

# REGULAMENTO TÉCNICO ESPECÍFICO

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

# 2024



# CBG

CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
GINÁSTICA

NEUTROX

NEWON  
GRUPO PREVENT SENIOR



Estácio

institutos  
YDUQS

loterias  
CAIXA

GOVERNO FEDERAL  
BRASIL  
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

# CADERNO DE DEDUÇÕES REGULAMENTO ESPECÍFICO

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

# 2024



# CBG

CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
GINÁSTICA

NEUTROX

NEWON  
GRUPO PREVENT SENIOR



Estácio

institutos  
YDUQS

loterias  
CAIXA

GOVERNO FEDERAL  
BRASIL  
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

**REGULAMENTO TÉCNICO — 2024**  
**GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA (GAF)**

**CADERNO DE DEDUÇÕES ESPECÍFICAS SÉRIES OBRIGATÓRIAS E LIVRES**  
**Campeonatos Brasileiros e Torneio Nacional**

Este documento tem como objetivo orientar técnicos, árbitros e ginastas sobre as deduções aplicadas às séries obrigatórias e livres dos Campeonatos Brasileiros Pré-Infantil e Infantil, assim como todas as categorias do Torneio Nacional de GAF.

Toda e qualquer outra dedução não especificada aqui, será de acordo com o CP.

Casos omissos serão decididos pela direção da competição junto ao painel D do aparelho.

Todos devem ter conhecimento não só dos regulamentos nacionais, mas do Código de Pontuação vigente, Regulamento Geral CBG e RT FIG.

**COMITÊ TÉCNICO:**

**Coordenadora:** Adriana Alves

**Vice Coordenadora:** Jaqueline Pires

**Membros:** Altair Prado, Elaine Gueriero, Eliane Martins, Mônica dos Anjos.

### Tabela de falhas gerais

FALHA	DEDUÇÃO		RESPONSÁVEL PELA DEDUÇÃO
Não finalizar um elemento com os pés primeiro	Sem VD, sem omissão	Valor da parte ou elemento	Painel D na ND
Falta de apresentação ao painel de arbitragem	No início e ou fim da série	0,30p uma vez	Painel D da NF
Auxílio do treinador durante o elemento	Sem VD, sem omissão.	1,00p cada vez.	Painel D da NF
Uniforme diferente para equipe	<b><u>Para CB conforme CP</u></b> TN igual para todas as ginastas ou igual para cada nível.	<b><u>CP</u></b> 1,00p uma vez	Painel D no 1º aparelho que seja identificado. Notificação a direção da competição
Uniforme incorreto	Decote na frente e nas costas ou cava no quadril acentuado, falta de emblema, transparências, joias, bandagens incorretas.	Ginastas 0,30p Equipe 1,00p	
Permanência não autorizada do treinador	Manter-se próximo ao aparelho: Nos colchões ou podium, fora o permitido	1x advertência verbal 2x dedução de 0,50p cada vez	Painel D da NF (ginasta)
Falhas disciplinares para ginastas ou treinadores	Conforme o CP		



**SALTO SOBRE A MESA**

**Salto 1.00 Reversão/ Plano Alto**



Deduções Específicas do Aparelho						
	0,10	0,30	0,50	0,80	1,00	OBS
<b>Primeiro voo</b>						
Ângulo no quadril	Até 30°	Até 45°	Até 90°			
Corpo arqueado ou selado	X	X	X			
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
<b>Repulsão (apoio)</b>						
Apoio escalonado		X				
Ajuste das mãos		X Pequeno ajuste	X Saltito com ambas as mãos		X caminhar na parada de mãos sobre a mesa	
Cotovelos flexionados	X	X	X			
Ângulo nos ombros	X	X				
<b>Segundo voo</b>						
Altura	X	X	X	X	Parada de mãos ponte	
Não manter a posição estendida do corpo	X	X				
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
Distância insuficiente (plano baixo)	X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa		X Bater c/ as costas na mesa	
Distância insuficiente (plano alto)	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa	X Pisar sobre a mesa ou apoiar a mão na mesa			
Desvio de direção	X					
Dinamismo	X	X	X	X (Pausa sobre a mesa)		
<b><u>ATERRISSAGEM PLANO BAIXO</u></b>	X Passo pequeno Cd um	X Passo largo >largura do ombro	X Chegada de cócoras		X Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos. Bater com as costas na mesa	
<b><u>ATERRISSAGEM PLANO ALTO</u></b> OBS: O objetivo deste salto, é que o salto seja feito com velocidade, altura e corpo levemente arqueado, podendo ocasionar um desequilíbrio para frente. Desta forma, passos à frente ou rolo devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem	X Passo pequeno cd para trás	X Passo largo >largura do ombro para trás	X Chegada de cócoras		X Queda sobre quadril, apoio de uma ou duas mãos atrás. Pisar na mesa	

