridicata de partenera ei (le)</li> </ul>
				<p>Aruncarea propriului obiect de către una sau mai multe gimnaste și prinderea imediată a acestuia după sau a unui obiect lansat de partenera după :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trecerea printr-un obiect lansat de o partenera în timpul zborului (obiectul nu este ținut de partenerere sau de gimnasta care trece prin obiect ), cu element dinamic de rotație , cu pierderea controlului vizual</li> </ul>
<p>Colaborarea cu lansări simultane poate fi combinată cu fiecare dintre colaborările cu rotație (CR, etc). Într-un astfel de caz, valoarea colaborării este dată de adăugarea valorilor celor două componente. Pe fisa , simbolurile trebuie să fie menționate.</p>				
<p>Criterii aditionale :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoarea colaborarii creste cu +0.10 atunci cand gimnasta arunca sau prinde obiectul sau obiectele in urmatoarele conditii</li> <li>• <math>\neq</math> Fara ajutorul mainii ,mainilor</li> <li>• <math>\otimes</math> - Fara control vizual</li> </ul>				

### 1.5. Nota la dificultate (D)

Arbitrul care evalueaza exercitiul din punct de vedere al Dificultatii (D) urmeaza urmatoarea indrumare :

- Evalueaza cele 10 dificultati in ordinea in care sunt realizate , verifica daca au fost executate correct .
- Adaugarea , in caz de necesitate ,a dificultatilor nedeclarate in fisa de Dificultate .
- Verificarea executarii celor 5 Dificultati fara schimb
- Verificarea executarii celor 5 Dificultati cu schimb  $\nearrow$  cu diferite tipuri de lansare sau prindere .
- Verificarea executarii a minim o combinative de pasi de dans  $S \dashrightarrow$
- Verificarea executarii a maxim 1 DER (Element Dinamic cu Rotatie)  $R \nearrow$  .
- Evaluarea elementelor cu Colaborare între gimnaste, cu și fără rotatia corpului (minim 6)
- Acordarea notei corespunzatoare
- Insumarea penalizarilor

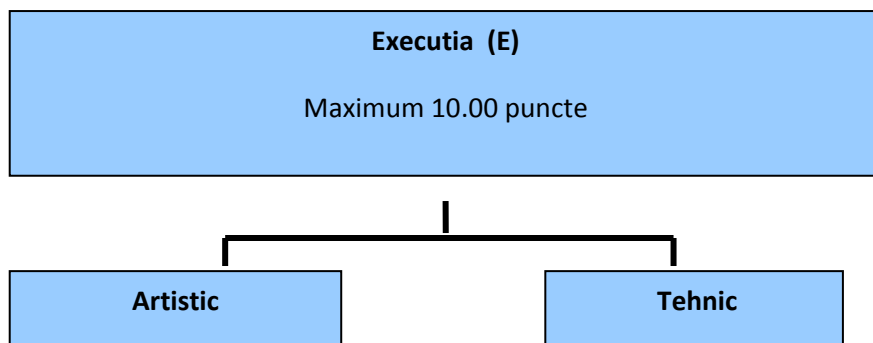
## 1.6. Penalizarile arbitrilor D Dificultate

Penalizari	0.30	0.50
Executia simultană a 3 sau mai multe dificultăți corporale diferite de toate cele 5 gimnaste în timpul unei Dificultăți fără schimb.		Daca fisa are mai mult de 10 Dificultati ( in acest caz doar primele 10 dificultati executate vor fi evaluate ).
Daca fisa este INCORECTA :  • Aditionarea valorii totale a tuturor dificultatilor • Valoarea unei Dificultati		Daca fisa /exercitiul cuprinde mai puțin de 5 Dificultati fara schimb
Mai mult de 1 « tur lent»		Daca fisa /exercitiul cuprinde mai puțin de 5 Dificultati cu schimb ↗
Pentru fiecare Dificultate executata dar nedeclarata in fisa oficiala (exceptie cele cu valoare 0.10 utilizate în DER / Colaborare		
Lipsa 5 tipuri diferite de aruncări sau prinderi în timpul dificultății cu schimb		Daca fisa /exercitiul nu cuprinde minim 1 Combinatie de Pasi de Dans S →
Absenta unei grupe corporale sau unei grupe tehnice cu obiectul		h Daca fisa /exercitiul cuprinde mai mult de 1 R ↗
Pentru lipsa unui element cu Colaborare (in plus fata de schimburi)		Mai mult de un exercitiu cu muzica cuvoce si cuvinte

