

# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE GIMNASTICĂ COMISIA TEHNICĂ MASCULINĂ



## PROGRAMA DE CLASIFICARE GIMNASTICĂ ARTISTICĂ MASCULINĂ

2012

Prezenta programă de clasificare intră în vigoare la data de 1 ianuarie 2012 și este obligatorie pentru toate secțiile de gimnastică artistică masculină din structurile sportive afiliate federației.

## **1. TITLURI SPORTIVE ȘI CLASIFICĂRI**

### **1.1. Cerințe pentru obținerea titlurilor sportive**

**Titlul de “MAESTRU AL SPORTULUI”** se va acorda dacă gimnastul realizează de două ori un punctaj de 84,00 pct. în cadrul unor competiții interne sau internaționale de seniori sau dacă obține următoarele rezultate:

- locul IV-VIII la Jocurile Olimpice sau Campionatele Mondiale;
- locul I-III la Jocurile Olimpice de Tineret;
- locul II-III la Campionatele Europene (loc I la Campionatele Europene de juniori);
- locul I-III la Jocurile Mondiale Universitare;

**Titlul de “MAESTRU EMERIT AL SPORTULUI”** se va acorda sportivilor care au obținut unul din următoarele rezultate în competițiile oficiale de seniori:

- locul I-III la Jocurile Olimpice;
- locul I-III la Campionatele Mondiale;
- locul I la Campionatele Europene;
- 2 locuri II-III la Campionatele Europene.

### **1.2. Acordarea titlurilor sportive**

În conformitate cu prevederile Ordinului nr. 117/19.04.2004 al Agenției Naționale Pentru Sport, titlurile sportive se acordă după cum urmează:

**Titlul de “MAESTRU AL SPORTULUI”** se va acorda de către Autoritatea Națională pentru Sport și Tineret, la propunerea Federației Române de Gimnastică.

**Titlul de “MAESTRU EMERIT AL SPORTULUI”** se va acorda de către Autoritatea Națională pentru Sport și Tineret, la propunerea Federației Române de Gimnastică.

### **1.3. Acordarea clasificărilor sportive**

Promovarea de la un nivel la altul și de la o categorie la alta se va face după realizarea următoarelor punctaje:

- Categoria Juniori IV - 72,00 puncte;
- Categoria Juniori III - 73,00 puncte;
- Categoria Juniori II - 75,00 puncte;
- Categoria Juniori I - 78,00 puncte.

Categoriile și nivelurile de clasificare vor fi atestate de către federație după realizarea respectivelor punctaje în cadrul competițiilor oficiale și se vor înscrie în carnetul de legitimare al sportivului, aplicându-se semnătura și ștampila Federației Române de Gimnastică. Înscrierea se va face la cererea secțiilor afiliate de care aparțin respectivii sportivi.

## 2. PRINCIPII GENERALE

Principiile generale stabilite de Regulamentul Tehnic și Codul de Punctaj FIG în vigoare vor fi luate în considerare pentru aprecierea exercițiilor, cu excepțiile prevăzute de prezenta programă de clasificare.

Cerințele generale privind vârsta, conținutul exercițiilor la fiecare categorie și nivel sunt prevăzute în tabelul de mai jos:

Categorie	Categorie a IV-a (Juniori IV)		Categorie a III-a (Juniori III)		Categorie a II-a (Juniori II)	Categorie I-a (Juniori I)	Maestri
	1	2	3	4	5	6	Seniori după 18 ani
Nivelul	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18	
Vârsta	impuse	impuse	6 5+cob.		7 6+cob.	8 7+cob.	Cod FIG seniori
Total elemente	impuse	impuse	4		4	-	
Elemente impuse	0	0	2		3	8	
Elemente liber alese							

Vârstele pentru fiecare categorie de clasificare sunt obligatorii.

La toate aparatele se vor acorda două note separate nota D (dificultate) și nota E (execuție), totalul celor două note constituind nota finală.

