



JEBH

JOGOS ESCOLARES DE BELO HORIZONTE

REGULAMENTO ESPECÍFICO – 2026

GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA MÓD. II

Art. 1º - A competição de ginástica artística masculina dos Jogos Escolares de Belo Horizonte - JEBH/2026 obedecerá às Regras Oficiais da Fédération Internationale de Gymnastique - FIG, reconhecidas pela Confederação Brasileira de Ginástica - CBG, observando-se as adaptações deste Regulamento.

Art. 2º - Cada escola poderá inscrever 1 (um) técnico e no máximo 8 (oito) estudantes-atletas.

Art. 3º - A competição será realizada para as estudantes-atletas nascidas, exclusivamente, nos anos de 2009, 2010 e 2011.

Art. 4º - A reunião técnica da modalidade, de participação obrigatória para os representantes, será realizada em data e local previamente estabelecidos pela Comissão Organizadora e tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição. A ausência acarretará na eliminação do município e/ou escola na modalidade.

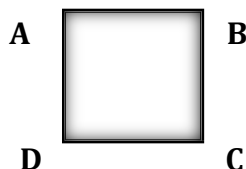
Art. 5º - Regras e informações gerais:

CATEGORIA JUVENIL	
15 a 17 anos (Nascidos em 2009, 2010, 2011)	
Competição Classificatória, individual geral e equipes	Programa Nacional Obrigatório
Competição finais por aparelhos	Programa Livre FIG categoria JUVENIL com sistema de bonificações e elementos adaptados CBG
Aparelhos	Solo, cavalo com alças, argolas, salto, paralela simétrica e barra-fixa
PROGRAMA NACIONAL OBRIGATÓRIO	
Informações gerais	▪ A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta. ▪ O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível. ▪ Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte. ▪ Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento será penalizado em 0,50 p. ▪ As partes das séries têm exercícios principais, e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.
PROGRAMA LIVRE FIG	
Regras	Regra FIG para a categoria JUVENIL
Informações gerais	Aplica-se o Sistema de Bonificações e elementos adaptados CBG

Sistema de competição	▪ Composição da equipe 2 ginastas ▪ 02 ginastas podem competir ▪ 02 notas válidas	
Resultado Individual Geral	Soma dos 6 aparelhos (Obrigatório)	
Resultado por Equipes	Somatória dos dois ginastas da equipe nos 06 aparelhos (Obrigatório)	
Regra para classificação para finais por aparelhos	6 melhores em cada aparelho Máximo de 1 ginasta por município Competição Livre	
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Aparelhos	Medidas	Colchões de segurança
Solo	FIG	FIG
Cavalo		
Argolas		
Salto		
Paralela		
Barra		

POGRAMA OBRIGATÓRIO BRASILEIRO

O Solo terá como referência as seguintes linhas:



Obs.: Os elementos devem ser realizados na linha correspondente apresentada na descrição de cada um dos níveis. Não cumprimento DN -0,30

	SÉRIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos. Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
	Parte	Valor
	Elemento	
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental.	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE salto levemente selado aterrissagem. (A-C)	1,00
3.	ROLAMENTO PARA TRÁS com as pernas estendidas e afastadas.	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente APINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o oio dos pés unidos no solo. Levantar-se até a posição fundamental.	1,00
6.	Chute com uma das pernas passagem pela PARADA DE MÃOS, rolamento (C-A)	0,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

	SÉRIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade - 6,00 pontos.	
	Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C)	0,50
2.	Corrida sobre passo RODANTE FLIC salto levemente selado aterrissagem	1,00
3.	OITAVA À PARADA com os braços estendidos	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
5.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA, rolamento (C-A)	1,50
7.	Corrida sobre passo REVERSÃO com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

	SERIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade - 7,00 pontos.	
	Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS a posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA subindo com afastamento das pernas (2 segs.), rolamento à frente imediato salto para direção C-B ou C-D	1,50
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO ao passo seguido de ESTRELA, coreografia qualquer	1,00
9.	Corrida seguida de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

	SERIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos. Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Posição fundamental, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um FLIC seguido de	0,50
3.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS à posição fundamental	1,00
4.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
6.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.) seguido de	1,00
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D).	1,00
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO AO PASSO seguido de	1,00
9.	REVERSÃO com pernas unidas salto P.F., coreografia qualquer	1,00
10.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE a posição fundamental. (B-D ou D-B)	1,00

	SERIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos. Valor de Dificuldade – 9,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Corrida sobre passo rodante TEMPO Salto (Flic sem mãos)	1,00
2.	FLIC para trás à posição fundamental	0,50
3.	OITAVA À PARADA DE MÃOS com braços estendidos finalizando em pé	0,50
4.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,50
5.	1 ½ volteio	1,00
6.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,50
7.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
8.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D)	1,00
9.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE, passo com giro 270° na direção (D-B ou B-D)	1,00
10.	Corrida REVERSÃO AO PASSO	0,50
11.	REVERSÃO pernas unidas, coreografia qualquer na direção (B-D ou D-B)	0,50
12.	Corrida rodante FLIC (A-C).	0,50
13.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS.	1,00

	SERIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 10,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Corrida rodante TEMPO Salto (Flic sem mãos)	1,00
2.	FLIC	0,25
3.	MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,00
4.	Salto com ½ volta, OITAVA À PARADA DE MÃOS com braços estendidos finalizando em pé	0,25
5.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,50
6.	1 ½ volteio	1,00
7.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPÍNH0) (2 segs.)	0,25
8.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA (2 segs.) rolamento à frente com as pernas estendidas até a posição fundamental coreografia qualquer (C-B ou C-D).	1,00
10.	Corrida mortal para frente grupado seguido de mortal para frente grupado, passo a frente com giro 270° na direção (D-B ou B-D).	1,00
11.	Corrida REVERSÃO AO PASSO	0,50
12.	REVERSÃO pernas unidas	0,50
13.	MORTAL GRUPADO PARA FRENTE coreografia qualquer na direção (B-D ou D-B).	1,00
14.	Corrida, rodante FLIC (A-C)	0,25
15.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro ou TWIST ESTENDIDO	1,00

	SERIE 07 - Nota de partida – 17,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 11,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos	
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Rodante FLIC (B-D ou D-B)	0,25
2.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro ou TWIST ESTENDIDO	1,00
3.	Seguido de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE (C-A) coreografia qualquer	0,50
4.	Corrida REVERSÃO (B-D ou D-B)	0,50
5.	FLIC PARA FRENTE	1,00
6.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,00
7.	OITAVA À PARADA COM ½ giro, rolamento (B-D ou D-B).	0,50
8.	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS (2 segs.) retornando em pé	1,00
9.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,25
10.	2 1/2 volteios	1,00
11.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPÍNH0) (2 segs.)	0,25
12.	ESQUADRO ALTO (2 segs.) extensão total do corpo ao apoio dorsal, ½ volta ao apoio facial, subida em pé, coreografia qualquer para lateral	0,50
13.	Corrida MORTAL PARA FRENTE GRUPADO seguido de MORTAL PARA FRENTE GRUPADO, passo a frente com giro 270° para diagonal	1,00
14.	P.F Corrida rodante Salto TEMPO (Flic sem mãos) (B-D ou D-B)	1,00
15.	FLIC	0,25
16.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00

	SERIE 08 - Nota de partida – 18,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 12,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	P.F. Rodante FLIC (B-D ou D-B)	0,25
2.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM ½ giro OU TWIST ESTENDIDO	1,00
3.	Seguido de MORTAL GRUPADO PARA FRENTE COM ½ VOLTA (B-D ou D-B)	1,00
4.	Corrida REVERSÃO (B-D ou D-B)	0,25
5.	FLIC PARA FRENTE	0,50
6.	MORTAL ESTENDIDO PARA FRENTE	1,25
7.	OITAVA À PARADA COM ½ giro, rolamento (A-C)	0,50
8.	ESQUADRO À PARADA DE MÃOS (2 segs.) retornando em pé	1,00
9.	Coreografia qualquer seguido de AVIÃO (2 segs.)	0,25
10.	2 1/2 volteios	1,00
11.	Passar à posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (SAPINHO) (2 segs.)	0,25
12.	ESQUADRO ALTO (2 segs.) extensão total do corpo ao apoio dorsal, ½ volta ao apoio facial, subida em pé, coreografia qualquer para lateral	1,00
13.	Corrida MORTAL PARA FRENTE GRUPADO seguido de MORTAL PARA FRENTE GRUPADO, passo a frente com giro 270° na direção (D-B ou B-D)	1,00
14.	Corrida rodante Salto TEMPO (Flic sem mãos)	1,00
15.	FLIC	0,25
16.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS COM 1/1 giro	1,50

	SERIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 5,00 pontos.	
	Valor de Apresentação 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Balanço de tesoura	1,00
7.	Passagem perna direita para trás	0,25
8.	Passagem perna esquerda para frente	0,25
9.	Balanço de tesoura	1,00
10.	Passagem perna esquerda para trás	0,25
11.	Apoio facial 2 segs. – PF	1,00

	SERIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.		
	Valor de Dificuldade – 6,00 pontos.		
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.		
Parte	Elemento	Valor	
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25	
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25	
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25	
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25	
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25	
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	1,75	
7.	Balanço para lado direito com pernas afastada	0,25	
8.	Passagem da perna esquerda para frente (lado esquerdo)	0,25	
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	1,75	
10.	Apoio facial transporte lateral alça – ponta – sustentar 2 segs. nesta posição – PF	0,75	

	SERIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos. Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	1,00
7.	Passagem da perna direita para frente	0,25
8.	Imediata tesoura para frente	1,00
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	1,00
10.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Imediata tesoura para frente	1,00
12.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
13.	Passagem da perna direita para trás	0,25
14.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
15.	Apoio facial transporte lateral alça – ponta até chegar na P1 - 2 segs. neste apoio – PF	0,50

	SERIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos. Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Passagem da perna direita para frente (ou esquerda)	0,25
2.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
3.	Passagem da perna direita para trás	0,25
4.	Passagem da perna esquerda para trás	0,25
5.	Passagem da perna direita para frente	0,25
6.	Passagem da perna direita para trás (falsa tesoura)	0,50
7.	Passagem da perna direita para frente	0,25
8.	Imediata tesoura para frente	1,00
9.	Passagem da perna esquerda para trás (falsa tesoura)	0,50
10.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Imediata tesoura para frente	1,00
12.	Passagem da perna esquerda para frente	0,25
13.	Passagem da perna esquerda para trás (rasteira)	1,00
14.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
15.	Volteio nas alças	1,50
16.	Saída lateral dorsal finalizando lateralmente	0,25

	SERIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos. Valor de Dificuldade – 9,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Balanço para lado direito (ou esquerdo), passagem da perna esquerda para frente (falsa tesoura stas)	0,75
2.	Passagem da perna esquerda para trás, balanço para lado direito com as pernas afastadas	0,25
3.	Balanço para o lado esquerdo, passagem da perna direita para frente (falsa tesoura costas)	0,75
4.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
5.	Tesoura para frente	1,00
6.	Tesoura para frente	1,00
7.	Passagem da perna direita para frente, RASTEIRA	0,50
8.	Passagem da perna direita para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o oio facial	0,50
9.	Volteio nas alças	1,00
10.	Volteio nas alças	1,00
11.	Volteio nas alças	1,00
12.	Volteio nas alças	1,00
13.	Saída por cima das alças	0,00

	SERIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos. Valor de Dificuldade – 10,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Volteio nas alças	0,50
2.	Volteio nas alças	0,50
3.	Tcheca dorsal	1,75
4.	Volteio nas alças	0,50
5.	Volteio nas alças	0,50
6.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,50
7.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
8.	Tesoura para trás	0,50
9.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
10.	Tesoura para frente	0,50
11.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o oio facial	0,25
12.	Volteio nas alças	0,50
13.	Volteio nas alças	0,50
14.	Transporte para trás em apoio transversal (1/3 Sivado)	1,50
15.	Volteio posição 1	0,50
16.	Volteio posição 1	0,50
17.	Saída em alemã	0,50