Salto 1.20 Rodante/ Plano Alto



Deduções Específicas do Aparelho						
	0,10	0,30	0,50	0,80	1,00	OBS
<b>Primeiro voo</b>						
Falta de giro no EL para o salto do G3 ¼ - ½ giro (90° - 180°)		Menor ≤ 45°				
Ângulo no quadril	Até 30°	Até 45°	Até 90°			
Corpo arqueado ou selado	X	X				
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
<b>Repulsão (apoio)</b>						
Não passar pela vertical	X	X				
Cotovelos flexionados	X	X	X			
Ângulo nos ombros	X	X				
Ajuste das mãos		X Pequeno ajuste	X Saltito com ambas as mãos		X caminhar na parada de mãos sobre a mesa	
<b>Segundo voo</b>						
Altura	X	X	X	X		
Não manter a posição estendida do corpo	X	X				
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
Distância insuficiente (plano baixo)	X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa		X Bater com o abdômen ou pernas na mesa	
Distância insuficiente (plano alto)	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa				
Ângulo de finalização do ombro (plano alto)	X	X				
Desvio de direção	X					
Dinamismo	X	X	X	X (Pausa sobre a mesa)		
<b><u>ATERRISSAGEM PLANO BAIXO</u></b>	X Passo pequeno cd	X Passo largo >largura do ombro	X Chegada de cócoras		X Queda sobre quadril, joelhos, uma ou duas mãos.	
<b><u>ATERRISSAGEM PLANO ALTO</u></b>					X Queda sobre joelhos, apoio uma ou duas mãos a frente Pisar na mesa	
OBS: O objetivo deste salto, é que a corveta seja feita com velocidade, altura e o corpo levemente fechado, podendo ocasionar um desequilíbrio para trás. Desta forma, passos para trás ou rolo devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem						

**Salto 1.40 Rodante Flic/Plano Alto**



Deduções Específicas do Aparelho						
	0,10	0,30	0,50	0,80	1,00	OBS
<b>Primeiro voo</b>						
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
<b>Repulsão (Apoio)</b>						
Cotovelos flexionados	X	X	X			
Ângulo nos ombros	X	X				
Apoio alternado das mãos		X				
Ajuste das mãos		X Pequeno ajuste	X Saltito com ambas as mãos		X caminhar na parada de mãos sobre a mesa	
<b>Segundo voo</b>						
Altura	X	X	X	X		
Não manter a posição estendida do corpo (levemente fechado em posição de corveta)	X	X	X			
Joelhos flexionados	X	X	X			
Pernas e joelhos afastados	X	X >largura do ombro				
Distância insuficiente (plano baixo)	X Entre 100 cm e 150cm de distância da mesa	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa		X Bater com o abdômen ou pernas na mesa	
Distância insuficiente (plano alto)	X Entre 51 cm e 99 cm de distância da mesa	X ≤ que 50cm de distância da mesa	X Pisar sobre a mesa		Observar a altura do quadril e corveta na saída da mesa.	
Ângulo de finalização do ombro (plano alto)	X	X	X			
Desvio de direção	X					
Dinamismo	X	X	X			
<b>ATERRISSAGEM PARA PLANO ALTO</b> OBS: O objetivo deste salto é que a corveta seja feita com velocidade, altura e corpo levemente fechado, podendo ocasionar desequilíbrios para trás. Desta forma, passos atrás ou rolo, devido a execução correta do segundo voo, não sofrerão deduções por aterrissagem	X Passo pequeno para frente, cd vez	X Passo largo >largura do ombro para frente	X Chegada de cócoras		X Queda sobre joelhos, apoio uma ou duas mãos a frente Pisar na mesa	