### Precizări privind nota D:

- La categoria a IV-a nota D are următoarea valoare:
  - Pentru nivelul 1 – 4,00 puncte;
  - Pentru nivelul 2 – 4,30 puncte.
- La categoria a III-a, a II-a și I-a nota D va cuprinde prin însumare următoarele elemente:
  1. valoarea grupelor de elemente sau elemente impuse stabilite pentru fiecare aparat și nivel de clasificare. Elementele impuse trebuie în mod obligatoriu să facă parte din nota D. Valoarea grupelor de elemente sau elemente impuse este de 1,00 punct pentru fiecare;
  2. suma valorii unui anumit număr de elemente liber alese (cele mai bune), în funcție de nivelul de clasificare (coborârea va fi inclusă în acest număr de elemente).
  - la sol, cal cu mănere, inele, paralele și bară fixă următoarele valori de dificultate vor fi luate în considerare:

Părți de valoare	A	B	C	D	E	F
Valoare	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60

- elementele repetate nu pot fi recunoscute și luate în calcul pentru nota D;
- la sărituri nota D pentru săriturile executate corespunde cu valoarea din Codul de Punctaj (excepție categoria a IV-a).

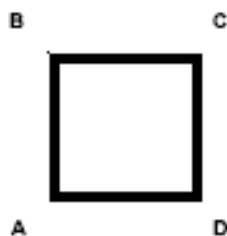
Precizări privind nota E:

- Se acordă un număr de 10,00 puncte pentru prezentarea exercițiului la fiecare aparat și nivel de clasificare. Penalizările pentru prezentarea exercițiului se vor face în zecimi de punct conform prevederilor Codului de Punctaj FIG în vigoare și penalizărilor speciale din prezenta programă;
- La categoriile a III-a și a II-a, pentru exercițiile incomplete ca număr de elemente, nota E se diminuează cu 1 punct pentru fiecare element lipsă.

**Categoria a IV-a (Juniori IV)****Nivelul 1****SOL**

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din stând cu fața spre direcția A-C: - pas înainte cu piciorul stâng și ridicarea brațelor prin înainte, stângul lateral, dreptul sus: pas cu piciorul drept înainte și coborârea brațului drept lateral și ridicarea brațului stâng sus;		Ritm sacadat	0,10
			Direcția de lucru a brațelor neconformă cu descrierea	0,10
			Greșeli uzuale	
2.	Ridicarea piciorului stâng înainte, brațele sus, cu așezarea piciorului stâng pe sol, trecere din elan în stând pe mâini menținut;	0,50	Menținere 1 sec.	0,30
			Menținere 2 sec.	0,10
			Greșeli uzuale	
3.	Rostogolire înainte în ghemuit, brațele lateral și săritură dreaptă cu întoarcere 360°, cu rotarea brațelor în jos spre înainte, în stând, brațele lateral;		Greșeli uzuale	
4.	Din elan răsturnare înainte în stând, brațele sus;	0,50	Greșeli uzuale	
5.	Cu balansarea piciorului stâng înainte, brațele coboară lateral, așezarea piciorului stâng pe sol și prin săritură, balansarea piciorului drept înainte, forfecarea picioarelor și aterizare pe piciorul drept, brațele lateral;		Greșeli uzuale	
6.	Pas cu piciorul stâng și trecere în cumpănă înainte, brațele lateral (menținut);	0,30	Menținere 1 sec.	0,30
			Menținere 2 sec.	0,10
			Greșeli uzuale	
7.	Ridicarea trunchiului și întoarcere spre dreapta cu apropierea piciorului drept de piciorul stâng, brațele lateral (direcția C-D);		Greșeli uzuale	
8.	Rostogolire înainte în ghemuit și îndreptare de pe cap în stând, brațele sus;	0,30	Greșeli uzuale	
9.	Ridicarea piciorului stâng înainte și roată laterală spre stânga în stând depărtat, brațele lateral și întoarcere 90° spre dreapta cu apropierea picioarelor și coborârea brațelor;	0,30	Greșeli uzuale	

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
10.	Rostogolire înapoi prin stând pe mâini (marcat), coborârea picioarelor în stând;	0,50	Stând pe mâini nemarcat	0,30
			Greșeli uzuale	
11.	Rostogolire înainte în depărtat și trecere în sfoară laterală, cu pieptul pe sol, brațele lateral;	0,30	Greșeli uzuale	
12.	Trecere în culcat facial prin apropierea picioarelor, palmele pe sol în dreptul umerilor - retragerea bazinului pe călcâie și prin balansarea picioarelor spre înapoi trecere în stând pe mâini, așezarea piciorului drept pe sol și cu întoarcere 90° spre stânga, fandare laterală spre stânga, brațele oblic lateral. Apropierea piciorului drept și întoarcere 45° spre dreapta, ridicare în stând, brațele lateral (direcția D-B);	0,30	Greșeli uzuale	
13.	Ridicare pe vârfuri și din elan roată întoarsă, două răsturnări înapoi și săritură dreaptă, în stând.	1,00	Lipsă un flic	0,50
			Lipsă două flicuri	1,00



Spațiu de lucru sol.

