



POLISPORTIVE
GIOVANILI
SALESIANE

ASSOCIAZIONE NAZIONALE DI PROMOZIONE SPORTIVA

SEDE NAZIONALE
via Ernesto Monaci, 21 - 00161 ROMA – Tel. 06/4462179

PROGRAMMI TECNICI

A.S. 2025/2026

GINNASTICA RITMICA

AGGIORNAMENTO AL 27/08/2025





INDICE:

SEZIONE 1: INTRODUZIONE E REGOLE GENERALI

- 1.1 Introduzione alle PGS
- 1.2 Livelli tecnici e criteri di partecipazione
- 1.3 Categorie e fasce d'età
- 1.4 Ammissioni alla fase Nazionale
- 1.5 Premiazioni e Pari merito
- 1.6 Premi speciali
- 1.7 Allenatori ed accompagnatori
- 1.8 Giudici
- 1.9 Attrezzi
- 1.10 Body
- 1.11 Pettinatura e trucco

SEZIONE 2: PROGRAMMI TECNICI PGS DON BOSCO CUP

- 2.1 Generalità
- 2.2 Programmi tecnici Individuali
- 2.3 Programmi tecnici di Coppia
- 2.4 Programmi tecnici di Squadra
- 2.5 Programmi tecnici di Rappresentativa
- 2.6 Programmi tecnici Esercizi Collettivi - Coreografici

SEZIONE 3: PROGRAMMI TECNICI PGS PROMO – RITMICAMICA

- 3.1 Programmi tecnici Individuali
- 3.2 Programmi tecnici Collettivi e di Coppia
- 3.3 Programmi tecnici di Squadra
- 3.4 Programmi tecnici Supermini e Pre-Mini (ex Supermini Gold)



SEZIONE 1:

INTRODUZIONE E REGOLE GENERALI

1.1 INTRODUZIONE ALLE PGS

Le PGS (Polisportive Giovanili Salesiane) sono un ente di promozione sportiva in seno al quale si svolgono due Campionati differenti: la Don Bosco Cup, manifestazione principale rivolta agli sportivi più esperti (livelli ELITE, E, D, C2, C1, B), e RitmicAmica, manifestazione collaterale rivolta agli sportivi che si avvicinano per le prime volte alla ginnastica (livelli PROMO A, PROMO BASE 3, BASE 2 e BASE 1).

Entrambi i Campionati si svolgono in due fasi, Regionale e Nazionale.

Il numero di gare per la fase Regionale è a discrezione dei Comitati Regionali, a patto che venga svolto l'intero programma di qualificazione alla fase Nazionale.

Le ginnaste del livello ELITE (Gold) possono partecipare direttamente alla fase Nazionale "Torneo Don Bosco" senza partecipazione alle fasi regionali, previa richiesta alla Responsabile Regionale che deve inoltrare la richiesta alla Responsabile Tecnica Nazionale.

Ad ogni fase sono previsti 4 programmi:

- Programma individuale: 1, 2 o 3 esercizi come previsto dal programma
- Programma di coppia
- Programma di squadra – gara d'insieme
- Programma di Rappresentativa

Alla fase Regionale e alla fase Nazionale le ginnaste possono partecipare a tutti i programmi.

Alla fase Nazionale della Don Bosco Cup è prevista inoltre una gara speciale riservata ad esercizi Collettivi/Coreografici di libera partecipazione.

Le ginnaste sono suddivise, oltre che in base all'anno di nascita, anche per livello tecnico. Nelle tabelle riassuntive che seguono sono specificati i criteri di inclusione ed esclusione per ogni categoria e livello.