**OBS:** Saltos inválidos: Apoio da cabeça na mesa, rolo por cima da mesa, cair deitada sobre a mesa.  
Demais deduções OU Casos omissos de acordo com o CP

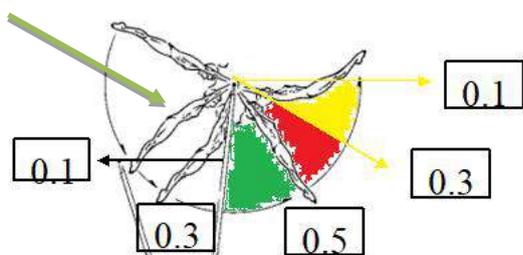


## PARALELAS ASSIMÉTRICAS E OU BARROTE

### 1. Balanços na suspensão sem rotação sobre eixo longitudinal

OBS: usar como referência a linha tronco com a BS-horizontal

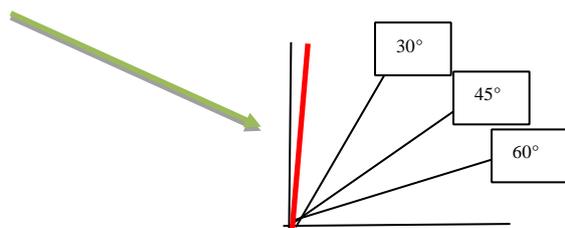
ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÃO
Balanço a frente	Na linha da BS	0.10p
Balanço a frente	Abaixo da linha da BS 30° 31° a 45°	0.30p
Balanço a frente	Abaixo da linha da BS 45°	0.50p
Balanço atrás	Pés na linha da BI	0.10p
Balanço atrás	Pés abaixo da Linha da BI	0.30p



### 2. Balanço na suspensão com rotação sobre eixo longitudinal

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÃO
Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a 30° (3.201)	Abaixo de 31° até 45° Abaixo de 45° até 60° Abaixo de 60°	0,30P 0.50p 0.50p sem VD sem omissão
Giro Gigante para trás com ½ giro no EL a parada de mãos (3.201)	à 10° 11 à 30° 31 à 45° Abaixo de 45°	Sem dedução 0.10p 0.30p 0.50p
Saidas em mortal estendido	Leve flexão de joelhos e ou quadril Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0.10p 0.30p

OBS: ângulo de finalização giro gigante com ½ giro no EL



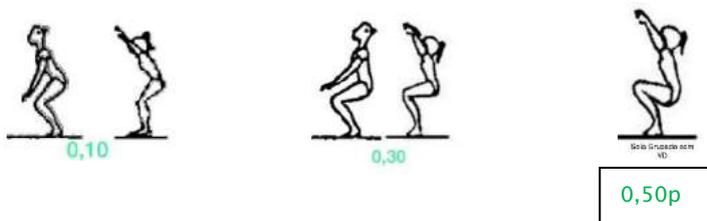
### 3. Impulsos atrás

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÃO
Impulso atrás à 90° (horizontal)	Abaixo de 90° (horizontal) ATÉ 10° (80°) 79° OU MENOS	0,10p 0,30p
Impulso atrás acima de 90° (horizontal)	À 90° (horizontal) Abaixo de 90° (horizontal)	0,10p 0,30p
Impulso atrás a 45°	Abaixo de 45° até 60° Abaixo de 60°	0,10p 0,30p
Impulso atrás a 30°	Abaixo de 30° até 45° Abaixo de 45°	0,30p 0,50p
Impulso atrás a parada de mãos	Da parada até 10° 11° à 30° Abaixo de 30°	Sem dedução 0,30p 0,50p