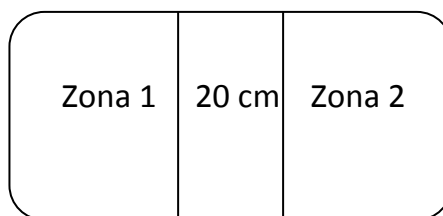
## CAPRĂ

Se va lucra la capră, înălțimea 0.80m de la nivelul saltelelor. Exercițiul poate fi inversat numai în totalitate.

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din stând cu fața la aparat, săritură și două cercuri în lateral spre dreapta;	1,50	Greșeli uzuale	
2.	Întoarcere 90° pe brațul drept spre stânga și două cercuri transversale în zona 2;	1,50	Nerespectarea direcțiilor de lucru	0,50
			Greșeli uzuale	
3.	Coborâre prin trecere dorsală în stând cu umărul drept spre aparat.	1,00	Greșeli uzuale	

Notă: direcția cercurilor poate fi inversată.

Disponere zone capră  
(zonele vor fi delimitate prin două benzi la distanță de 20 cm între ele)



**X**

Poziție începere exercițiu

## INELE

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din atârnat, luarea elanului balans înapoi balans înainte și balans înapoi la orizontala inelelor, balans înainte cu trecerea în atârnat răsturnat îndoit;	1,00	Corpul sub orizontală la balans înapoi	0,30
			Amplitudine insuficientă la balans înainte	0,30
			Greșeli uzuale	
2.	Întinderea corpului, trecere în atârnat și balans înapoi la orizontala inelelor, balans înainte la orizontala inelelor;	1,00	Corpul sub orizontală la balansuri	0,30
			Greșeli uzuale	
3.	Balans înapoi și răsucire înainte în atârnat răsturnat îndoit;	1,00	Greșeli uzuale	
4.	Prin întinderea corpului, trecere în atârnat și balans înapoi la orizontala inelelor, balans înainte și coborâre prin salt înapoi întins.	1,00	Corpul sub orizontală la balans înapoi	0,30
			Amplitudine insuficientă la salt întins	0,30
			Greșeli uzuale	

Notă: distanța dintre saltele și inele – 2,40 m.

## SĂRITURI

Se va executa răsturnare prin stând pe mâini, o singură săritură, la masa de sărituri, la înălțimea de 1.10 m. Se vor utiliza doua trambuline. Greșelile de execuție vor fi cele uzuale. Valoarea săriturii este de 4,00 pct.

## PARALELE

(înălțimea paralelor va fi de 1,75m, se poate utiliza o saltea suplimentară)

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din elan săritură între bare și îndreptare lungă joasă în sprijin așezat depărtat;	1,00	Greșeli uzuale	
2.	Schimbarea prizelor înaintea coapselor, apropierea picioarelor balans înainte, lăsare înapoi și îndreptare în sprijin așezat depărtat;	0,80	Greșeli uzuale	
3.	Apropierea picioarelor și balans înapoi peste orizontala umerilor, balans înainte la orizontală;	0,40	Balansuri sub orizontală	0,30
			Greșeli uzuale	
4.	Balans înapoi în stând pe mâini menținut;	0,80	Menținere 1sec.	0,50
			Menținere 1-2sec.	0,30
			Greșeli uzuale	
5.	Balans înainte și trecere peste o bară, cu întoarcere 180° spre aparat în stând.	1,00	Corpul sub orizontală	0,30
			Greșeli uzuale	

## BARA FIXĂ

(înălțimea barei fixe este de 2.20m, se poate utiliza o saltea suplimentară)