1.2 LIVELLI TECNICI INDIVIDUALI E CRITERI DI PARTECIPAZIONE



"DON BOSCO CUP"		
LIVELLO	CONSIGLIATO A:	CRITERI DI ESCLUSIONE:
ELITE	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali (TUTTI I TIPI) e/o ai Campionati di serie A, serie B e serie C, Squadra Allieve e/o ai Campionati d'Insieme GOLD - Ginnaste che vogliano cimentarsi in questa categoria a discrezione del tecnico.	Nessuna ginnasta esclusa.
E	- Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Silver LE o di livello inferiore - Ginnaste che partecipano al Campionato di Serie C Gold, Squadra Allieve Gold e Insieme Gold (purché individualmente partecipino a gare di livello Silver LE o inferiori) - Ginnaste tesserate solo PGS che vogliono cimentarsi in questo livello, a discrezione del tecnico	Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali (TUTTI I TIPI) e/o ai Campionati Gold di serie A, serie B
D	- Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Silver LD o di livello inferiore - Ginnaste partecipanti ai Campionati di Serie C Gold, Squadra Allieve Gold e Insieme Gold (purché individualmente partecipino a gare di livello Silver LD o inferiori) - Ginnaste tesserate solo PGS che vogliono cimentarsi in questo livello, a discrezione del tecnico	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali (TUTTI I TIPI) e/o ai Campionati Gold di serie A, serie B - Ginnaste partecipanti ai campionati Silver individuali LE
C2	- Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Silver LC2 o di livello inferiore - Ginnaste partecipanti ai Campionati di Squadra Allieve Gold e Insieme Gold (purché individualmente partecipino a gare di livello Silver LC2 o inferiori) - Ginnaste tesserate solo PGS che vogliono cimentarsi in questo livello, a discrezione del tecnico	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali (TUTTI I TIPI) e/o ai Campionati Gold di serie A, serie B, serie C - Ginnaste partecipanti ai campionati Silver individuali LD o LE
C1	- Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Silver LC1 o di livello inferiore - Ginnaste tesserate solo PGS che vogliono cimentarsi in questo livello, a discrezione del tecnico	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali (TUTTI I TIPI) e/o ai Campionati Gold di serie A, serie B, serie C, Squadra Allieve e/o ai Campionati d'Insieme GOLD - Ginnaste partecipanti ai campionati Silver individuali LE, LD, LC2 e/o di rappresentativa serie D LE
B	- Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Silver LB o di livello inferiore - Ginnaste tesserate solo PGS che vogliono cimentarsi in questo livello, a discrezione del tecnico	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali, di squadra, di rappresentativa anche solo 1 volta nel quadriennio - Ginnaste partecipanti ai camp. Silver individuali LE, LD, LC2, LC1 e/o di rappresentativa serie D LE, LD



“PROMO RITMICA MICA “		
LIVELLO	CONSIGLIATO A:	CRITERI DI ESCLUSIONE:
PROMO A	- Ginnaste che svolgono attività di avviamento e non hanno mai preso parte alla Don Bosco Cup di livello Elite, E, D, C2, C1 nell'Anno Sportivo precedente - Ginnaste partecipanti ai campionati individuali silver LA2 – LA1	- Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD individuali, di squadra, di rappresentativa anche solo 1 volta in precedenza o nell'anno sportivo in corso - Ginnaste partecipanti ai campionati Silver individuali LE, LD, LC, LB, di rappresentativa (Serie D LE, LD, LC) o di insieme Silver LE, LD, LC anche solo 1 volta in precedenza o nell'anno sportivo in corso
PROMO BASE 3	- Ginnaste che svolgono attività di avviamento e non hanno mai preso parte alla Don Bosco Cup di nessun livello - Ginnaste che abbiano già partecipato a gare Promo-Ritmica Amica negli anni sportivi precedenti e che vogliano cimentarsi in questo livello	Ginnaste che abbiano preso parte alle gare federali dei programmi GR-GOLD e/o GR-SILVER di qualsiasi tipo e/o livello anche solo 1 volta in precedenza o nell'Anno sportivo in corso
PROMO BASE 2	Ginnaste che svolgono attività di avviamento e non hanno mai preso parte alla Don Bosco Cup di nessun livello	Ginnaste partecipanti alle gare federali dei programmi GR-GOLD e GR-SILVER di qualsiasi tipo e/o livello anche solo 1 volta in precedenza o nell'Anno sportivo in corso
PROMO BASE 1	- Ginnaste che svolgono attività di avviamento e non hanno mai preso parte alla Don Bosco Cup di nessun livello o al programma individuale Promo A2-A1 e/o Base 3 e Base 2	PROMO RITMICAMICA Ginnaste che abbiano già preso parte alle gare PGS dei programmi A2-A1, Base 3 e Base 2 negli anni precedenti

N.B: Per tutti i casi non contemplati nella tabella precedente, fare riferimento alle Referenti Regionali che trasmetteranno le domande alla Responsabile Nazionale.