## EXERCITIUL DE ANSAMBLU

### EXECUTIE (E)

#### 2. EXECUTIA (E) exercitiilor de ansamblu este formata din :



#### 1.1. Componenta Artistica

##### 1.1.1. Unitate , Expresivitate, Muzicalitate:

Toate regulile mentionate la Exerciitiile Individuale sunt valabile si la exercitiile de ansamblu .

##### 1.1.2. Organizarea Lucrului in Colectiv:

Caracterul tipic al exercițiului de ansamblu este participarea fiecărei gimnaste în activitatea omogenă a grupului într-un spirit de cooperare.

1.1.3. Fiecare compozitie trebuie să cuprinda diferite tipuri de organizari in lucru colectiv :  
Cand toate gimnastele executa aceleasi miscari :

- Organizarea cu execuție sincronizată
- Executarea în succesiune rapidă
- Executarea in “canon”
- Executarea in “contrast”

Cand toate gimnastele executa miscari diferite:

- Organizarea cu executie “choral” a
- Executie in Colaborare

*Nici unul dintre aceste tipuri de execuție nu trebuie să predomine in compoziție .*

1.1.4. Varietatea de mișcări, inclusive varietate in dinamica (viteza și intensitatea mișcărilor)

1.1.5. **Utilizarea spatiului de concurs (varietate):**Spatiul de concurs trebuie sa fie utilizat complet:

- **Formatii: minimum 6** (varietate in amplitudine si design)
- Diferite niveluri (gimnasta din zbor, în picioare, pe podea, etc)
- Varietatea in direcții / traiectorii ale corpului / mișcări ale obiectului (înainte, înapoi, etc)
- Varietatea în modalitățile de deplasare
- **Penalizare** Arbitrul Executie (E) : 0.30 puncte lipsa celor minim 6 formatii (varietate in amplitudine si design)
- **Penalizare** Arbitrul Executie (E) : 0.30 puncte lipsa de varietate in folosirea spatiului , nivele de lucru , directii ,traiectorii ale corpului sau ale obiectelor si ale modalitatilor de deplasare .

## 1.2. Penalizari de Executie (Artistic si Tehnic )

Penalizari	0.10	0.30	0.50 or more
<b>Artistic - Greseli</b>			
Unitatea compozitiei	Inreruperea logica a conexiunilor intre miscari (0.10 de fiecare data)	Pozitie nejustificata sau extrema in pozitia initiala sau finala	Absenta unitatii intre conexiuni si tranzitii pe durata unei parti a exercitiului
			Absenta unitatii intre conexiuni si tranzitii pe durata intregului exercitiu. (intregul exercitiu este o serie de elemente fara legatura ) (1.00)
Muzica - miscare	Absenta armoniei intre ritm , caracterul muzicii si miscare  Izolot (0.10 de fiecare data)		Absenta armoniei intre ritm , caracterul muzicii si miscare pe durata unei parti a exercitiului
			Absenta armoniei intre ritm , caracterul muzicii si miscare , pe durata intregului exercitiu absenta ritmului si caracterului (1.00)
Expresivitatea corporala	Miscare segmentara izolata	Absenta expresivitatii corporale in majoritatea	Totala absenta a expresivitatii corporale (miscari segmentare )