### 4. Elementos circulares próximo a barra OBS: ângulo de finalização

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÃO
Giro facial livre	Bater com a coxa ou quadril na barra e dar sequência no kipe.	0,30p sem VD sem Omissão
	Bater com a coxa ou quadril na barra e parar.	0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realiza o kipe.
Giro circular próximo a barra a 90° (horizontal)	Abaixo de 90° (horizontal)	0,10p
	Bater com a coxa ou quadril e dar sequência no kipe	0,30p sem VD sem Omissão
	Bater com a coxa ou quadril na barra e parar	0,50p sem VD sem omissão + 0,50p por embalo intermediário para realiza o kipe.
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 45°	Abaixo de 45° até 60°	0,30p
	Abaixo de 60°	0,30p sem VD sem Omissão
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) mínimo 30°	Abaixo de 30° até 45°	0,30p
	Abaixo de 45°	0,30p sem VD sem Omissão
Giro circular próximo a barra (4.304/5.308) à parada de mãos	Da parada à 10°	0,10p
	11° à 30°	0,30p
	Abaixo de 30°	0,30p sem VD sem Omissão
Giro de sola para trás carpado	Leve flexão de joelhos	0,10
	Flexão moderada dos joelhos	0,30 sem VD sem Omissão
	Flexão acentuada dos joelhos	0,50 sem VD sem Omissão
Subida grupada ao apoio dos pés, ou giro de sola impulso à suspensão na BS	Queda e Não executar o impulso a suspensão na BS	1,00 sem VD sem Omissão

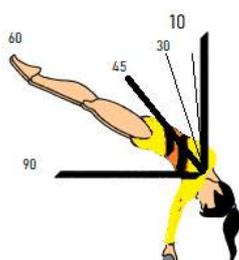
OBS: Demais deduções conforme CP.



Ilustrações para compreensão

Giro de sola para trás carpado, ângulo de flexão dos joelhos na finalização do giro.

Esclarecimento sobre ângulos de finalização para Impulso atrás ou elementos circulares



Legenda:	
Ângulo de finalização	
1	10°
2	30°
3	45°
4	60°
5	90°

## ESCLARECIMENTOS

### Repetição de elementos

Exemplo: 2X seguidas o giro de quadril ou 2X seguidos o giro de sola (quando não solicitado)

DEDUÇÃO: 0,50 por adição de elemento.

Grupado ou giro de sola - Caso a ginasta repita nas séries obrigatórias, será dedução de inclusão de elemento. (cada vez 0,50p.)

OBS:

Para os níveis que tem kipe na entrada. Caso a ginasta substitua por oitava não será considerado acréscimo de elemento. Ficará Sem VD e com omissão

Nível 4 e 5

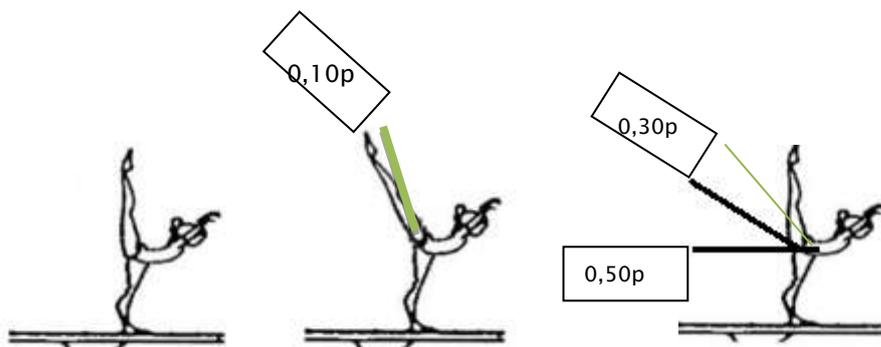
	ELEMENTO SOLICITADO	OBSERVAÇÃO
	Balanço a frente com ½ giro no EL a tomada dorsal	Será aceito a tomada dorsal e a tomada mista. O balanço extra para troca da empunhadura não será elemento adicional