1.3 CATEGORIE E DIVISIONE PER FASCE D'ETA'



“DON BOSCO CUP”

CATEGORIE per gare INDIVIDUALI - PROGRAMMI ELITE

MINI (A1-A2)	Ginnaste nate negli anni 2016-2017-2018 (8 ANNI COMPIUTI)
PROPAGANDA (A3-A4)	Ginnaste nate negli anni 2014-2015
JUNIOR (A5-J1-J2)	Ginnaste nate negli anni 2011-2012-2013
SENIOR (S1-S2)	Ginnaste nate negli anni 2010 e precedenti

CATEGORIE per gare di COPPIE E SQUADRE - PROGRAMMI ELITE

COPPIA ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
COPPIA OPEN	Ginnaste nate negli anni 2013 e precedenti
SQUADRA ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
SQUADRA GIOVANILE	Ginnaste nate negli anni tra il 2011 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
SQUADRA OPEN	Ginnaste nate negli anni 2018 e precedenti (8 ANNI COMPIUTI)

CATEGORIE per gare di RAPPRESENTATIVA - PROGRAMMI ELITE

ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
OPEN	Ginnaste nate negli anni 2013 e precedenti

CATEGORIE per gare INDIVIDUALI - PROGRAMMI E

MINI (A1-A2)	Ginnaste nate negli anni 2016-2017-2018 (8 ANNI COMPIUTI)
PROPAGANDA (A3-A4)	Ginnaste nate negli anni 2014-2015
JUNIOR (A5-J1-J2)	Ginnaste nate negli anni 2011-2012-2013
SENIOR (S1-S2)	Ginnaste nate negli anni 2010 e precedenti

CATEGORIE per gare di COPPIE E SQUADRE - PROGRAMMI E

COPPIA ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
COPPIA OPEN	Ginnaste nate negli anni 2013 e precedenti
SQUADRA ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
SQUADRA OPEN	Ginnaste nate negli anni 2018 e precedenti (8 ANNI COMPIUTI)



CATEGORIE per gare di RAPPRESENTATIVA - PROGRAMMI E

ALLIEVE	Ginnaste nate negli anni tra il 2013 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
OPEN	Ginnaste nate negli anni 2018 e precedenti (8 ANNI COMPIUTI)

CATEGORIE per gare INDIVIDUALI - PROGRAMMI B-C1-C2-D

ESORDIENTI	Ginnaste nate nell'anno 2017-2018 (8 ANNI COMPIUTI)
MINI	Ginnaste nate negli anni 2015-2016
PROPAGANDA	Ginnaste nate negli anni 2013-2014
UNDER 15	Ginnaste nate negli anni 2011-2012
UNDER 17	Ginnaste nate negli anni 2009-2010
SENIOR	Ginnaste nate negli anni 2008 e precedenti

CATEGORIE per gare di COPPIE E SQUADRE - PROGRAMMI B-C1-C2-D

COPPIA ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini
COPPIA <u>GIOVANILE</u>	Ginnaste Esordienti , Mini, Propaganda e Under 15
COPPIA OPEN	Ginnaste Propaganda, Under 15, Under 17 e Senior
SQUADRA ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini e Propaganda
<u>SQUADRA GIOVANILE</u>	Ginnaste nate negli anni tra il 2011 e il 2018 (8 ANNI COMPIUTI)
SQUADRA OPEN	Ginnaste da Esordienti a Senior

CATEGORIE per gare di RAPPRESENTATIVA - PROGRAMMI B-C1-C2-D

ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini e Propaganda
<u>GIOVANILE</u>	Ginnaste Esordienti, Mini, Propaganda e Under 15
OPEN	Ginnaste da Esordienti a Senior



“PROMO RITMICAMICA “

CATEGORIE per gare INDIVIDUALI - PROGRAMMI PROMO	
SUPERMINI 1	Ginnaste nate negli anni 2019 e successivi
SUPERMINI 2	Ginnaste nate negli anni 2018, 2019 e 2020 (6 ANNI COMPIUTI)
PRE-MINI – programma speciale	Ginnaste nate negli anni 2018 e 2019
ESORDIENTI	Ginnaste nate nell'anno 2017-2018 (8 ANNI COMPIUTI)
MINI	Ginnaste nate negli anni 2015-2016
PROPAGANDA	Ginnaste nate negli anni 2013-2014
OPEN	Ginnaste nate negli anni 2012 e precedenti
CATEGORIE per gare di COLLETTIVI, COPPIE E SQUADRE - PROGRAMMI PROMO	
COPPIA o COLLETTIVO Supermini	Ginnaste Supermini 1, Supermini 2 e Pre-Mini
COPPIA ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini
COPPIA OPEN	Ginnaste Esordienti, Mini, Propaganda, Open
COLLETTIVO ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini
COLLETTIVO OPEN	Ginnaste Esordienti, Mini, Propaganda, Open
SQUADRA ALLIEVE	Ginnaste Esordienti, Mini
SQUADRA OPEN	Ginnaste Esordienti, Mini, Propaganda, Open



