



**LIBERTAS**  
CENTRO COMUNALE ROMA  
SETTORE GINNASTICA  
SEZIONE GINNASTICA RITMICA



# CAMPIONATO REGIONALE TOSCANA

**I Prova - Campionato Regionale  
Serie A - B - C - D ed Elite**

**28 febbraio - 1° marzo 2026**

**II Prova - Campionato Regionale  
Serie A - B - C - D ed Elite**

**28 e 29 marzo 2026**

In collaborazione con:



**Palazzetto "E. Iacopini" - Via Melegnano - Ponsacco (PI)**

CENTRO COMUNALE LIBERTAS ROMA - Viale Salvatore Rebecchini, 17 - 00148 Roma - Tel: 0655282936 / 065506622  
[segreteria@libertascroma.it](mailto:segreteria@libertascroma.it) - [segreteria@pec.libertascroma.it](mailto:segreteria@pec.libertascroma.it) - [www.libertascroma.it](http://www.libertascroma.it)



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI

 Ente di Promozione Sportiva  
Paralimpica riconosciuto dal  
Comitato Italiano Paralimpico



Patrocinio



Fotografo Ufficiale



Fornitore Ufficiale



## AFFILIAZIONE E TESSERAMENTO

Affiliazione (Comprensiva del tesseramento del Legale Rappresentante con Polizza A Base)	€ 35,00
Tesseramento Dirigenti – Polizza A Base	€ 8,00
Tecnici e Ufficiali di Gara – Polizza A1	€ 18,00
Tesseramento soci/atleti – Polizza A Base	€ 4,00
Tesseramento soci/atleti – Polizza A1	€ 6,00

**N.B. Per la specifica e la scelta delle polizze fare riferimento alla Normativa di Affiliazione e Tesseramento 2026.**

## Quote Anno Sportivo 2026

### PARTECIPAZIONE A GARE DI GINNASTICA RITMICA

Partecipazione atleti ai Campionati o manifestazioni - 1 esercizio	€ 15,00
Partecipazione atleti ai Campionati o manifestazioni - 2 esercizi	€ 18,00
Partecipazione squadre Campionato d’Insieme di Specialità ed Élite di Squadra (a ginnasta)	€ 15,00
Ritardata iscrizione atleti (come da regolamento)	da € 2,00 a € 30,00
Reclami e preannunci reclami sul campo gara (da consegnare all’Ufficiale di Gara)	€ 100,00

### MODALITA’ VERSAMENTO DELLE QUOTE

- Con carta di credito sul portale;
- Creazione di un “portafoglio” sul portale Centro Comunale Sportivo Libertas Roma. Le Società che ne faranno richiesta potranno fare un versamento, che sarà caricato come credito;
- a mezzo bonifico bancario intestato al Centro Comunale Sportivo Libertas Roma specificando dettagliatamente la causale – codice IBAN IT11T0325003201010000185926 Banca CREDEM ROMA AG. 2;
- Dal pagamento non sono ammesse detrazioni.

Di seguito l'indizione per i seguenti Campionati:

**I PROVA CAMPIONATO REGIONALE SERIA A, B, C, D, ed Èlite** **28 febbraio – 1° marzo 2026**

**II PROVA CAMPIONATO REGIONALE SERIA A, B, C, D, ed Èlite** **28 e 29 marzo 2026**

**Entrambe le prove verranno svolte presso il Palazzetto “E. Iacopini”, sito in Via Melegnano, Ponsacco (PI).**

#### **ORGANIZZAZIONE**

A cura del Centro Comunale Sportivo Libertas di Roma.

#### **CAMPO DI GARA E CAMPO DI ALLENAMENTO**

Pedana 13X13 in moquette.

#### **COMPOSIZIONE DELLA GIURIA**

- Le gare saranno giudicate da giudici del C.N.S. Libertas.
- Le modalità di composizione della giuria saranno indicate dal D.R.G..