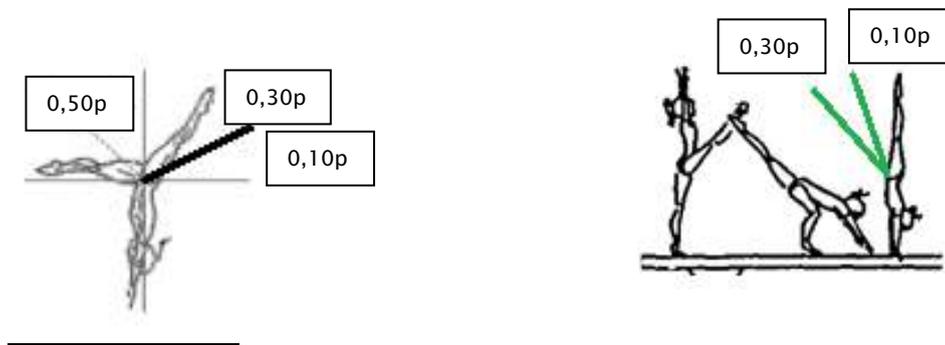
## TRAVE DE EQUILÍBRIO

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÃO	
Entrada de esquadro	Entrar uma perna depois a outra	0,10p	
	Pés com altura abaixo de 90°	0,10p	
	Pernas encostadas nos braços	0,10p	
	QUICAR 2X NO TRAMPOLIM	0,30p	
Avião	Insuficiente afastamento:	Sem dedução	
	Até 10°		
	30° a 45°		0,10p
	Abaixo de 45° a 60°		0,30p
	Abaixo de 60° a 90°		0,50p
Giro 360° Giro 180°	Não marcar 2"	0,10p	
	Tronco abaixo de 90°	0,10p	
Parada de mãos com afastamento 180°	¼ faltante	0,10p	
	Não sustentar a ½ ponta	0,10p	
Não chegar a vertical	Insuficiente afastamento	0,50p sem VD sem omissão	
	0° a 20°		
	21° a 45°		
	>45°		
	Entre 10° e 30°		
	Entre 31° e 45°		
Não chegar a vertical	Abaixo de 45°	0,10p	
	Não marcar 2"	0,30p	
	Não unir as pernas na vertical	0,50p sem VD sem omissão	

Avião



Parada de mãos



Falhas Gerais e Deduções específicas

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÕES
Entradas: subida à força ou com ponte para frente	Subir a parada de mãos não marcar e cair Subir a parada de mãos marcar 2" e cair Subir a parada de mãos marcar 2" e cair sem realizar a ponte para frente (N8) Realizar a entrada na posição incorreta	0,10p + queda. Sem VD, sem omissão Somente queda Queda + Sem VD, sem omissão 0,30p
Sequências acrobáticas e Sequência de dança	Falta de ritmo sem descaracterizar a sequência Pausa (intencional) sem a realização do segundo elemento Não apoiar um dos pés ao final da sequência de dança Queda entre os elementos sem executar o segundo elemento	0,10p Sem VD, 0,50p por omissão Sem VD, sem omissão Sem VD, 0,50p omissão
Falta de movimento próximo a trave	Não encostar com pelo menos duas partes diferentes do tronco. Falta de criatividade	0,30p 0,10p
Movimentos laterais	Não realizar ao menos dois passos ligados com deslocamento lateral Falta de criatividade	0,30p 0,10p
Mortal de costas grupado abrindo	Falta de definição das fases (grupar e depois abrir) Abertura insuficiente ou tardia Não abrir o corpo	0,10p 0,10p 0,30p
Ponte para trás	Falta de manutenção da perna a 90° no início e no final do movimento (min.1")	0,10p cada
Ponte para frente	Falta de manutenção da perna a 90° no final do movimento (min.1")	0,10p
Equilíbrio facial + impulso a parada	Realizados separados em momentos diferentes da série	Sem VD sem omissão
Saidas em mortal estendido	Leve flexão de joelhos e ou quadril Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0,10p 0,30p