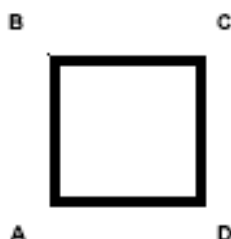
Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din atârnat, răsturnare înapoi din forță în sprijin;	1,00	Greșeli uzuale	
2.	Balans înapoi în sprijin plutitor peste orizontala umerilor și roată înapoi în sprijin;	1,00	Greșeli uzuale	
3.	Subbalansare în atârnat și balans înapoi;	0,80	Greșeli uzuale	
4.	Balans înainte și îndreptare în sprijin balans înapoi în sprijin plutitor peste orizontală, subbalansare, balans înapoi și săritură în stând.	1,20	Greșeli uzuale	
			Oprire după îndreptare	0,50

**Categoria a IV-a (Juniori IV)**

**Nivelul 2**

**SOL**

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din stând cu fața spre direcția A-C: elan și răsturnare înainte;	0,50	Greșeli uzuale	
2.	Rostogolire înainte grupat și îndreptare de pe cap;	0,50	Greșeli uzuale	
3.	Pas și stând pe mâini menținut, rostogolire înainte cu picioarele întinse în stând;	0,50	Menținere 1 sec.	0,30
			Menținere 1-2 sec.	0,10
			Greșeli uzuale	
4.	Coborârea brațelor lateral cu pas înainte și forfecare în stând cu un picior înainte și cumpănă înainte menținut;	0,50	Menținere 1 sec.	0,30
			Menținere 1-2 sec.	0,10
			Greșeli uzuale	
5.	Ridicarea corpului în stând cu întoarcere de 45° în direcția C-D;		Greșeli uzuale	
6.	Elan și salt înainte grupat;	1,00	Înălțime insuficientă	0,30
			Aterizare joasă	0,30
7.	Săritură cu 1/1 întoarcere și rostogolire înainte în stând depărtat brațele lateral;		Greșeli uzuale	
8.	Coborâre în sfoară și trecere în culcat facial;		Greșeli uzuale	
9.	Trecere pe genunchi și urcare în stând pe mâini urmat de întoarcere de 135°;		Greșeli uzuale	
10.	Pe direcția D-B elan și rondă flic salt înapoi grupat sau întins.	1,30	Lipsă salt	0,50



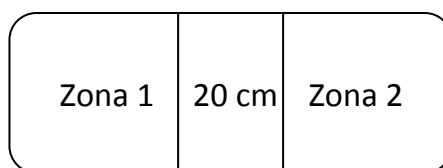
Spațiu de lucru sol.

## CAPRĂ

Se va lucra la capră, înălțimea 0,80 m de la nivelul saltelelor. Exercițiul poate fi inversat numai în totalitate.

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din stând cu fața la aparat, săritură și două cercuri în lateral spre dreapta;	0,80	Greșeli uzuale	
2.	Întoarcere 90° pe brațul stâng spre stânga și două cercuri transversale în zona 1;	0,80	Nerespectare zonei de lucru	0,50
			Greșeli uzuale	
3.	Întoarcere 90° pe brațul drept spre stânga și două cercuri în lateral;	1,00	Greșeli uzuale	
4.	Întoarcere 90° pe brațul drept spre stânga (1/2 șurub) în sprijin transversal și două cercuri transversale în zona 1;	0,80	Nerespectare zonei de lucru	0,50
			Greșeli uzuale	
5.	Coborâre prin ocolire germană.	0,90	Greșeli uzuale	

Disponere zone capră  
(zonele vor fi delimitate prin două benzi la distanță de 20 cm între ele)



**X**

Poziție începere exercițiu

## INELE

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din atârnat, luarea elanului și balans înapoi la orizontala inelelor, balans înainte cu trecerea în atârnat răsturnat îndoit;	0,80	Corpul sub orizontală la balans înapoi	0,30
			Amplitudine insuficientă la balans înainte	0,30
			Greșeli uzuale	
2.	Întinderea corpului, trecere în atârnat și balans înapoi la orizontala inelelor, balans înainte la orizontala inelelor;	1,00	Corpul sub orizontală la balansuri	0,30
			Greșeli uzuale	
3.	Balans înapoi la orizontala inelelor și răsucire înainte cu corpul întins în atârnat răsturnat;	1,20	Corpul îndoit la răsucire	0,50
			Greșeli uzuale	
4.	Atârnat răsturnat îndoit, răsucire înapoi și coborâre prin salt înapoi întins.	1,30	Amplitudine insuficientă la salt întins	0,30
			Greșeli uzuale	

## SĂRITURI

Se va executa răsturnare prin stând pe mâini, o singură săritură, la masa de sărituri (înălțimea de 1.10 m). Greșelile de execuție vor fi cele uzuale. Se va utiliza o singură trambulină. Aterizarea sub 1,00 m față de masa de sărituri se va penaliza cu 1,00 pct. Valoarea săriturii este de 4,30 pct.

