

PROGRAM TEHNIC INTERN 2013

| Categoriea | Anul nașterii | Program tehnic | Dificultate corporală (D1) | | | Scor maxim |
|---|-----------------------------|----------------|-------------------------------------|--|--|----------------------------|
| | | | Nr. Dif. | Tipul dificultatilor | Valoare (D) | |
| Cat. Mica Gimnastă | 2007-2005 (5-8 gimnaste) | Ansamblu F.O. | 3 - 5 Dif. | min. 1 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 4.00 p. minim 6 formatii minim 5 colaborari | 14 puncte |
| | 2007-2005 | Individual | 3 - 5 Dif. | min. 1 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 4.00 p. | 14 puncte |
| Cat. a IV-a* | 2005-2003 | Coarda | 3 - 6 Dif. | min. 1 – max. 2 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 5.00 p. max. 1 Risc minim o secventa de pasi de dans | 15 puncte x 3 45 puncte |
| | | Cerc | | | | |
| | | Panglica | | | | |
| <i>Punctaj minim pentru acordarea categoriei a IV-a: 30 puncte</i> | | | | | | |
| Cat. a III-a Prejunioare | 2003-2001 | Coarda | 4 - 7 Dif. | min. 2 – max. 3 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 7.00 p. max. 2 Risc minim o secventa de pasi de dans | 17 puncte x 4 68 puncte |
| | | Cerc | | | | |
| | | Minge | | | | |
| | | Măciuci | | | | |
| <i>Punctaj minim pentru acordarea categoriei a III-a: 40 puncte</i> | | | | | | |
| Cat. a II-a Junioare | 2000-1998 | Cerc | 4 - 7 Dif. | min. 2 – max. 3 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 8.00 p. max. 3 Riscuri minim o secventa de pasi de dans | 18 puncte x 4 72 puncte |
| | | Minge | | | | |
| | | Măciuci | | | | |
| | | Panglică | | | | |
| <i>Punctaj minim pentru acordarea categoriei a III-a: 50 puncte</i> | | | | | | |
| Ansambluri Junioare | | 5 Cercuri | 8 Dif. (4 cu schimb+4 corporale) | - | max. 8.00 p. minim 6 colaborari max. 1 Risc minim o secventa de pasi de dans | 18 puncte |
| Cat. Senioare | minimum 1997 | Cerc | 12 Dif. max. | min. 6 – max. 9 Dif. din fiecare Grupă Corporală | max. 10.00 p. max. 3 Riscuri minim o secventa de pasi de dans | 20 puncte |
| | | Minge | | | | |
| | | Măciuci | | | | |
| | | Panglică | | | | |

* La Cat. a IV-a compozițiile pot fi identice pentru toate gimnastele din echipă sau diferite.