1.3.1 NOTE PER TUTTI I LIVELLI, CATEGORIE INDIVIDUALI, COPPIE, SQUADRE E RAPPRESENTATIVE:

1. È possibile partecipare alle gare individuali nella categoria immediatamente superiore per età a quella di appartenenza (ad es. passaggio da Mini a Propaganda), a discrezione dell'allenatore; tale scelta deve essere comunicata prima dell'inizio del Campionato alle Responsabili Regionali, e non può essere modificata durante l'anno.

2. Sono ammesse coppie, squadre e rappresentative "miste", purché le ginnaste gareggino nella categoria corrispondente alla ginnasta più anziana. Non è pertanto previsto un "FUORI ETA'" (ad esempio una ginnasta under15 in una squadra Giovanile B), in quanto la categoria OPEN prevede già ginnaste di tutte le età.

3. Negli esercizi di Coppia, Squadra e Rappresentativa non è obbligatorio (ma comunque è consigliato) partecipare nel livello più alto corrispondente al livello individuale di ciascuna ginnasta.

Si ricorda che l'obiettivo è che tutte le ginnaste gareggino nel livello consono alle proprie capacità, lo scopo non è quello di vincere a tutti i costi. Le rappresentative dovranno quindi essere il più possibile omogenee. La possibilità di inserire "fuori quota" viene data quindi solo per permettere a tutti di partecipare alla gara.

4. In caso di Ginnaste che per i Campionati Gold d'Insieme e di Rappresentativa (Serie A/B/C) siano in prestito ad altre Società rispetto a quella di origine, è possibile la partecipazione a tali programmi sia con la Società di provenienza che con la Società che ha richiesto il prestito. A livello individuale tali ginnaste possono gareggiare per la Società di provenienza.

5. Nelle coppie, squadre e rappresentative DI QUALSIASI LIVELLO non è possibile inserire una ginnasta **Supermini** in una delle categorie superiori (da esordienti a open), in quanto automaticamente la coppia (o squadra o rappresentativa) verrebbe inserita FUORI GARA **come da regolamento CONI che impedisce la stesura di una classifica per atleti al di sotto degli 8 anni.**

1.4 AMMISSIONI ALLA FASE NAZIONALE E PREMIAZIONI

1.4.1 DON BOSCO CUP

Sono ammesse tutte le atlete che hanno partecipato a minimo 1 prova regionale (ad esclusione del Torneo Don Bosco Elite a cui possono partecipare tutte le ginnaste interessate).

• Gare INDIVIDUALI:



“TORNEO DON BOSCO” - RISERVATO AL LIVELLO ELITE: Tutte le ginnaste che vogliano cimentarsi possono partecipare alla Finale Assoluta (min 2 max 3 esercizi, varranno i 2 punteggi migliori) o di Specialità (1 solo esercizio) con **AMMISSIONE DIRETTA SENZA OBBLIGO DI PARTECIPAZIONE ALLE PROVE REGIONALI;**

FINALE LIVELLI E/D/C2/C1/B:

- **Classifiche regionali con 10 o meno partecipanti:** tutte le ginnaste vengono ammesse con i migliori 2 attrezzi della fase regionale; **Classifiche regionali con più di 10 partecipanti:** il **50%** è ammesso con i migliori 2 attrezzi; il restante **50%** solo con un attrezzo a scelta.
- **Classifiche nazionali con meno di 50 iscritti:** Le ginnaste concorrono all'assegnazione del titolo di Campionessa Nazionale PGS; le prime 3 ginnaste classificate per somma attrezzi verranno premiate come Titolo Assoluto; le restanti ginnaste saranno premiate per Classifica di Specialità (in seguito alle pre-iscrizioni la Direzione tecnica nazionale deciderà se sarà possibile ampliare i numeri di partecipazione con i 2 attrezzi); **Classifiche nazionali con più di 50 iscritti:** Verranno stilate due classifiche: **“UP”** per le atlete qualificate con due attrezzi, in cui le ginnaste concorrono all'assegnazione del titolo di Campionessa Nazionale PGS; le prime 3 ginnaste classificate per somma attrezzi verranno premiate come Titolo Assoluto; le restanti ginnaste saranno premiate per Classifica di Specialità; **“BASE”** per le atlete qualificate con un solo attrezzo, che saranno premiate per Classifica di Specialità;
- La classifica Assoluta Regionale verrà stilata considerando la migliore fra le prove regionali in cui la ginnasta abbia eseguito il programma completo; la classifica di ciascuna Prova regionale verrà calcolata sommando i 2 punteggi più alti laddove il programma preveda 3 attrezzi; sommando i 2 punteggi laddove il programma preveda 2 attrezzi.
- Nel caso in cui alle finali nazionali nella stessa categoria ci siano poche iscritte, verrà premiata solo la classifica assoluta.