#### **CONTROLLO TESSERE**

- Gli atleti dovranno esporre la propria tessera identificativa completa di foto, annullata con il timbro societario, all'interno di un badge con relativo nastrino da portare al collo.
- A richiesta dell'Ufficiale di Gara l'atleta, in presenza del proprio tecnico o dirigente accompagnatore, dovrà esibire la tessera.
- Nel caso di tessera mancante l'atleta dovrà esibire un valido documento d'identità.
- Non possono partecipare alle gare indette dal C.N.S. Libertas atleti che prendono parte ad attività con una Società diversa da quella affiliata al C.N.S. Libertas.
- In caso di accertamento di falsa attestazione, i responsabili saranno passibili delle conseguenze previste dalla legge in caso di dichiarazioni false o mendaci, oltre che alla segnalazione agli organi disciplinari per i soggetti tesserati.

#### **MUSICHE:**

Le MUSICHE in formato mp3 dovranno essere consegnate in campo gara su un supporto USB.

#### **SVOLGIMENTO DELLE MANIFESTAZIONI**

- È tassativamente vietato entrare in campo gara alle persone non autorizzate.

- In campo gara può essere presente massimo un tecnico o dirigente accompagnatore per ogni Società purché in regola con il tesseramento. Il tecnico o il dirigente accompagnatore per poter accedere al campo gara dovrà esporre la propria tessera identificativa, con foto, apposta all'interno di un badge con relativo nastrino da portare al collo.
- **Durante le premiazioni è tassativamente vietato entrare in campo gara per scattare foto se non al termine dell'intera gara e comunque autorizzati dagli organizzatori.**
- Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, atleti e Società che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva.

#### **NORME GENERALI SULLE ISCRIZIONI DEGLI ATLETI**

- Per partecipare alle gare le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti e almeno un TECNICO O DIRIGENTE ACCOMPAGNATORE, entro le scadenze previste dalla presente Circolare.
- Non sarà restituita la quota di partecipazione degli atleti iscritti che non saranno presenti in gara, salvo ritiro entro i termini previsti.

**Non è assolutamente possibile inviare le iscrizioni e i pagamenti per e-mail, posta, fax o brevi manu.**

**Non è consentito accettare iscrizioni, aggiunte, modifiche e/o pagamenti sul campo gara.**

Il Centro Comunale Sportivo Libertas di Roma si riserva il diritto di modificare il programma gare in relazione al numero dei partecipanti e alle esigenze organizzative e di **chiudere le iscrizioni** in qualsiasi momento al raggiungimento del numero massimo consentito.

#### **CLASSIFICHE**

- Le classifiche finali verranno stilate per ogni gara/categoria in base al punteggio attribuito dalla giuria.
- La segreteria del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma provvederà alla pubblicazione delle classifiche ufficiali direttamente sul sito [www.libertascroma.it](http://www.libertascroma.it).
- Le decisioni ed i provvedimenti adottati dal Corpo Giudicante in merito all'andamento della gara (classifiche, punteggi, ecc.) sono inappellabili, per cui non si accettano ricorsi di alcun genere.

**Per quanto non specificato fa fede il Programma Tecnico del CNS Libertas.**

#### **PREMIAZIONI**

Per i Campionati Nazionali di Serie A - B - C - D (solo LIVELLO A) secondo i livelli e gli esercizi in programma saranno premiate tutte le partecipanti della Categoria **Giovanissime, Allieve e Junior 1 (solo individuali)** secondo un criterio tutte per **FASCE DI MERITO**:

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| ➤ <b>dalla 1° alla 3° partecipante classificata</b>             | <b>FASCIA D'ORO</b>     |
| ➤ <b>dalla 4° alla 6° partecipante classificata</b>             | <b>FASCIA D'ARGENTO</b> |
| ➤ <b>dalla 7° alla 9° partecipante classificata</b>             | <b>FASCIA DI BRONZO</b> |
| ➤ <b>dalla 10° in poi una medaglia a tutte le partecipanti.</b> |                         |

Nel **Campionato Nazionale Serie D di Specialità - LIVELLO B** tutte le partecipanti verranno premiate per FASCE DI MERITO (1/3 FASCIA ORO, 1/3 FASCIA ARGENTO e 1/3 FASCIA BRONZO).