	SERIE 07 - Nota de partida – 17,00 pontos. Valor de Dificuldade – 11,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Volteio posição 1	0,50
2.	Volteio posição 1	0,50
3.	Volteio em 1 alça	2,00
4.	Volteio nas alças	0,50
5.	Tcheca dorsal	2,00
6.	Volteio nas alças	0,50
7.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,50
8.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
9.	Tesoura de costas	0,50
10.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
11.	Tesoura frente	0,50
12.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
13.	Volteio nas alças	0,50
14.	Transporte para trás em apoio transversal (1/2 Sivado)	1,25
15.	Volteio posição 1	0,50
16.	Saída em alemã	0,50

	SERIE 08 - Nota de partida – 18,00 pontos. Valor de Dificuldade – 12,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	Volteio nas alças	0,50
2.	Volteio nas alças	0,50
3.	Stockly B para a ponta	1,50
4.	Volteio alça/ponta	0,50
5.	Volteio na posição 1	0,50
6.	Volteio ponta/alça	0,50
7.	Transporte lateral da ponta pra alça	1,50
8.	Volteio nas alças	0,50
9.	Tcheca	1,50
10.	Rasteira (passagem da perna esquerda ou direita para trás)	0,25
11.	Passagem da perna esquerda para frente, passagem da perna direita para trás	0,25
12.	Tesoura de costas	0,50

13.	Passagem da perna direita para trás, passagem da perna esquerda para frente	0,25
14.	Tesoura frente	0,50
15.	Passagem da perna esquerda para frente, união das pernas, passagem das pernas unidas para o apoio facial	0,25
16.	Volteio nas alças	0,50
17.	Transporte para trás em apoio transversal (1/2 Sivado)	1,00
18.	Volteio posição 1	0,50
19.	Saída em alemã	0,50

* As séries que são compostas por desloques e enloques terão como referência a altura dos ombros em relação ao aro inferior das argolas (horizontal)

	SERIE 01 - Nota de partida - 11,00 pontos. Valor de Dificuldade - 5,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.), retorno lento até a suspensão	1,00
2.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	1,00
3.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
4.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
5.	Balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Saída em mortal estendido para trás	1,00

	SERIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos. Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.)	1,00
2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	1,00
3.	Subida carpada até a vela descida lenta até a canoinha dorsal (2 segs.)	0,50
4.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
5.	Tomada de impulso, balanço completo	0,50
6.	Balanço completo	0,50
7.	Balanço atrás, ENLOQUE	1,00
8.	Balanço completo	0,50
9.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

♂♂	SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Da suspensão, total flexão de cotovelos (2 segs.)	0,50
2.	Na posição anterior elevação das pernas estendidas até 90 graus (2 segs), retorno lento até a suspensão.	0,50
3.	Elevação até o apoio com auxílio do técnico, APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
4.	Esquadro (2 segs.)	0,50
5.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
6.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	0,50
7.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
8.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
9.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
10.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
11.	Balanço completo	0,50
12.	DESLOQUE	0,50
13.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

♂♂	SÉRIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 8,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	ELEVAÇÃO da suspensão até apoio	0,50
2.	APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Elevação GRUPADA até a “MEIA PARADA” com braços estendidos e pés (no mínimo) na linha horizontal na parte baixa do aro das argolas (2 segs.)	1,00
5.	Retorno ao ESQUADRO (2 segs.)	0,50
6.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
7.	Retornar carpado ao APOIO estendido (2 segs.) e rolamento carpado para frente à vela	0,50
8.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
9.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
10.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
11.	Balanço atrás, ENLOQUE	0,50
12.	Balanço completo	0,50
13.	DESLOQUE	0,50
14.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

	SERIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos. Valor de Dificuldade – 9,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	ELEVAÇÃO até apoio	0,50
2.	APOIO (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2seg)	0,50
6.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
7.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
8.	Balanço atrás, DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
9.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
10.	Elevação GRUPADA até a “MEIA PARADA” com braços estendidos e pés (no mínimo) na linha horizontal na parte baixa do aro das argolas	1,00
11.	Retorno ao ESQUADRO (2 segs.)	0,50
12.	Elevação carpado à PARADA DE OMBROS (2 segs.)	1,00
13.	Queda à frente, ENLOQUE	0,50
14.	Balanço completo	0,50
15.	DESLOQUE	0,50
16.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

	SERIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos. Valor de Dificuldade – 10,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio (corpo e cotovelos estendidos com palma da mão voltada para frente) (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,00
6.	Descida até a suspensão dorsal com corpo em canoinha (2 segs.)	0,50
7.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
8.	Tomada de embalo, balanço completo	0,50
9.	Balanço atrás, DOMINAÇÃO TRASEIRA	1,00
10.	ESQUADRO (2 segs.)	1,00
11.	Elevação do quadril carpado, COTOVELOs ESTENDIDOS até os pés ficarem na linha horizontal em relação as argolas (2 segs.) com pernas afastadas	1,50
12.	Queda à frente seguido de ENLOQUE	0,50
13.	Balanço completo	0,50
14.	DESLOQUE	0,50
15.	Saída em MORTAL ESTENDIDO para trás	0,50

00	SERIE 07 - Nota de partida - 17,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade - 11,00 pontos.	
	Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio com corpo e cotovelos estendidos (2 segs.)	0,50
3.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
4.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
5.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,50
6.	Descida a suspensão em posição de canoinha (2 segs.)	0,50
7.	Retorno carpado até a vela (2 segs.)	0,50
8.	DESLOQUE	0,50
9.	OITAVA (carpado e cotovelos estendidos)	1,00
10.	ESQUADRO (2 segs.)	1,00
11.	PARADA DE MÃOS à força (2 segs.), com cotovelos estendidos e pernas afastadas	2,00
12.	Queda atrás seguido DESLOQUE	1,00
13.	Saída em MORTAL ESTENDIDO atrás	1,00

00	SERIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade - 12,00 pontos.	
	Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Elevação até apoio	0,50
2.	Apoio com corpo e cotovelos estendidos (2 segs.)	0,50
3.	Rolamento carpado para frente à vela	0,50
4.	PRANCHA DORSAL (2 segs.)	1,00
5.	Retorno a vela com corpo estendido	1,00
6.	Vela (2 segs.)	0,50
7.	DESLOQUE	0,50
8.	OITAVA (carpado e cotovelos estendidos)	1,00
9.	ESQUADRO (2 segs.)	0,50
10.	PRANCHA AFASTADA (2 segs.)	1,50
11.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	0,50
12.	PARADA DE MÃOS à força (2 segs.), com cotovelos estendidos e pernas afastadas	2,00
13.	Queda atrás seguido de FELGE PASSAGEIRO	1,00



Obrigatório			
SALTO	NP	ALTURA MESA	OBSERVAÇÕES
Reversão (2.01)	2,00	125cm ou 135cm (opcional para toda equipe)	✓ Colchão oficial ✓ 1º salto - Reversão ✓ 2º salto opcional Rodante ou Rodante Flic - Média dos dois saltos - Nota de apresentação:10,00 p.
Rodante (3.01)	2,00		
Rodante Flic (4.01)	2,50		
Livre			
Regra de acordo com regulamento FIG para final do aparelho			

Tabela de distância para chegadas no SALTO sobre a MESA

Distancia da MESA	Dedução aplicada	Observação
Até 0,50m	G	Obrigatório e Livre
De 0,51 a 1,00m	M	
De 1,01 até 1,50m	P	
A partir de 1,51m	0,00	

	SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Corrida de impulso, balanço suspensão 2x (abrindo o quadril)	1,00
2.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
3.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente	0,50
4.	ESQUADRO com pernas unidas (2 segs.)	1,00
5.	Lançamento à frente com extensão do quadril	0,50
6.	Balanço completo no apoio de mãos 2x	1,00
7.	SAÍDA LATERAL sobre o barrote, apoio de ambas as mãos neste barrote a posição final	0,50

