



Associação Académica de Espinho

Regulamento



#

Tram
po
lins
no teu
clube

Prova online
em tempo real

Dia 17 e 18 de outubro 2020



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

O PRESIDENTE



Congratulo-me com a capacidade de inovação perante uma situação de pandemia, no sentido de permitir dentro do possível voltar à prática desportiva e à respetiva competição

Este é um sinal de grande dinamismo na tentativa de encontrar soluções para evitar uma paralisia do desporto e se voltar a normalidade possível

Parabéns aos trampolins da Associação Académica de Espinho


JOSÉ ANTÓNIO RUANO LACERDA



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

APRESENTAÇÃO

Caríssimos Amigos

Com o aparecimento do novo coronavírus COVID19, deparamo-nos com a interrupção do nosso quotidiano, e com uma série de limitações que esbarraram na nossa dita normalidade.

Fomos obrigados a alterar todas as nossas rotinas diárias, evitar o contacto social no sentido de nos protegermos e protegermos os outros.

Desportivamente, estamos também confinados e "obrigados" ao distanciamento social, o que torna difícil a retoma da atividade desportiva. Sonhos de muitos ginastas, que trabalham todos os dias para atingirem os seus objetivos podem ruir. Podemos estar a um passo da estagnação total em termos de desporto amador, por isso há que agir.

Deste modo, a Associação Académica de Espinho (AAE), tem o prazer de vos convidar para participarem na primeira prova on-line em tempo real de Trampolins, para que desta forma se retome a atividade competitiva de uma forma segura, dando confiança e segurança a todos, ginastas, treinadores, dirigentes, clubes e encarregados de educação.

Esta prova, realiza-se em tempo real, através da plataforma zoom, podendo os ginastas ter o prazer de voltar a competir e rever os seus amigos novamente em contexto de competição sem saírem do seu local de treinos.

Bem-vindos de novo ao mundo das competições, desta vez on-line.



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

DIRETRIZES GERAIS

Disciplina em competição:

Trampolim Individual

Comité organizativo:

Associação Académica de Espinho

Praceta Arquiteto Jerónimo Reis

4500-217 – Espinho

Portugal

Comissão organizadora:

José Emanuel Rocha

Telm: 966776345

Arménio Cordeiro

Telm: 918115919

Data do evento:

17 e/ou 18 de outubro de 2020

Escalões em prova:

Escalão etário	Ano de Nascimento
Infantis	2011-2010
Iniciados	2009 e 2008
Juvenis	2007 e 2006
Juniores	2005 e 2004
Seniores	<=2003
15-16 anos CMGI	2005 e 2004
17+ anos CMGI	<=2003



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho
TRAMPOLINS

REGULAMENTO ESPECÍFICO

Este evento é organizado segundo o regulamento da FGP para os escalões de iniciados a seniores de base e FIG para os escalões CMGI.

Requisitos:

- Realização de 2 séries
- F1 – requisitos obrigatórios:

Infantis
1 salto com mínimo de 360° de rotação longitudinal
1 salto com receção ventral
Iniciados
2 saltos com mínimo de 270° de rotação transversal
1 salto com receção dorsal
Juvenis
4 saltos com mínimo de 270° de rotação transversal, 1 deles com receção ventral ou dorsal
Juniores
¼ Mortal para receção dorsal ou ventral
Mortal Atrás Encarpado *
Mortal Atrás Empranchado *
Barani Empranchado *
Seniores
¼ Mortal para receção dorsal ou ventral
Barani Encarpado *
Mortal Atrás Empranchado *
Barani Empranchado *

Nota: Os elementos assinalados com * poderão ser realizados na série em ordem à escolha.
Os requisitos devem ser realizados separadamente, exceto se estiver mencionado que podem ser cumulativos (ex:juvenis)

15-16 anos CMGI
Apenas 1 elementos <270° rotação transversal
1 elemento c/ receção dorsal ou ventral
1 elemento c/ início dorsal ou ventral em combinação com o requisito anterior
Duplo mortal à frente ou retaguarda c/ou s/ pirueta
Elemento c/ mínimo de 540° de rotação longitudinal 360° de rotação
Limite Dif. 1 elemento = 1,8
17+ CMGI
10 elementos com mínimo de 270° rotação transversal
2 elementos (assinalados na carta de compcom *) contarão para a dificuldade, não podendo repeti-los na F2



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

INSCRIÇÕES

Inscrição gratuita, com um limite de 13 clubes e 11 ginastas cada.