Nei Campionati dove è prevista la Categoria Baby tutte le ginnaste riceveranno una medaglia d'oro.

## CATEGORIE

BABY	Anni 2018 e successivi
GIOVANISSIME 1	Anni 2017 – 2018 *
GIOVANISSIME 2	Anno 2016
ALLIEVE 1	Anni 2015 – 2014
ALLIEVE 2	Anno 2013
JUNIOR	Anni 2012 – 2011
SENIOR	Anni 2010 e precedenti
OVER	Anni 2006 e precedenti

## CATEGORIE CAMPIONATO ÉLITE INDIVIDUALE

ALLIEVE A1	Anni 2017 – 2018*
ALLIEVE A2	Anno 2016
ALLIEVE A3	Anno 2015
ALLIEVE A4	Anno 2014
ALLIEVE A5	Anno 2013
JUNIOR 1	Anno 2012
JUNIOR 2	Anno 2011
SENIOR 1	Anno 2010
SENIOR 2	Anni 2009 e precedenti

SEZIONE GINNASTICA RITMICA

**I PROVA CAMPIONATO REGIONALE**

**SERIE A, B, C, D ed ÈLITE**

**28 febbraio e 1° marzo 2026**

**Palazzetto “E. Iacopini” – Via Melegnano – Ponsacco (PI)**

**ISCRIZIONE AL CAMPIONATO E DEGLI ATLETI ALLA GARA**

- Gli atleti dovranno essere iscritti attraverso il portale <https://portale.libertascrcroma.it/Login>
- Lunedì 16 febbraio 2026 SCADENZA ISCRIZIONI
- Martedì 17 febbraio 2026 fino alla mezzanotte è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando euro 2,00 in più per ogni atleta iscritto.
- Dopo tale data e in ogni caso entro e non oltre le ore 17:00 di mercoledì 18 febbraio 2026 è possibile effettuare l'iscrizione o l'aggiunta di uno o più atleti. In questo caso si dovrà pagare un'ulteriore sanzione di € 30,00 più € 2,00 per ogni atleta iscritto. Le Società potranno richiedere per mail alla Segreteria del Centro Comunale Sportivo Libertas di Roma (segreteria@libertascrcroma.it) l'apertura del portale per queste ulteriori iscrizioni. La Segreteria si riserva di accettare o meno la richiesta pervenuta tenendo presente anche le necessità organizzative.
- In caso di ritiro di uno/o più atleti, entro la mezzanotte di mercoledì 18 febbraio 2026, le quote di partecipazione già versate verranno automaticamente riaccreditate sul portafoglio societario. La Società avrà diritto al recupero delle quote solo se effettuerà tale comunicazione direttamente sul portale entro il termine stabilito.

**II PROVA CAMPIONATO REGIONALE**

**SERIE A, B, C, D ed ÈLITE**

**28 e 29 marzo 2026**

**Palazzetto “E. Iacopini” – Via Melegnano – Ponsacco (PI)**

**ISCRIZIONE AL CAMPIONATO E DEGLI ATLETI ALLA GARA**

- Gli atleti dovranno essere iscritti attraverso il portale <https://portale.libertascrcroma.it/Login>
- Lunedì 16 marzo 2026 SCADENZA ISCRIZIONI
- Martedì 17 marzo fino alla mezzanotte è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando euro 2,00 in più per ogni atleta iscritto.
- Dopo tale data e in ogni caso entro e non oltre le ore 17:00 di mercoledì 18 marzo 2026 è possibile effettuare l'iscrizione o l'aggiunta di uno o più atleti. In questo caso si dovrà pagare un'ulteriore sanzione di € 30,00 più € 2,00 per ogni atleta iscritto. Le Società potranno richiedere per mail alla Segreteria del

Centro Comunale Sportivo Libertas di Roma (segreteria@libertasccroma.it) l'apertura del portale per queste ulteriori iscrizioni. La Segreteria si riserva di accettare o meno la richiesta pervenuta tenendo presente anche le necessità organizzative.