<b>Organizarea lucrului colectiv</b>	Incalcari izolate ale lucrului in grup	In majoritatea exercitiului lipsa de varietate in lucrul colectiv	Totala lipsa de varietate in lucrul colectiv
		Elemente interzise cu Colaborare	
<b>Folosirea spatiului ( varietate )</b>		Lipsa celor minim 6 formatii (varietate in amplitudine si design)	
		Oprirea prelungita intr-o formatie	
		Lipsa de varietate in folosirea spatiului , nivele de lucru , directii ,traectorii ale corpului sau ale obiectelor si ale modalitatilor de deplasare .	
<b>Greseli tehnice</b>			
<b>Muzica-miscare</b>  (pt . fiecare gimnasta)	Lipsa sincronizarii intre ritmul individual sic el al grupului		<b>Absența armoniei între muzică-mișcare la sfârșitul exercitiului</b>
		Absența armoniei între muzică-mișcare la sfârșitul exercitiului din cauza unei pierderi obiectului: 0,30 + pierderea obiectului	
<b>Sincronizare si armonie</b>	<b>Lipsa de sincronizare în viteză, amplitudine sau intensitatea de exprimare (de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 puncte)</b>		
<b>Formatii</b>  <b>si</b>  <b>deplasari</b>	Lipsa formei in formatii		Coliziunea intre obiecte/gimnaste (+ toate consecintele)
	Imprecizie în direcția și forma de deplasare		

<b>Penalizari</b>	<b>0.10</b>	<b>0.30</b>	<b>0.50 or more</b>
<b>Miscari corporale</b>			
<b>Generalitati</b>	Miscare incompleta		
	Deplasare fara lansare : ajustarea pozitiei corpului pe podea		
	Segment corporal incorrect in timpul unei miscari  <b>(de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 puncte)</b>		
	Pierderea echilibrului: mișcare	Pierderea echilibrului: mișcare	Pierderea echilibrului, cu sprijin pe o mana sau ambele mâini

	suplimentară fără deplasare	suplimentară cu deplasare	sau pe obiect (fiecare gimnastă)
	(pt. fiecare gimnastă)	(pt. fiecare gimnastă)	Pierderea totală a echilibrului și cădere - 0,70 (fiecare gimnastă)
<b>Tehnica de baza</b>		La începutul exercitiului una sau mai multe gimnaste sunt fără obiecte pentru mai mult de 4 mișcări (mai mult de 4 secunde)	
		În timpul unei Colaborari , una sau mai multe gimnaste sunt fara obiect sau raman imobile pentru mai mult de 4 miscari (mai mult de 4 secunde)	
		Statismul gimnastei * <b>(fiecare gimnasta)</b>	
		La sfârșitul exercițiului, nici o gimnasta nu se afla în contact cu obiectul.	
<b>Saltari/Sarituri</b>	Lipsa de amplitudine in forma ; aterizare greoaie		
<b>Echilibru</b>	Lipsa de amplitudine in forma ; forma nefixata		
<b>Rotatii</b>	Lipsa de amplitudine in forma ; forma nefixata si nedefinita		
	Cadere pe calcai in timpul unei parti a rotatiei realizata in releve	Pierderea axului vertical al corpului , rotatie terminata cu un pas	
	deplasare (alunecare)in timpul rotatiei	Saltare in timpul rotatiei sau intreruperea rotatiei	
<b>Elemente preacrobatic</b>	Aterizare greoaie	<b>Tehnica neautorizata</b>	

\*Statismul gimnastei (elor):

- Gimnasta nu poate ramane intr-o pozitie statica should not remain static (nemiscata) daca nu se afla in permanenta in contact cu obiectul (le) (de exemplu: lansare, rularea obiectelor pe podea, etc)
- Imobilitatea vizibila a uneia sau mai multor gimnaste pentru mai mult de 4 miscari ( mai mult de 4 secunde ) in timpul unei Colaborari