	SERIE 02 - Nota de partida - 12,00 pontos. Valor de Dificuldade - 6,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao afastamento das pernas estendidas e apoio nos barrotes	0,50
2.	ESQUADRO com as pernas unidas (2 segs.)	1,00
3.	Lançamento à frente com extensão do quadril, balanço para trás	0,25
4.	Descida à suspensão (extensão total do corpo altura do barrote), seguido de balanço completo abrindo o quadril embaixo	0,50
5.	Imediato balanço atrás ao apoio braquial, balanço à frente	0,50
6.	DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente, passagem do apoio de mãos à frente	0,25
7.	ESQUADRO AFASTADO (2 segs.)	1,00
8.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
9.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
10.	Balanço, SAÍDA À FRENTE COM ½ VOLTA	0,50

	SERIE 03 - Nota de partida - 13,00 pontos. Valor de Dificuldade - 7,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão	1,00
2.	Balanço completo na suspensão	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial	0,50
4.	Balanço à frente, DOMINAÇÃO DIANTEIRA, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	0,50
8.	Balanço à frente, balanço atrás com imediato MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	SERIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 8,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Saída em MORTAL GRUPADO PARA TRÁS	1,50
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,00
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,00
7.	Balanço completo à PARADA DE MÃOS PASSAGEIRA	1,00
8.	Balanço à frente, balanço atrás imediata saída em MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	SÉRIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 9,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,50
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
8.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	1,50
3.	Descida à suspensão, MOY AO APOIO BRAQUIAL	1,00
4.	Balanço para trás, imediata DOMINAÇÃO TRASEIRA	0,50
5.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
6.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço à frente tipo "MANNA", balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
8.	Balanço para trás imediato... MORTAL GRUPADO PARA FRENTE	1,50

	SERIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 10,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS, balanço para trás (horizontal), balanço para frente ao...	1,50
4.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
5.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
6.	CÂMBIO A	0,50
7.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
8.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
9.	Balanço atrás à parada de mãos	0,50
10.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	1,00
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS, balanço para trás (horizontal), balanço para frente ao...	1,50
4.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	1,00
5.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
6.	CÂMBIO A	0,50
7.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
8.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
9.	Balanço para trás imediato...	0,50
10.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,50

	SERIE 07 - Nota de partida – 17,00 pontos. Valor de Dificuldade – 11,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,50
4.	Balanço para trás PARADA DE MÃOS (2 SEGS.)	1,00
5.	FELGE ao apoio de mãos	1,50
6.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,50
8.	Câmbio A	0,50
9.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
10.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA, Balanço atrás a parada passageira	0,50
11.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,50
4.	Balanço para trás PARADA DE MÃOS (2 SEGS.)	1,00
5.	FELGE ao apoio de mãos	1,50
6.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
7.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,50
8.	Câmbio A	0,50
9.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,50
10.	Descida ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
11.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,50

	SERIE 08 - Nota de partida – 18,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 12,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	KENMOTSU (Giro gigante)	2,00
4.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,00
5.	Balanço para trás parada de mãos (2 segs.)	1,00
6.	STUTS ou DIAMIDOV	2,00
7.	FELGE ao apoio de mãos	1,00
8.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,00
10.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
11.	Descer ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA, balanço atrás a parada passageira	0,50
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	KIPE ao apoio	0,50
2.	Balanço para trás a PARADA DE MÃOS (2 segs.)	0,50
3.	KENMOTSU (Giro gigante)	2,00
4.	MOY AO APOIO DE MÃOS	1,00
5.	Balanço para trás parada de mãos (2 segs.)	1,00
6.	STUTS ou DIAMIDOV	2,00
7.	FELGE ao apoio de mãos	1,00
8.	ESQUADRO UNIDO (2 segs.)	0,50
9.	PARADA DE MÃOS À FORÇA com pernas UNIDAS (2 segs.)	1,00
10.	Balanço à frente tipo “MANNA”, balanço atrás à parada de mãos (2 segs.)	1,00
11.	Descida ao apoio braquial seguido de DOMINAÇÃO DIANTEIRA	0,50
12.	MORTAL CARPADO PARA FRENTE	1,00

* As séries que são compostas por câmbios na suspensão terão como referência a posição do corpo em relação a horizontal da linha da Barra.

	SERIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos. Valor de Dificuldade – 5,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
	1.	Subida em OITAVA
	2.	LANÇAMENTO atrás
	3.	GIRO DE QUADRIL
	4.	Descer a frente (sub-lançamento) balanço para trás
	5.	Balanço para frente, balanço para trás
	6.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.
		Valor
		1,00
		0,50
		1,00
		0,50
		1,50
		0,50

	SERIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos. Valor de Dificuldade – 6,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
	1.	Subida em OITAVA
	2.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)
	3.	GIRO DE QUADRIL
	4.	Descer a frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás
	5.	Balanço para frente ½ cambio
	6.	Balanço misto completo
	7.	Troca para tomada dorsal atrás
	8.	Balanço completo
	9.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.
		Valor
		1,00
		1,00
		1,00
		0,50
		0,50
		0,50
		0,50
		0,50

	SERIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos. Valor de Dificuldade – 7,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
	1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás
	2.	Balanço para frente ½ cambio
	3.	Balanço para frente troca para tomada palmar
	4.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente
	5.	KIPE AFASTADO
	6.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente,
	7.	KIPE UNIDO
	8.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)
	9.	GIRO DE QUADRIL
	10.	Descer à frente (SUB-LANÇAMENTO) balanço para trás
	11.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.
		Valor
		0,25
		0,25
		0,25
		0,25
		1,50
		0,25
		1,50
		1,00
		1,00
		0,50
		0,25

□	SERIE 04 - Nota de partida – 14,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 8,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,25
2.	KIPE UNIDO	1,00
3.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
4.	GIRO LIVRE HORIZONTAL, seguido de suspensão	1,25
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,25
6.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,25
7.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,25
8.	KIPE AFASTADO	1,00
9.	União das pernas à frente balanço atrás balanço para frente	0,25
10.	KIPE UNIDO	1,00
11.	LANÇAMENTO atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	0,50
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

□	SERIE 05 - Nota de partida – 15,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 9,00 pontos.	
	Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso para frente, balanço para trás	0,50
2.	Balanço para frente ½ cambio	0,50
3.	Balanço para frente troca para tomada palmar	0,50
4.	Balanço para trás com troca simultânea das mãos para tomada dorsal balanço para frente	0,50
5.	KIPE	1,00
6.	LANÇAMENTO mínimo 45°	1,00
7.	GIRO LIVRE (mínimo 45°)	1,50
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
10.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

☐	SERIE 06 - Nota de partida – 16,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 10,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Parte	Elemento	Valor
1.	Tomada de impulso	0,50
2.	KIPE	1,00
3.	LANÇAMENTO À PARADA DE MÃOS	1,00
4.	GIRO LIVRE À PARADA DE MÃOS	1,50
5.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
6.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,50
7.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,50

☐	SERIE 07 - Nota de partida – 17,00 pontos.	
	Valor de Dificuldade – 11,00 pontos. Valor de Apresentação – 6,00 pontos.	
Opção 01		
Parte	Elemento	Valor
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00
6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	1,00
7.	ENDO	1,50
8.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE COM ½ VOLTA	1,00
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
10.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
11.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	1,00
Opção 02		
Parte	Elemento	Valor
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00

6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	1,00
7.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE COM ½ VOLTA	0,50
8.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
9.	STALDER	1,50
10.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
11.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	1,00
12.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	0,50

	SERIE 08 - Nota de partida - 18,00 pontos. Valor de Dificuldade - 12,00 pontos. Valor de Apresentação - 6,00 pontos.	
	Parte	Elemento
1.	TOMADA DE IMPULSO EM TOMADA MISTA	1,00
2.	CÂMBIO A	1,00
3.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
4.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada mista, troca de mão para tomada dorsal	1,00
5.	EMBALO PARA TRÁS COM ½ VOLTA à tomada palmar	1,00
6.	GIRO GIGANTE PARA FRENTE	0,50
7.	ENDO	1,50
8.	ENDO ½ volta	1,50
9.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
10.	Giro gigante de preparação para o giro de sola (sem passar pela parada)	0,50
11.	GIRO DE SOLA unido	1,50
12.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
13.	GIRO GIGANTE PARA TRÁS	0,50
14.	MORTAL ESTENDIDO PARA TRÁS	0,50