- In caso di ritiro di uno/o più atleti, entro la mezzanotte di mercoledì 18 marzo 2026, le quote di partecipazione già versate verranno automaticamente riaccreditate sul portafoglio societario. La Società avrà diritto al recupero delle quote solo se effettuerà tale comunicazione direttamente sul portale entro il termine stabilito.

## CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A DI SPECIALITA'

Il **Campionato Nazionale di Serie A di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate al C.N.S. Libertas. Sono ammessi anche ginnasti di sesso maschile. **Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali GOLD (individuali, di rappresentativa e di insieme) e SILVER individuali LE nell'anno 2025 e nell'anno in corso e le ginnaste che partecipano ai diversi Campionati del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma, ad eccezione del Campionato Nazionale di Insieme di Specialità, del Campionato Individuale Elite e della Coppa Italia.**

1. Segue il Codice dei Punteggi del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma Settore Ginnastica - Sezione Ginnastica Ritmica.
2. Sono previsti esercizi individuali, di coppia/successione e di squadra (da 3 a 8 ginnaste).
3. Una ginnasta può gareggiare con max. 2 esercizi.
4. Una ginnasta non può far parte di 2 coppie/2 successioni/2 squadre nella stessa specialità.
5. È permesso il passaggio in una categoria superiore per le gare di coppia/successione/squadra e gareggiare nella propria categoria individualmente. (Esempio: una ginnasta giovanissima può gareggiare in una coppia allieve e restare nella categoria GIOVANISSIME individualmente).
6. È altresì permesso iscriversi individualmente in una categoria superiore, permanendo in quella categoria in tutte le specialità e fasi del campionato.
7. La classifica sarà per attrezzo.
8. La SUCCESSIONE è considerata un esercizio di coppia in quanto sono due ginnaste ad eseguire le due specialità durante un unico esercizio. Una ginnasta può iniziare con una delle due specialità previste, mentre l'altra si posizionerà fuori dalla pedana vicino alla riga ed entrerà con il secondo attrezzo quando la prima ginnasta uscirà dalla pedana (è tollerata una presenza in pedana di entrambe le ginnaste per max. 3 secondi, NO COLLABORAZIONE). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

La durata della prima e della seconda parte dovrà essere ripartita equamente (è ammessa una differenza di max. 5 secondi tra prima e seconda parte. Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D). Gli attrezzi e le ginnaste momentaneamente non impegnati devono trovarsi al di

- fuori della pedana (non è possibile utilizzare la linea davanti alla giuria per cambi e attese). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).
- Il body per le ginnaste dell'esercizio a coppie/squadra deve essere identico, mentre può essere diverso per l'esercizio in successione. I ginnasti dovranno indossare body maschile o completini elasticizzati (canottiera e pantalone elasticizzato corto o lungo).
  - Per la gara di coppia/successione/squadra, la qualificazione alla fase nazionale non è nominativa ma societaria; pertanto, la composizione delle coppie/successioni/squadre può variare dalla fase regionale alla fase nazionale. Non sono però consentiti passaggi da una coppia/successione/squadra all'altra qualora una società si qualifichi con più coppie/successioni/squadre.

11. La durata della musica va da 1'00" a 1'30" massimo.

### **Categoria GIOVANISSIME 1-2**

Max. 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio - palla
- SUCCESSIONE: corpo libero - fune
- COPPIA UNIFICATA: corpo libero
- SQUADRA UNIFICATA: corpo libero

### **Categoria ALLIEVE 1-2**

Max. 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio - palla
- SUCCESSIONE: fune - clavette
- COPPIA UNIFICATA: corpo libero - cerchio
- SQUADRA UNIFICATA: cerchio