Penalties	0.10	0.30	0.50 or more
<b>Apparatus</b>			
<b>Pierderea obiectului</b> <i>(pentru scaparea a 2 maciuci succesiv: arbitrul va penaliza o singura data bazandu-se pe numarul de pasi facuti pentru a recupera ambele maciuci)</i>  <i>(pentru fiecare gimnasta)</i>		Pierderea și recuperarea fără deplasare	Pierderea și recuperarea după o scurtă deplasare  (1-2 pași)
			Pierderea și recuperarea după o deplasare mai mare (3sau mai multipasi) sau in afara covorului – <b>0.70</b>
			Pierderea obiectului si folosirea unui obiect de rezerva - <b>0.70</b>
			<b>Pierderea obiectului(lipsa contactului ) la sfârșitul exercițiului 0.70</b>
<b>Tehnica</b> <i>(pentru fiecare gimnasta)</i>	Traietorie imprecisă și de prindere în zbor cu 1 - 2 Pasi	Traietorie imprecisă și de prindere în zbor cu 3 pasi sau mai mult	
	Prindere incorect sau cu ajutorul unei parti sau a corpului  Contact involuntar cu corpul, cu alterarea traectoriei	Obiect static **	
<b>COARDA</b>			
<b>Tehnica de Baza</b>	<b>Manuire incorectă: amplitudine, formă, planul de lucru, sau tinerea incorecta a ambelelor capete(de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 puncte)</b>		
	Pierderea unui capăt al corzii, cu o scurtă oprire în exercițiu (fiecare gimnastă)		
	Picior prins in coarda in timpul unei sarituri sau a unei saltari ( <b>fiecare gimnasta</b> )		
	Nod in coarda ( <b>fiecare gimnasta</b> )	Înfasurarea involuntara în jurul corpului sau o parte a acesteia, cu întreruperea exercițiului ( <b>fiecare gimnastă</b> )	

<b>Cerc</b>			
<b>Basic tehnici</b>	Manuire incorectă: modificarea planului de lucru, vibrații  (de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 puncte), de rotație neregulate pe axa verticală		
	Prinde dupa aruncare: contactul cu antebrațul	Prinde dupa aruncare: contactul cu bratul	
	Rulare incorecte cu ricosare involuntară, rulare incompletă pe corp		
	Alunecarea pe brat in timpul rotatiei		
	Trecere prin cerc : Picior prins in cerc in timpul unei sarituri sau a unei saltari <b>(fiecare gimnasta)</b>		
<b>Minge</b>			
<b>Tehnica de baza</b>	Manuire incorectă: mingea tinuta pe antebraț (de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 punct)		
	Rulare incorecte cu ricosare involuntară, rulare incompletă pe corp		
	Prindere involuntară a mingii cu ambele mâini (excepție: prindere în afara câmpului vizual) Pentru Schimb și DER		
<b>Penalizari</b>	<b>0.10</b>	<b>0.30</b>	<b>0.50 mai mult</b>
<b>Maciuci</b>			
<b>Tehnica de baza</b>	Manuire incorectă(de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 punct)		
	Mișcări neregulate sau întreruperea mișcării în timpul cercurilor mici și morstlori și brate prea departate unul de celălalt în timpul moristilor		
	Alterarea sincronizarii în rotație a celor 2 maciuci în timpul aruncării și prinderii		

	Lipsa de precizie in planuri de lucru ale maciucilor în timpul mișcărilor asimetrice		
<b>Panglica</b>			
<b>Tehnica de baza</b>	<b>Alterarea desenului format de panglică</b> (de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 punct)		
	Manuire incorecta: treceri imprecise /transmisii imprecise, batul panglicii tinut de la mijloc, legari între manuire ilogice ,intreruperi ale desenului de fiecare dată, până la un max <b>1.00 punct</b> )	<b>Înfășurarea involuntară în jurul corpului sau o parte a acesteia, cu întreruperea exercițiului (fiecare gimnastă)</b>	
	Șerpui și spirale: buclele stranse insuficient / bucle sau valuri care nu sunt de aceeași amplitudine (înălțime, lungime)  (de fiecare dată, până la un maxim de 1,00 punct		
	<b>Nod in panglica (fiecare gimnasta)</b>	<b>Înfășurarea involuntară în jurul corpului sau o parte a acesteia, cu întreruperea exercițiului (fiecare gimnastă)</b>	
	Lansare sau desprindere ( capatul panglicii sta involuntary pe covor )		