## PARALELE

(Înălțimea paralelor va fi de 1,75m, se poate utiliza o saltea suplimentară)

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din elan săritură între bare și îndreptare lungă joasă în sprijin și balans înapoi în sprijin plutitor;	1,00	Balans sub orizontală	0,30
			Greșeli uzuale	
2.	Lansare în atârnat, îndreptare lungă joasă, balans înapoi, balans înainte și balans în stând pe mâini menținut;	1,30	Balans înainte și înapoi sub orizontală	0,50
			Nemenținere	0,50
			Menținere 1 sec.	0,30
			Greșeli uzuale	
3.	Balans înainte, lăsare înapoi și îndreptare în sprijin așezat depărtat, schimbarea prizelor înaintea coapselor și trecere din forță în stând pe mâini menținut (brațe întinse și corp îndoit);	1,00	Greșeli uzuale	
			Nemenținere	0,50
			Menținere 1 sec.	0,30
			Greșeli uzuale	
4.	Balans înainte și săritură peste o bară, cu întoarcere 180° spre aparat în stând.	1,00	Corpul sub orizontală	0,50
			Greșeli uzuale	

## BARA FIXĂ

(Înălțimea barei fixe este de 2.20m, se poate utiliza o saltea suplimentară)

Nr.	Descrierea părții	Val.	Greșeală	Pen.
1.	Din atârnat, luarea elanului și balans înapoi în sprijin plutitor peste orizontală	1,00	Balans sub orizontală	0,30
			Greșeli uzuale	
2.	Roata înapoi în sprijin subbalansare în atârnat și balans înapoi;	0,80	Balans sub orizontală	0,30
3.	Balans înainte și îndreptare în sprijin;	1,00	Greșeli uzuale	
4.	Balans înapoi în sprijin plutitor lansare în atârnat balans înainte și salt înapoi întins.	1,50	Amplitudine insuficientă la salt	0,50

### Categoria a III-a (Juniori III)

#### Nivelul 3

#### **SOL**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Salt înapoi întins	1,00 pct.
2.	Răsturnare înainte urmată de salt înainte	1,00 pct.
3.	Stând pe mâini din forță menținut	1,00 pct.
4.	Sfoară	1,00 pct.

#### **CAL CU MÂNERE**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Doua cercuri pe mâneri legate	1,00 pct.
2.	Transport lateral sau transversal	1,00 pct.
3.	Două cercuri transversale legate	1,00 pct.
4.	Ocolire germană	1,00 pct.

#### **INELE**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Stând pe mâini marcat	1,00 pct.
2.	Balans înapoi în sprijin echer	1,00 pct.
3.	2 răsuciri înapoi legate	1,00 pct.
4.	Coborâre salt întins la nivelul inelelor	1,00 pct.

#### **SĂRITURI**

- Masa de sărituri, înălțimea 1.20 m.
- Cerințe privind concursul I și III:
  - În concursul pe echipe sau concursul individual compus se va executa o săritură din grupa III;
  - În finalele pe aparate se vor executa două sărituri diferite (una din grupa III și una din grupa IV), media dintre cele două sărituri constituind nota finală.

#### **PARALELE**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Lansare în atârnat și balans înainte în sprijin (Moy)	1,00 pct.
2.	Din sprijin echer stând pe mâini din forță menținut	1,00 pct.
3.	Vals înainte	1,00 pct.
4.	Coborâre prin salt înapoi întins – pentru salt înainte este permis un balans în plus.	1,00 pct.

#### **BARĂ**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Din elan îndreptare în sprijin	1,00 pct.
2.	Gigantică înainte	1,00 pct.
3.	Gigantică înapoi	1,00 pct.
4.	Coborâre prin salt	1,00 pct.