### **Categoria JUNIOR**

Max. 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE: corpo libero - fune - cerchio - palla - clavette
- COPPIA: 2 attrezzi uguali o differenti
- SQUADRA: 2 attrezzi uguali o differenti

### **Categoria SENIOR**

Max. 2 esercizi a scelta:

- INDIVIDUALE: fune - cerchio - palla - clavette - nastro
- COPPIA: 2 attrezzi uguali o differenti
- SQUADRA: 2 attrezzi uguali o differenti

## CAMPIONATO NAZIONALE SERIE B DI SPECIALITÀ'

Il **Campionato Nazionale di Serie B di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate al C.N.S. Libertas. Sono ammessi anche ginnasti di sesso maschile. **Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali GOLD (individuali, di rappresentativa e di insieme) e SILVER individuali LE, LD e LC2 nell'anno 2025 e nell'anno in corso e le ginnaste che partecipano ai diversi Campionati del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma, ad eccezione del Campionato Nazionale di Insieme di Specialità, del Campionato Individuale Elite e della Coppa Italia.**

1. Segue il Codice dei Punteggi del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma Settore Ginnastica - Sezione Ginnastica Ritmica.
2. Sono previsti esercizi individuali/misto, di coppia e di squadra (da 3 a 8 ginnaste).
3. Una ginnasta può gareggiare con max. 2 esercizi.
4. Una ginnasta non può far parte di 2 coppie/2 squadre nella stessa specialità.
5. È permesso il passaggio in una categoria superiore per le coppie/squadre e gareggiare nella propria categoria individualmente, tranne per la categoria Baby. Esempio: una ginnasta giovanissima può gareggiare in una successione categoria allieve e restare nella propria categoria (giovanissime) per le gare individuali.
6. È altresì permesso iscriversi individualmente in una categoria superiore, permanendo in quella categoria in tutte le specialità e fasi del campionato.
7. La classifica sarà per attrezzo.

8. L'esercizio MISTO di due attrezzi è considerato un esercizio individuale, in quanto è solo una sola ginnasta ad eseguire le due specialità durante un unico esercizio.

La ginnasta può iniziare con una delle due specialità previste e al suo ingresso dovrà posizionare l'attrezzo di cui avrà bisogno nella seconda parte dell'esercizio fuori dalla pedana vicino alla riga; stessa modalità dovrà essere utilizzata nel cambio attrezzo senza uscire dalla pedana (no rotolamento, no lancio dell'attrezzo fuori dalla pedana). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

La durata della prima e della seconda parte dovrà essere ripartita equamente (è ammessa una differenza di max. 5 secondi tra prima e seconda parte). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D). Gli attrezzi e le ginnaste momentaneamente non impegnati devono trovarsi al di fuori della pedana (non è possibile utilizzare la linea davanti alla giuria per cambi e attese). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

9. Il body per le ginnaste dell'esercizio a coppie/squadre deve essere identico, mentre può essere diverso per l'esercizio in successione. I ginnasti dovranno indossare body maschile o completini elasticizzati (canottiera e pantalone elasticizzato corto o lungo).
10. Per gli esercizi di coppia/squadra, la qualificazione alla fase nazionale non è nominativa ma societaria; pertanto, la composizione della coppia/squadra qualificatesi può variare dalla fase regionale alla fase nazionale. Non sono però consentiti passaggi da una successione all'altra qualora una società si qualifichi con più coppie/squadre.
11. La durata della musica per gli esercizi individuali va da 45" a 1'00" massimo, mentre per coppie e squadre va da 45" a 1'15".