**\*\* Obiect static: imobilitate vizibilă a unuia sau mai multor obiecte pentru mai mult de 4 mișcări (mai mult de 4 secunde) în timpul colaborărilor, a se vedea, de asemenea, Exercițiile individuale # 1.3.4.**

**1.3. Nota la Executie (E):** Fiecare arbitru de la executie(E) aminteste toate penalizarile de artistic si greselile de executie si da totalul acestor penalizari .



## ANEXE

- Penalizarile Arbitrului Coordonator
- Program : Senior, Junior
- Programul Tehnic pentru Exercițiile Individuale pentru Junioare
- Programul Tehnic pentru junioare exercitiul de Ansamblu
- Fise: Fisa oficiala pentru exercitiile Individuale (**D**)
  - Fisa oficiala pentru exercitiile : Exercițiul de Ansamblu (**D**)
  - Fisa: Individual Exercise (**E**)
  - Fisa: Group Exercise (**E**)

**Penalizari acordate de ARBITRUL COORDONATOR pentru exercitiile Individuale si de Ansamblu**

1	Pentru fiecare secunda in plus sau in minus a duratei muzicii	<b>0.05</b>
2	Pentru muzica non conforma cu regulamentul	<b>0.50</b>
3	Pentru iesirea din covor a obiectului sau a unui , a ambelor picioare sau a unei parti a corpului care atinge suprafata aflata inafara spatiului specific de concurs SAU orice obiect care iese si se intoarce singur in covor.	<b>0.30</b>
4	Pentru fiecare gimnasta sau ansamblu care schimba covorul sau termina exercitiul inafara covorului sau paraseste covorul in timpul exercitiului .	<b>0.30</b>
5	Pentru folosirea unui obiect nonconform cu regulamentul ( individual sau ansamblu )	<b>0.50</b>
6	Pentru orice obiect de rezerva in plus .	<b>0.50</b>
7	Pentru recuperarea neautorizata a unui obiect .	<b>0.50</b>
8	Pentru folosirea unui obiect de rezerva ( atunci cand obiectul original nu a parasit covorul )	<b>0.50</b>
9	Costum non conform cu regulamentul ( individual si ansamblu )	<b>0.30</b>
10	Embleme si publicitate nonconform cu normele oficiale .	<b>0.30</b>
11	Bandage sau alte obiecte non conform cu regulamentul	<b>0.30</b>
12	Pentru prezentarea prea devreme sau prea tarziu a gimnastei (lor)	<b>0.50</b>
13	Pentru gimnasta (le) care se incalzesc in spatial de concurs (sala de competitie )	<b>0.50</b>
14	Pentru gimnastele din ansamblu care comunica verbal intre ele in timpul exercitiului	<b>0.50</b>
15	Pentru pregatirea prelungita si intarziata a inceperii exercitiului.	<b>0.50</b>
16	Pentru comunicarea verbal a antrenorului cu gimnasta (le) , muzician , arbitru in timpul exercitiului	<b>0.50</b>
17	Pentru gimnasta din ansamblu care paraseste grupul in timpul exercitiului	<b>0.30</b>
18	Pentru folosirea unei gimnaste “ noi ” atunci cand o gimnasta paraseste grupul dintr-un motiv rezonabil	<b>0.50</b>
19	Intrarea gimnastelor din ansamblu in spatial de concurs nonconform cu regulamentul	<b>0.50</b>