### Categoria a III-a (Juniori III)

#### Nivelul 4

#### **SOL**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Salt înapoi cu întoarcere de cel puțin 1/1	1,00 pct.
2.	Din sprijin echer depărtat stând pe mâini menținut	1,00 pct.
3.	Răsturnare înainte salt înainte întins	1,00 pct.
4.	Rondă, răsturnare înapoi săritură cu întoarcere 1/2 și salt înainte	1,00 pct.

#### **CAL CU MÂNERE**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Un cerc pe mâner	1,00 pct.
2.	Un stökli direct A sau B sau coroană	1,00 pct.
3.	Un transport transversal minim 1/3, înainte sau înapoi	1,00 pct.
4.	Coborâre valoare minim B	1,00 pct.

#### **INELE**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Din stând pe mâini lansare înainte sau înapoi	1,00 pct.
2.	Planșa înapoi	1,00 pct.
3.	Din sprijin echer menținut stând pe mâini din forță menținut (este permisă depărtarea picioarelor)	1,00 pct.
4.	Coborâre minim dublu salt înapoi	1,00 pct.

#### **SĂRITURI**

- Masa de sărituri, înălțimea 1.25 m.
- Cerințe privind concursul I și III:
  - În concursul pe echipe sau concursul individual compus se vor executa două sărituri din grupa III (stând pe mâini salt grupat) și IV sau V;
  - În finalele pe aparate se vor executa două sărituri diferite din grupele III (stând pe mâini salt grupat) și IV sau V, media dintre cele două sărituri constituind nota finală.

#### **PARALELE**

Nr.	Elemente impuse	Valoare
1.	Îndreptare progresivă (finlandeza pe brațe)	1,00 pct.
2.	Salt sub în sprijin plutitor	1,00 pct.
3.	Moy	1,00 pct.
4.	Coborâre prin salt	1,00 pct.

#### **BARĂ**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Endo sau variante de Endo	1,00 pct.
2.	Stalder	1,00 pct.
3.	Gigantică înapoi și schimb cu ½ în gigantică înainte	1,00 pct.
4.	Coborâre valoare minim B	1,00 pct.

## **Categoria a II-a (Juniori II)**

### **Nivelul 5**

#### **SOL**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Dublu salt înapoi	1,00 pct.
2.	Stând pe mâini din forță minimum B	1,00 pct.
3.	O serie acrobatică înainte minimum C	1,00 pct.
4.	Salt înapoi cu minimum 2/1	1,00 pct.

#### **CAL CU MÂNERE**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Un transport transversal minimum 2/3	1,00 pct.
2.	O foarfecă	1,00 pct.
3.	O combinație de minimum două elemente pe un mâner (nu se consideră repetare)	1,00 pct.
4.	Coborâre valoare B sau C	0,50 pct./1 pct.

#### **INELE**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Balans înainte în sprijin echer	1,00 pct.
2.	Gigantică înainte sau înapoi	1,00 pct.
3.	Planșă liberă cu picioarele depărtate	1,00 pct.
4.	Coborâre valoare B sau C	0,50 pct./1,00 pct.

#### **SĂRITURI**

- Masa de sărituri, înălțimea 1.30 m.
- Cerințe privind concursul I și III:
  - În concursul pe echipe sau concursul individual compus se vor executa doua sărituri diferite din grupe diferite (III, IV, V);
  - În finalele pe aparate se vor executa două sărituri diferite din grupe diferite (III, IV, V), media dintre cele două sărituri constituind nota finală.

#### **PARALELE**

Nr.	Elemente impuse sau grup de elemente	Valoare
1.	Schimb de sprijin în stând pe mâini pe două bare	1,00 pct.
2.	Gigantică	1,00 pct.
3.	Salt sub în stând pe mâini	1,00 pct.
4.	Coborâre de valoare minim C	1,00 pct.

#### **BARĂ**

Nr.	Elemente impuse sau grupa de elemente	Valoare
1.	Un schimb cu întoarcere minim 1/1	1,00 pct.
2.	O desprindere minim B	1,00 pct.
3.	Adler	1,00 pct.
4.	Coborâre valoare B sau C	0,50 pct./1,00 pct.

**Categoria I-a (Juniori I)**

**Nivelul 6**

Se va concura în conformitate cu prevederile Codului de Punctaj FIG pentru juniori.

**Seniori**

Categoria Maeștri (după 18 ani) – se va concura în conformitate cu prevederile Codului de Punctaj FIG în vigoare.