### **PROGRAMMA TECNICO**

#### **Categoria BABY**

##### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero – palla
- COPPIA: corpo libero
- SQUADRA (3-8 ginnaste): corpo libero

#### **Categoria GIOVANISSIME 1-2**

##### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - fune - cerchio – palla
- INDIVIDUALE MISTO: corpo libero – clavette
- COPPIA UNIFICATA (giovanissime 1-2): cerchio
- SQUADRA UNIFICATA (giovanissime 1-2): corpo libero

#### **Categoria ALLIEVE 1-2**

##### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio - palla - clavette
- INDIVIDUALE MISTO: corpo libero - fune
- COPPIA UNIFICATA (allieve 1-2): palla
- SQUADRA UNIFICATA (allieve 1-2): corpo libero

#### **Categoria JUNIOR**

##### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio - palla - clavette
- INDIVIDUALE MISTO: fune - nastro
- COPPIA: cerchio
- SQUADRA: palla

## Categoria SENIOR

### Max. 2 esercizi a scelta tra:

- INDIVIDUALE: cerchio - palla – clavette-nastro
- INDIVIDUALE MISTO: cerchio - palla
- COPPIA: 1 palla/1 nastro
- SQUADRA: cerchio

## CAMPIONATO NAZIONALE SERIE C DI SPECIALITA'

**Il Campionato Nazionale di Serie C di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate al C.N.S. Libertas. Sono ammessi anche ginnasti di sesso maschile. **Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali GOLD (individuali, di rappresentativa e di insieme) e SILVER individuali LE, LD, LC2. LC1 e LB1 nell'anno 2025 e nell'anno in corso e le ginnaste che partecipano ai diversi Campionati del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma, ad eccezione del Campionato Nazionale di Insieme di Specialità, del Campionato Individuale Elite e della Coppa Italia.**

1. Segue il Codice dei Punteggi del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma Settore Ginnastica - Sezione Ginnastica Ritmica.
2. Sono previsti esercizi individuali/misto, di coppia/successione e di squadra.
3. Una ginnasta può gareggiare con max. 2 esercizi.
4. Una ginnasta non può far parte di 2 coppie/2 successioni/2 squadre nella stessa specialità.
5. È permesso il passaggio in una categoria superiore per le gare di coppia/successione/squadra e gareggiare nella propria categoria individualmente, tranne per la categoria Baby. Esempio: una ginnasta giovanissima può gareggiare in una successione categoria allieve e restare nella propria categoria (giovanissime) per le gare individuali.
6. È altresì permesso iscriversi individualmente in una categoria superiore, permanendo in quella categoria in tutte le specialità e fasi del campionato.
7. La classifica sarà per attrezzo.
8. La **SUCCESSIONE** è considerata un esercizio di coppia in quanto sono due ginnaste ad eseguire le due specialità durante un unico esercizio. Una ginnasta può iniziare con una delle due specialità previste, mentre l'altra si posizionerà fuori dalla pedana vicino alla riga ed entrerà con il secondo attrezzo quando la prima ginnasta uscirà dalla pedana (è tollerata una presenza in pedana di entrambe le ginnaste per max. 3 secondi, NO COLLABORAZIONE). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D). La durata della prima e della seconda parte dovrà essere ripartita equamente (è ammessa una differenza di max. 5 secondi tra prima e seconda parte). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

Gli attrezzi e le ginnaste momentaneamente non impegnati devono trovarsi al di fuori della pedana (non è possibile utilizzare la linea davanti alla giuria per cambi e attese). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

9. L'esercizio MISTO di due attrezzi è considerato un esercizio individuale, in quanto è solo una sola ginnasta ad eseguire le due specialità durante un unico esercizio.

La ginnasta può iniziare con una delle due specialità previste e al suo ingresso dovrà posizionare l'attrezzo di cui avrà bisogno nella seconda parte dell'esercizio fuori dalla pedana vicino alla riga; stessa modalità dovrà essere utilizzata nel cambio attrezzo senza uscire dalla pedana (no rotolamento, no lancio dell'attrezzo fuori dalla pedana). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

La durata della prima e della seconda parte dovrà essere ripartita equamente (è ammessa una differenza di max.

5 secondi tra prima e seconda parte). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

Gli attrezzi e le ginnaste momentaneamente non impegnati devono trovarsi al di fuori della pedana (non è possibile utilizzare la linea davanti alla giuria per cambi e attese). Penalità 0,30 se questa esigenza non viene rispettata (giudice D).