Art. 6º. Para a competição de Ginástica Artística masculina, serão aplicadas as bonificações conforme descritas nas tabelas a seguir:

I. Sistema Especial de Bonificações:

Aparelho	Movimento	Bonificação
	Qualquer sequência Flop ou sequência Combinada	0,10
	Dois volteios em 1 alça (#2.14)	0,10
	Stockly Direto B (#2.50)	0,10
	Cristo (#2.14)	0,10
	Prancha no apoio afastado (#2.19)	0,10

	Stuts (#1.03)	0,10
	Diamidov (#1.21)	0,10
	Luftroll (#1.33)	0,10
	Felge ao apoio invertido (#3.106)	0,10
	Saída em duplo para frente (#4.05)	0,10
	Da suspensão duplo mortal grupado para trás (#445)	0,10
	Adler (#3.63)	0,10
	Tkatchev afastado (#2.15)	0,10
	2ª largada com voo (família diferente)	0,10

II. Bonificações para Saídas Cravadas:

Competição	Dificuldade	Bonificação
Obrigatório	Todos aparelhos	0,10p.
Livre	Qualquer saída codificada ou Salto	0,10p.

Parágrafo único: Os movimentos serão bonificados se não houver **erro grande**.

Art. 7º. Os elementos adaptados CBG deverá seguir o disposto abaixo:

Tabela 2: Elementos Adaptados

Aparelho	Movimento	Dificuldade	Grupo de elementos
	Estrela	A	-
	Rodante	A	-
	Falsa tesoura para frente	A	1
	Falsa tesoura para trás	A	1
	Rasteira	A	1
	Subida chaveada	A	2
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Esquadro afastado	A	1
	Saída de balanço no apoio com meia volta a frente	A	4
	Saída em mortal gr. para frente ou para trás	A	4
	Moy ao apoio braquial	A	3
	Quipe afastado	A	3
	Giro de sola a parada de mãos	B	3
	Dominação traseira ao apoio	A	3
	Giro de quadril para trás	A	-
	Subida em oitava ao apoio	A	-

Art. 8º - A Comissão Organizadora deverá dispor de todos os equipamentos necessários para o desenvolvimento da competição.

Art. 9º - Os equipamentos devem cumprir com as Regras Oficiais da *Fédération Internationale de Gymnastique* - FIG.

Art. 10 - A premiação ocorrerá das seguintes maneiras:

- a) Por equipe - As 2 (duas) melhores notas por aparelho do Programa Obrigatório. Serão premiadas com medalhas as equipes classificadas em 1º, 2º e 3º lugares.
- b) Individual Geral - Somatório dos 4 (quatro) aparelhos do Programa Obrigatório. Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas em 1º, 2º e 3º lugares.
- c) Por Aparelhos - Programa livre. Serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas em 1º, 2º, 3º lugares por aparelho.

Art. 11 - A definição das vagas para os Jogos Escolares de Minas Gerais – Etapa Estadual (módulo II) será estabelecida pelo critério de convocação, que será publicado posteriormente pelos meios oficiais de divulgação dos Jogos Escolares de Belo Horizonte – JEBH/2026.

Art. 12 - Os participantes dos Jogos Escolares de Belo Horizonte - JEBH/2026 não poderão alegar desconhecimento deste Regulamento Específico, ficando sujeitos a todas as suas disposições e às penalidades que dele possam emanar.

Art. 13 - Os casos omissos serão resolvidos pela Coordenação Técnica, desde que as resoluções finais não contrariem as regras oficiais, o Regulamento Geral e o Regulamento Específico.

Atualizado em 25 de março de 2026.

Responsáveis Técnicos:

Profª. Anne Carolina dos Santos Vieira
CREF6 Nº 015.108-G/MG
Coordenadora Técnica

Raul Dantas de Souza
CREF6 Nº 041.064-G/MG
Produtor de eventos esportivos
Prefeitura de Belo Horizonte

Carolina Araujo de Mello
BM 322.865-5
Produtor de eventos esportivos
Prefeitura de Belo Horizonte