• **Gare di COPPIA, SQUADRA E RAPPRESENTATIVA:**

Tutte le Rappresentative che abbiano partecipato con il programma completo ad almeno 1 prova Regionale.

• **Gara dei COLLETTIVI-COREOGRAFICI:**

La partecipazione è libera, senza obbligo di iscrizione alla fase Regionale.



1.4.2 RITMICAMICA – NAZIONALE PROMO - LIVELLI BASE 1, BASE 2, **BASE 3**, A

L'ammissione alla fase Nazionale è libera; possono partecipare anche ginnaste che non hanno preso parte alla fase Regionale.

- **Categorie INDIVIDUALI:**

Nel programma A le prime 3 ginnaste classificate per somma attrezzi verranno premiate come Titolo Assoluto; le restanti ginnaste (e tutti i programmi BASE 1, 2 **E 3**) saranno premiate per Classifica di Specialità; nel caso di un numero molto elevato di partecipanti ai programmi Base 1, 2 **e 3** la Referente Nazionale potrà ampliare le premiazioni per classifica Assoluta ed eventualmente per anno di nascita. La stessa cosa può essere fatta a livello Provinciale e Regionale a discrezione dei Comitati, laddove lo ritengano opportuno.

N.B.: Nel caso in cui alle finali nazionali nella stessa categoria ci siano poche iscritte, verrà premiata solo la classifica assoluta.

- **Categorie SUPERMINI:**

Tutte le ginnaste che al momento della competizione non avranno compiuto gli 8 anni non possono entrare in classifica; come da disposizioni CONI vanno premiate tutte senza lettura di punteggi. Questo sia nel caso delle ginnaste della categoria Supermini Promo Base, sia nel caso delle ginnaste Pre-Mini. In caso di ginnaste che iniziano il Campionato nella categoria Supermini e compiono successivamente 8 anni è possibile scegliere di completare il Campionato nella categoria successiva oppure di continuare nella categoria Supermini, a discrezione del tecnico. Nel secondo caso però le premiazioni continuano ad essere svolte senza lettura di punteggi e senza classifica.

1.5 RISOLUZIONE DEL PARI MERITO

Le seguenti normative valgono per i pari merito che riguardano le prime 3 posizioni, dopodiché il pari merito non viene più differenziato. Laddove ci sia la possibilità si consiglia di premiare comunque le ginnaste senza risolvere il pari merito anche per le prime 3 classificate.

- **Gare INDIVIDUALI:**

FINALE ASSOLUTA: Viene preso in considerazione il punteggio migliore tra i 2-3 attrezzi previsti; in caso il pari merito persista si considera l'Esecuzione più alta; per ulteriore parità viene avvantaggiata la ginnasta più giovane nelle categorie Esordienti, Mini e Propaganda, e la ginnasta più anziana nelle categorie Under 15, Under 17, Junior e Senior.

FINALI PER SPECIALITA': Viene preso in considerazione il miglior punteggio in Esecuzione; per ulteriore parità viene avvantaggiata la ginnasta più giovane nelle categorie Esordienti, Mini e Propaganda, e la ginnasta più anziana nelle categorie Under 15, Under 17, Junior e Senior.



• **Gare di COPPIA, SQUADRA E RAPPRESENTATIVA:**

Si considera l'Esecuzione più alta; per ulteriore parità viene avvantaggiata la coppia/squadra comprendente la ginnasta più giovane nella categoria Allieve, Junior e Giovanile, e la coppia/squadra comprendente la ginnasta più anziana nelle categorie Senior e Open.

Nelle Rappresentative viene preso in considerazione il punteggio migliore tra i subtotali degli attrezzi; nel caso in cui vi sia ulteriore pareggio si considerano dal migliore al peggiore i subtotali agli altri attrezzi; in caso il pari merito persista si considera la singola Esecuzione più alta; per ulteriore parità viene avvantaggiata la rappresentativa comprendente la ginnasta più giovane nella categoria Allieve e Junior, e la rappresentativa comprendente la ginnasta più anziana nelle categorie Senior e Open.