10. Il body per le ginnaste dell'esercizio a coppie/squadre deve essere identico, mentre può essere diverso per l'esercizio in successione. I ginnasti dovranno indossare body maschile o completini elasticizzati (canottiera e pantalone elasticizzato corto o lungo).

11. Per gli esercizi di coppia/successione/squadra, la qualificazione alla fase nazionale non è nominativa ma societaria; pertanto, la composizione della coppia/successione/squadra qualificatesi può variare dalla fase regionale alla fase nazionale. Non sono però consentiti passaggi da una coppia/successione/squadra all'altra qualora una società si qualifichi con più coppie/successioni/squadre.

12. La durata della musica va da 45" a 1'00" massimo.

## PROGRAMMA TECNICO

### **Categoria BABY (categoria non agonista)**

#### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero
- INDIVIDUALE MISTO: corpo libero – palla
- COPPIA: corpo libero
- SQUADRA: corpo libero

## Categoria GIOVANISSIME 1-2

### Max. 2 esercizi a scelta tra:

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio
- INDIVIDUALE MISTO: corpo libero – palla
- SUCCESSIONE: fune – palla
- COPPIA UNIFICATA (giovanissime 1-2): cerchio
- SQUADRA UNIFICATA (giovanissime 1-2): corpo libero

## Categoria ALLIEVE 1-2

### Max. 2 esercizi a scelta tra:

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio - palla
- INDIVIDUALE MISTO: corpo libero - clavette
- SUCCESSIONE: fune - palla
- COPPIA UNIFICATA (allieve 1-2): cerchio
- SQUADRA UNIFICATA (allieve 1-2): corpo libero

## Categoria JUNIOR

### Max. 2 esercizi a scelta tra:

- INDIVIDUALE: cerchio - palla
- INDIVIDUALE MISTO: cerchio - clavette
- SUCCESSIONE: fune - palla
- COPPIA: palla
- SQUADRA: cerchio

## Categoria SENIOR

### Max. 2 esercizi a scelta tra:

- INDIVIDUALE: cerchio - clavette
- INDIVIDUALE MISTO: palla - nastro
- COPPIA: palla
- SQUADRA: cerchio

## CAMPIONATO NAZIONALE SERIE D DI SPECIALITA'

Il **Campionato Nazionale di Serie D di Specialità** è riservato a tutte le ginnaste tesserate al C.N.S. Libertas.

Sono ammessi anche ginnasti di sesso maschile.

Nel **LIVELLO A** sono escluse le ginnaste che hanno partecipato anche ad una sola prova dei Campionati Federali **GOLD** (individuali, di rappresentativa e di insieme) e **SILVER** individuali LE, LD, LC2, LC1, LB2 e LB1 nell'anno 2025 e nell'anno in corso e le ginnaste che partecipano ai diversi Campionati del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma, ad eccezione del Campionato Nazionale di Insieme di Specialità, del

## **Campionato Individuale Elite e della Coppa Italia.**

**Nel LIVELLO B sono escluse le ginnaste che hanno partecipato a gare FGI di tutti i Livelli tranne per il GPT e che nell'anno in corso partecipano ai diversi Campionati del Circuito del CNS Libertas.**