**OBS:** Demais descontos pelo CP

■	<b>SOLO</b>
---	-------------

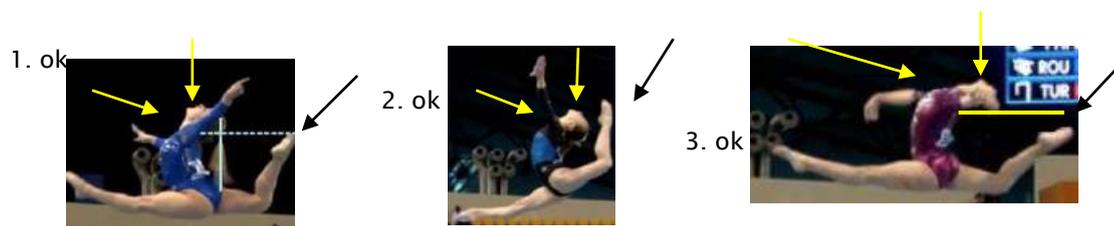
Falhas Gerais

ELEMENTO SOLICITADO	FALHA	DEDUÇÕES
Giros de 720° Giros com variação de perna livre	¼ faltante Conforme observação abaixo da tabela.	0,10p
Sequências acrobáticas	Com pausa intencional ou incompletas Pequena falta de ritmo sem descaracterizar a sequência	Sem VD, 0,50p por omissão 0,10p
Salto de extensão ao final do flic flac	Não realizar o salto	0,30p
	Altura insuficiente	0,10p
Salto hop Foutté	Não caracterizar arabesque	0,10p
Mortais para frente e para trás	Posição incorreta da cabeça	0,10p
Mortal com 360° de pirueta	¼ faltante	0,30p
Mortal de costas grupado abrindo	Falta de definição das fases (grupar e depois abrir)	0,10p
	Abertura insuficiente ou tardia	0,10p
	Não abrir o corpo	0,30p
Mortal para trás estendido	Leve flexão de joelhos e ou quadril	0,10p
	Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0,30p
Mortal para frente estendido OBS: Poderá ser usada a técnica de flic para frente sem mãos	Leve flexão de joelhos e ou quadril	0,10p
	Flexão de joelhos e ou quadril moderada	0,30p
Passagem de dança	Ordem incorreta dos saltos	0,30p
	Executar saltos diferentes dos solicitados	Sem VD + 0,50p por acréscimo de elemento, sem omissão
	Falta do chassê quando solicitado	0,30p
Rolamento para trás carpado ou oitava a parada de mãos OBS: os desvios da vertical seguem	Leve flexão de joelhos	0,10
	Flexão moderada dos joelhos	0,30 sem VD sem Omissão
	Flexão acentuada dos joelhos	0,50 sem VD sem Omissão
Oitava a parada de mãos (desvios da vertical)	Entre 10° e 30°	0,10P
	Entre 31° e 45°	0,30P
	Abaixo de 45°	0,50p sem VD sem omissão
Peixe com grande fase de voo	Altura insuficiente	0,10p, 0,30p ou 0,50p
	Carpa durante a fase de abertura do voo	0,10p ou 0,30p
	Rolo voado	Sem VD sem omissão

OBS: Os elementos de dança para receberem o VD nas séries obrigatórias, deverão apresentar as características abaixo. Para as séries livres será seguido as regras do CP.

Ex: Saltos com pé na cabeça, giros com perna livre a 90°, etc.

**Demais descontos pelo CP.**



Obs1:

Os saltos com pé na cabeça para serem validados deverão:

Ter cabeça para trás, o mínimo de arco e flexão de perna atrás.

Deduções por especificidades ou forma do corpo, serão aplicadas conforme o CP. Com VD e Sem omissão.

**Obs2:**

Saltos com giro c/ ou s/ troca de pernas terão uma tolerância <45° faltantes por giro.

**Obs3:**

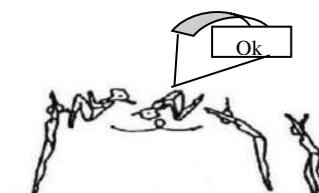
Giros perna livre a 90° - Deverão manter a perna durante 360° EL na horizontal. Haverá uma tolerância de até 10° abaixo da linha, porém os giros não poderão ser incompletos.

**Obs4:**

Giro com 180° de split sustentando a perna - Deverão segurar a perna durante 360° EL. Haverá uma tolerância <45° caso solte a perna antes de completar a volta, porém os giros não poderão ser incompletos.

### MORTAL DE COSTAS ABRINDO

A abertura deve ocorrer a partir da posição invertida até ¼ do mortal



### **ESCLARECIMENTOS**

#### DEDUÇÕES ESPECÍFICAS

#### EXERCÍCIO CURTO:

Paralela Assimétrica, Trave e Solo

Dedução neutra - DN

5 elementos - 1,00p

4 elementos - 2,00p

3 elementos - 3,00p

2 elementos ou menos - 4,00p



As deduções aqui especificadas são aquelas diferentes do código de pontuação. Toda e qualquer outra falha será avaliada através das tabelas de falhas gerais, apresentação artística ou descontos específicos de cada aparelho, encontrados no CP.

Vale ressaltar, que a qualidade de execução deverá ser o ponto principal na estratégia do treinador para a seleção dos níveis a serem apresentados, visto que a diferença de VD entre cada um é apenas um ponto. Casos omissos para todos os aparelhos serão decididos no ato da apresentação da ginasta pelo painel D junto à direção da Competição.

**BOM TRABALHO!**