



REGULAMENTO ESPECÍFICO GINÁSTICA RÍTMICA 14 e 15 Anos – 2026

CAPÍTULO I – DAS REGRAS GERAIS E DA PARTICIPAÇÃO

Art.1 A competição de ginástica rítmica será realizada de acordo com as regras oficiais adotadas pela Confederação Brasileira de Ginástica, salvo o estabelecido neste regulamento.

Art.2 Cada Instituição de Ensino poderá inscrever até 6 (seis) atletas nascidas em 2011 e 2012 (14 e 15 anos) e 1 (um) técnico(a).

Art.3 A atleta deverá comparecer ao local da competição com antecedência e devidamente uniformizada. Para ter condição de participação, antes do início da competição, deverá apresentar seu documento de Identificação à equipe de arbitragem e estar acompanhada por seu técnico (também portando seu documento CREF), salvo quando o mesmo, já se encontre acompanhando outra atleta em competição.

CAPÍTULO II – DO SISTEMA DE DISPUTA

Art.4 A competição será disputada em 2 (duas) fases:

I. Competição individual geral – participam todas as ginastas inscritas. A ordem de apresentação será através de sorteio. Os resultados obtidos irão determinar:

- Classificação final do individual geral - somatória das notas obtidas nos 2 (dois) aparelhos.
- Competição final por aparelho – Contará com a participação das melhores ginastas classificadas na competição individual geral. Os resultados obtidos irão determinar:
- Classificação final do individual por aparelhos – estabelecido pelas notas obtidas nesta competição em cada aparelho.

CAPÍTULO IV – DOS REQUISITOS TÉCNICOS E DAS PROVAS

Art.5 Os aparelhos e os collants das ginastas deverão estar em conformidade com as normas previstas no código de pontuação de Ginástica Rítmica da FIG.


Parágrafo único: Não será exigido emblema na malha/collant de competição.

Art.6 As músicas deverão ser entregues no máximo 30 minutos antes do início da competição, em formato *mp3* ou *wma*, seguindo a seguinte denominação: nome da Instituição de Ensino, nome da ginasta e do aparelho.

Art.7 As provas individuais serão realizadas conforme a seguir:

- Individual Aparelho ARCO (70 - 90cm de diâmetro, peso mínimo 300gr.)
- Individual Aparelho MAÇAS (40 - 50 cm de comprimento, peso 150gr).

Art.8 As exigências técnicas para os exercícios – Aparelhos ARCO e MAÇAS, deverão atender ao disposto na tabela abaixo:

 DIFICULDADE		
Dificuldade Corporal - DB Mínimo 3	Elementos Dinâmicos com Rotação	Dificuldade de Aparelho
Serão contabilizadas as 6 DBs de valor mais alto	Máximo 3	máximo 12
Saltos-Mínimo1 Equilíbrios-Mínimo1 Rotações-Mínimo1	R	DA

Art.9 As exigências técnicas seguem o regulamento da categoria Juvenil da CBG, que está em sintonia com o regulamento da categoria Juvenil da FIG.

Art.10º É permitido música com palavras para as 2 (duas) provas.

Art.11º Na omissão deste regulamento específico será aplicado o código de pontuação de ginástica rítmica da FIG – **ciclo 2025/2027.**

CAPÍTULO V – DO PROGRAMA DE COMPETIÇÃO

Art.12º O programa de competição de ginástica rítmica se dará conforme decisão na reunião técnica:

CAPÍTULO VI – DA PREMIAÇÃO

Art.13º Serão premiadas às ginastas classificadas em 1º, 2º e 3º lugares.

- **Individual geral** – somatório das notas obtidas nos 02 (dois) aparelhos na competição.
- **Individual por aparelho-** classificação pelas notas obtidas na apresentação da competição final por aparelho.

CAPÍTULO VII – DOS UNIFORMES

Art.14º A atleta deverá comparecer ao local de competição devidamente uniformizada, conforme as regras da modalidade.

Art.15º As atletas que se apresentarem fora dos padrões de uniformes estabelecidos neste Capítulo, não serão impedidas de competir, mas terão relatório encaminhado à CDE.

CAPÍTULO VIII – DA REUNIÃO TÉCNICA

Art.16º O (A) representante da atleta deverá participar da reunião técnica da modalidade, que ocorrerá 30 min. antes do horário previsto para o início da competição, que tratará exclusivamente de assuntos ligados à competição, tais como: normas gerais, confirmação ou ratificação de inscrições (se aplicável), além de outros assuntos correlatos.

CAPÍTULO IX – DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

Art.17º Toda e qualquer solicitação de substituição de atletas inscritos na competição e categorias deverá obedecer ao Regulamento Geral.

Art.18º Nas hipóteses de conflito entre o Regulamento Geral e este Regulamento Específico, prevalecerá o Regulamento Específico da modalidade.

Art.19º Casos omissos e situações excepcionais de caráter técnico serão decididos pela comissão organizadora do CERGS, com o suporte dos gestores técnicos da respectiva modalidade, não podendo essas resoluções, contrariar as regras oficiais da modalidade.