**Questo programma è rivolto a ginnaste e ginnasti principianti (corsi con 2-3 ore settimanali).**

### **PARTECIPAZIONE ALLE GARE**

#### **LIVELLO A e LIVELLO B**

1. Segue il Codice dei Punteggi del Centro Comunale Sportivo Libertas Roma Settore Ginnastica - Sezione Ginnastica Ritmica.
2. Sono previsti esercizi individuali, di coppia e di squadra (da tre a 8 ginnaste).
3. Una ginnasta può gareggiare con max. 2 esercizi.
4. È permesso il passaggio in una categoria superiore per le gare di coppia/squadra e gareggiare nella propria categoria individualmente, tranne per la categoria Baby. Esempio: una ginnasta giovanissima può gareggiare per il collettivo nella categoria allieve e restare nella propria categoria (giovanissime) per le gare individuali.
5. È altresì permesso iscriversi individualmente in una categoria superiore, permanendo in quella categoria in tutte le specialità e fasi del campionato.
6. La classifica sarà per attrezzo.
7. Il body per le ginnaste dell'esercizio a coppie/squadre deve essere identico. I ginnasti dovranno indossare body maschile o completini elasticizzati (canottiera e pantalone elasticizzato corto o lungo).
8. Per gli esercizi di coppia/squadra, la qualificazione alla fase nazionale non è nominativa ma societaria; pertanto, la composizione della coppia/squadra qualificatasi può variare dalla fase regionale alla fase nazionale, non sono però consentiti passaggi da una coppia/squadra all'altra qualora una società si qualifichi con più coppie/squadre.
9. La durata della musica va da 45" a 1'00" massimo.

### **PROGRAMMA TECNICO LIVELLO A - B**

#### **Categoria BABY**

##### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - cerchio
- COPPIA: corpo libero - cerchio

## **Categoria GIOVANISSIME**

### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - fune - cerchio
- COPPIA: palla
- SQUADRA: corpo libero

## **Categoria ALLIEVE 1-2**

### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: corpo libero - fune - palla
- COPPIA: cerchio
- SQUADRA: corpo libero

## **Categoria JUNIOR**

### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: cerchio – palla - clavette
- COPPIA: cerchio
- SQUADRA: palla

## **Categoria SENIOR**

### **Max. 2 esercizi a scelta tra:**

- INDIVIDUALE: cerchio - palla - clavette
- COPPIA: palla
- SQUADRA: cerchio

## **CAMPIONATO NAZIONALE ÉLITE INDIVIDUALE**

Il Campionato Nazionale Élite individuale è riservato a tutte le ginnaste tesserate al C.N.S. Libertas.

### **1° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO INDIVIDUALE SPECIALITA' – 2 esercizi a scelta

Possono partecipare sia le ginnaste che hanno partecipato al campionato FGI GOLD SPECIALITA' che al CAMPIONATO INDIVIDUALE GOLD. La classifica sarà unica ed esclusivamente per specialità.

### **2° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO SILVER LE – 2 esercizi a scelta

Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato ai Campionati Individuali Gold.

### **3° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO SILVER LD – 2 esercizi a scelta

Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato ai Campionati Individuali Gold e al Campionato Individuale Silver LE.

#### **4° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO SILVER LC – 2 esercizi a scelta

Per il 4° livello ci saranno 2 classifiche diverse per ogni specialità:

- 4° LIVELLO 1 segue programma tecnico Campionato silver LC1
- 4° LIVELLO 2 segue programma tecnico Campionato silver LC2

Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato ai Campionati Individuali Gold e al Campionato Individuali Silver LE e LD.

#### **5° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO SILVER LB – 2 esercizi a scelta

Per il 5° livello ci saranno 2 classifiche diverse per ogni specialità:

- 5° LIVELLO 1 segue programma tecnico Campionato silver LB1
- 5° LIVELLO 2 segue programma tecnico Campionato silver LB2

Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato ai Campionati Individuali Gold e al Campionato Individuali Silver LE, LD e LC1 e LC2.

#### **6° LIVELLO**

Segue PROGRAMMA TECNICO F.G.I. CAMPIONATO SILVER LA – 2 esercizi a scelta

Per il 6° livello ci saranno 2 classifiche diverse per ogni specialità:

- 6° LIVELLO 1 segue programma tecnico Campionato silver LA1
- 6° LIVELLO 2 segue programma tecnico Campionato silver LA2

Sono escluse le ginnaste che hanno partecipato ai Campionati Individuali Gold e al Campionato Individuali Silver LE, LD, LC1, LC2, LB1 e LB2.

#### **PREMIAZIONI**

La classifica sarà per attrezzo. Verranno premiate le prime 3 ginnaste per ciascuna specialità e con medaglia di partecipazione tutte le altre ginnaste.