A intenção de participação no torneio é realizada no LINK: <http://bit.ly/TRAMPOLINSNOTEUCLUBE> até ao dia 30 de setembro de 2020.

Os 13 primeiros clubes que submeterem o formulário da intenção de participação, serão os selecionados para participarem na competição. Caso haja mais clubes com a intenção de participar, ficaram em lista de espera, na eventualidade de alguma desistência.

Inscrição dos ginastas na prova tem de ser realizada na **Gymbase** do dia 1 a 7 de outubro de 2020.

A inscrições nominativas e preenchimento das respetivas cartas de competição serão realizadas on-line através do link que será enviado no dia 1 de outubro de 2020 para email da pessoa que ficar responsável no formulário de intenção de participação do clube. O link para a realização das inscrições estará ativo até ao dia 7 de outubro de 2020.

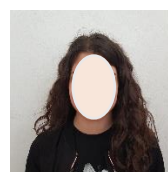
Serão atribuídos dois convites especiais a dois clubes estrangeiros.

A ordem de passagem será divulgada no dia 10 de outubro de 2020

Todos os clubes deverão enviar uma foto dos seus ginastas em formato JPEG reduzido, como no exemplo, do dia 10 ao dia 14 de outubro.

Estes ficheiros devem ser enviados pelo we-transfer e identificados da seguinte forma: *nº de ordem de passagem - primeiro e último nome - clube*

Exemplo:



12-joana silva-AAE



R E G U L A M E N T O

Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

FORMATO DA COMPETIÇÃO

Toda a prova será realizada on-line em tempo real na plataforma Zoom e está aberta a todos os clubes.

Será transmitida via Youtube em streaming com link a disponibilizar brevemente.

As classificações são individuais, por escalão/género

REUNIÕES TÉCNICAS

A reunião técnica com os juizes será realizada no dia 15 de outubro pelas 19H30

A reunião técnica com todos os clubes será realizada no dia 16 de outubro pelas 19h30H

SEGURO DESPORTIVO:

A comissão organizadora não se responsabiliza por qualquer lesão em caso de acidente.

Todos os clubes participantes são responsáveis por terem todos os seus ginastas com os seguros desportivos em dia.

AJUIZAMENTO E PAINEL DE AJUIZAMENTO:

O ajuizamento está assegurado por 10 juizes certificados.

No caso de falhas técnicas quer da internet ou de outro problema, será realizado o seguinte protocolo:

- Na falha de uma nota de execução, a nota do chefe de painel será tida em conta.
- Na falha de duas notas de execução, será realizada a media das restantes 3 notas.
- Na falha de mais de 3 notas de execução ou de uma outra falha qualquer, será utilizado o vídeo da série enviada pelo clube.

Constituição do painel de ajuizamento:

- 1 Chefe de painel:
- 2 Juiz de dificuldade:
- 2 Juiz de TOF
- 1 Juiz de execução 1
- 1 Juiz de execução 2
- 1 Juiz de execução 3
- 1 Juiz de execução 4
- 1 Juiz de execução 5

Notas: O TOF é realizado com o tempo total da série. A nota é calculada pela média dos tempos dos dois Juizes.



