



# Regolamento tecnico PGS

## Ginnastica Artistica Femminile 2025

### FAQ

#### PARALLELE<sup>1</sup>

- 1) Per l'entrata è consentito uso della pedana a prescindere dall'altezza? SI
- 2) Posso prendere 2 elementi dalla stessa cella? e dalla stessa riga? NO, sempre e solo 1 per riga, vale per tutti gli attrezzi
- 3) Se faccio fioretto posso prendere anche slancio e posa dei piedi? SI (questo si può verificare nei programmi C/B/A)
- 4) Anziché prendere la cella di slancio e metto i piedi prima del fioretto posso dichiarare uno slancio (che sia unito o div.) coi gradi di altezza eseguiti? SI, ovviamente dichiaro solo uno degli elementi prima del fioretto (è chiaro che non posso dichiararli entrambi)
- 5) Dall'oscillazione salto a terra dietro (8A programma D/C) prendo anche la cella dell'oscillazione (tipo cella 6A programma D/C)? No, devo effettuare entrambe le celle, quindi fare 2 oscillazioni per prenderle entrambe.
- 6) In caso di entrata non prevista dalle celle (es. entrata di slancio dove è prevista di forza) in quale penalità incorre la ginnasta? 0,50 come penalità fissa, ma elemento assegnato.
- 7) Se dall'appoggio eseguo una fucs e poi una kippe per tornare all'appoggio posso prendere entrambi i movimenti? **SI**, perché la fucs parte dall'appoggio e termina in sospensione e la kippe parte dalla sospensione e termina in appoggio
- 8) Kippe infilata a 1 in presa poplitea con oscillazione, se la ginnasta infila prima all'altezza caviglia e nell'oscillazione raggiunge la presa poplitea per salire in appoggio le viene riconosciuto l'elemento? Se sì con quale penalità? SI elemento riconosciuto con 0,30 di penalità
- 9) Kippe infilata a 1 puntando piede e successivamente andare in presa poplitea si riconosce? NO, l'elemento non viene dato
- 10) Kippe, kippe infilata 1, fucs dove non specificato posso eseguirli sia SI che SS? SI
- 11) Slancio divaricato e slancio unito posso dichiararli entrambi o 1 solo? Sono codificati con numeri diversi (CdP) quindi posso dichiararli entrambi ovviamente su righe diverse
- 12) Slancio unito posso dichiarare più di uno con gradi di ampiezza diversi? NO, perché diversi gradi di ampiezza non rendono il movimento diverso
- 13) Slancio divaricato deve essere eseguito a corpo squadrato? SI tolleranza di 135 gradi, altrimenti si riconosce slancio unito con penalità di gambe aperte (0,30)
- 14) Posso eseguire più di 8 elementi? Sì, ma tutto ciò che la ginnasta esegue verrà giudicato e si prenderà sempre l'elemento di maggior valore sulla riga (a prescindere che sia eseguito prima o dopo)
- 15) Nel programma D posso fare slancio metto i piedi e successivamente tornare all'appoggio per prendere la cella? SI
- 16) Uscita in guizzo, programma C può collegarsi direttamente al giro addominale? SI

---

<sup>1</sup> Revisione 23 marzo '25



# Regolamento tecnico PGS

## Ginnastica Artistica Femminile 2025

### FAQ

- 17) Dall'oscillazione salire in capovolta, programma B, posso fare più di un'oscillazione prima di salire? SI
- 18) Kippe SS: posso fare più di un'oscillazione prima di salire? SI
- 19) Nella bascule con dondolino posso scendere già agganciata? SI
- 20) Nella bascule in presa poplitea devo scendere con gamba tesa e poi agganciare nel ritorno?  
SI in caso penalità di 0,50
- 21) Nel passaggio della gamba per arrivare in appoggio ritto frontale se effettuo il 1/2 giro passando da 1/4 +1/4, c'è penalità? SI penalità di 0,30
- 22) Nel programma D dove come massimo è previsto il fioretto divaricato, nel caso lo facessi unito che penalità? NON si riconosce l'uscita<sup>2</sup>