• **Gara dei COLLETTIVI-COREOGRAFICI:**

In caso di parità di punteggio viene avvantaggiata la società con il numero maggiore di partecipanti.

1.6 PREMI SPECIALI

Alla Finale Nazionale della Don Bosco Cup e Ritmica Amica è prevista l'assegnazione di alcuni premi speciali: essi variano a seconda della disponibilità annuale e del numero di iscritti alla Manifestazione.

1.7 ALLENATORI ED ACCOMPAGNATORI

Ogni Allenatore presente sul campo di gara dovrà essere munito di tessera PGS che ne attesti la qualifica conseguita secondo regolare percorso di formazione (Campo Scuola, Corso Integrativo per Alleducatori) promosso dall'Ente. **Il controllo del tesserino verrà effettuato all'inizio delle competizioni.**

Al seguito delle ginnaste sono ammessi 2 dirigenti accompagnatori, oltre l'allenatore, purché muniti di tessera PGS.

Per le norme che regolamentano la disciplina di atleti, allenatori ed accompagnatori si fa riferimento al Codice dei Punteggi.

Sarà ammesso UN SOLO ALLENATORE ad accompagnare la/le ginnaste in campo gara, che potrà seguire la gara dal limitare della zona di ingresso senza avvicinarsi a bordo pedana; un MASSIMO DI 2 ALLENATORI per società potrà prendere parte al riscaldamento e alla preparazione delle ginnaste nel parterre. In caso di palestra di riscaldamento è ammesso UN SOLO ALLENATORE per società.



E' VIETATO ALLE GINNASTE ASSISTERE ALLE GARE DA BORDO PEDANA; chiunque voglia assistere alla competizione deve recarsi sugli spalti nello spazio adibito al pubblico.

1.8 GIUDICI

Le norme che regolamentano l'operato della giuria seguono quanto descritto nel Regolamento Arbitri e Giudici PGS 2025-26; per le categorie individuali E, D, C2, C1, B, PROMO A, PROMO BASE 1 E 2, di coppia, squadra e rappresentativa E, D, C, B, PROMO A, PROMO BASE vengono applicate le norme relative alle gare Silver (come da Disposizioni di giuria e Regolamento di giuria FGI 2026), mentre per le categorie individuali, di coppia, squadra e rappresentativa ELITE vengono applicate le norme relative alle gare Gold (vedi sopra).

Per tutto ciò che non è specificato in tale regolamento o in eventuali documenti aggiuntivi PGS fa fede il Codice dei Punteggi FGI in vigore.

1.9 ATTREZZI

Attrezzi programmi RitmicAmica Promo e per livelli E/D/C2/C1/B Don Bosco Cup e PROMO A /PROMO BASE RitmicAmica (tutte le categorie):

- fune: lunghezza min.2 m
- cerchio: dimensioni 70-90 cm
- palla: dimensioni 18-20 cm
- clavette: lunghezza 40-50 cm
- nastro: bacchetta 50-60 cm, lunghezza stoffa minimo 5 m (PROMO BASE min 4 m) Per i livelli ELITE

seguire le Norme FGI.

Tale nota non vale per le categorie Supermini e Pre-mini, in cui le dimensioni degli attrezzi possono essere anche inferiori a seconda dell'altezza delle ginnaste.

Attrezzi di riserva: DEVONO essere posizionati dalla ginnasta/coppia/squadra/rappresentativa PRIMA del proprio esercizio /turno di lavoro. UN SOLO ATTREZZO E' CONSENTITO PER GLI INDIVIDUALI, 1 PER TIPO IN CASO DI COPPIE O SQUADRE MISTE.

1.10 BODY



Non ci sono particolari restrizioni per l'utilizzo dei body in quanto a taglio, sgambatura e decorazioni, purché si rispetti il DECORO. Laddove sia presente un'ampia zona in trasparenza color carne è obbligatorio il sottobody/body foderato. Per i livelli ELITE seguire le Norme FGI.

1.11 PETTINATURA E TRUCCO

Per tutti i livelli e categorie seguire le Norme FGI. Si ricorda, fra le altre cose, che le pettinature e il trucco degli esercizi collettivi/di coppia/di squadra devono essere identici per tutte le ginnaste.