R E G U L A M E N T O

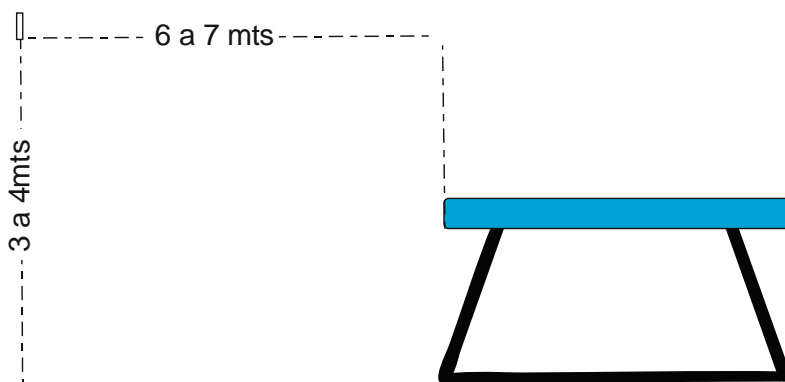
Associação Académica
de Espinho

TRAMPOLINS

O HD não será avaliado

REQUISITOS TÉCNICOS NECESSÁRIOS PARA A REALIZAÇÃO DA PROVA:

- Internet (preferencialmente de fibra)
- Dois Telemóveis/Tablet/Computador
- Instalar a aplicação zoom no telemóvel/tablet/computador
- Colocar um dos telemóveis/Tablet/computador à distância conforme figura seguinte. A camera do dispositivo deverá estar na posição horizontal e em modo de voo.



- O segundo telemóvel será para a realização da gravação de cada série. Este requisito é necessário para a visualização em caso de alguma falha. Em caso de falha deste requisito, e sendo ele necessário, a responsabilidade é inteiramente do clube em questão. Não haverá nota(s) no(s) parâmetro(s) que não for(em) possível avaliar por falta deste requisito. Estas séries deverão ser enviadas para um grupo do WhatsApp a ser criado para este fim, mal terminem as séries.



R
E
G
U
L
A
M
E
N
T
O

Associação Académica
de Espinho
TRAMPOLINS

QUADRO ELETRÓNICO E PUBLICIDADE

Na figura seguinte, apresentamos o quadro eletrónico que servirá para:

- apresentação do resultado discriminado de cada série
- classificações do escalão
- a "chamada" dos ginastas por parte do chefe de painel

Be On-line - #trampolinsnoteuclube											
Pode saltar	Francisco Ramos			1	F1		Publicidade				
Preparar	Santiago Ramos			1	F1		Publicidade				
6	Infantis	Santiago Ramos			1	Publicidade					
	mas	F1			0,000	Classificação		Publicidade			
		0,000			0,000	1º		Publicidade			
		DED	0,00								
		EXE	0,000	DIF	0,00	TOF	0,000	HD	0,000		
Classificações - Infantis - mas											
Clas.	Nome	Clube	Pontz.	Clas.	Nome	Clube	Pontz.	Clas.	Nome	Clube	Pontz.
1	Santiago Ramos	1	0,000	11	Santiago Ramos	7	0,000	21			
2	Santiago Ramos	16	0,000	12	Santiago Ramos	6	0,000	22			
3	Santiago Ramos	15	0,000	13	Santiago Ramos	5	0,000	23			
4	Santiago Ramos	14	0,000	14	Santiago Ramos	4	0,000	24			
5	Santiago Ramos	13	0,000	15	Santiago Ramos	2	0,000	25			
6	Santiago Ramos	12	0,000	16				26			
7	Santiago Ramos	11	0,000	17				27			
8	Santiago Ramos	10	0,000	18				28			
9	Santiago Ramos	9	0,000	19				29			
10	Santiago Ramos	8	0,000	20				30			

Relativamente à transmissão da prova através do canal do Youtube da [AAE Trampolins](#) da Associação Académica de Espinho, estamos a aceitar patrocínios a colocar no quadro eletrónico, no sentido de angariar fundos para a aquisição de material técnico de apoio aos treinos.

Estes painéis publicitários serão atualizados consoante o número de patrocínios.

Em caso de interesse, contactar 966776345.