

LIGA NESCAU 2020

REGULAMENTO – GINÁSTICA ARTÍSTICA

CAPÍTULO I - DA PARTICIPAÇÃO

Art. 1º - Poderão participar da “LIGA NESCAU 2020”, os estabelecimentos de ensino das redes pública e particular, clubes, associações, escolas de esportes e demais entidades/instituições ou mesmo para participantes com inscrições individuais, sem afiliação com nenhuma entidade.

Art. 2º - O evento será em abrangência nacional, conforme estabelecido no Regulamento Geral.

§ único - **Não será permitida a participação de ginastas federados.**

CAPÍTULO II - DAS CATEGORIAS

Art. 3º - Para a modalidade **Ginástica Artística**, a “LIGA NESCAU 2020”, estabelece:

- **Kids (8 a 9 anos):** nascidos em 2011 e 2012;
- **Mirim (10 a 13 anos):** nascidos em 2007, 2008, 2009 e 2010;
- **Infantil (14 a 16 anos):** nascidos em 2004, 2005 e 2006.

§ 1º – Cada ginasta poderá participar somente em uma única categoria e dentro da sua faixa etária.

§ 2º – A competição será realizada em disputa mista, apenas com diferenças de obrigatoriedades.

CAPÍTULO III - DAS PROVAS

Art. 4º - Este ano as competições serão de **forma virtual**, onde os participantes/ginastas deverão enviar um vídeo a “LIGA NESCAU 2020”, seguindo formato e especificações dispostos no regulamento geral.

Art. 5º - A prova será apenas de solo.

Art. 6º - A competição será dividida em duas fases, sendo a primeira a fase regional, e a segunda será a final Nacional.

Art. 7º - Na fase Regional serão selecionados os 3 melhores vídeos de cada região, por categoria, estabelecendo assim os campeões da fase regional, que serão divulgados durante os SABADAYS.

Art. 8º - Na fase Nacional, será requisitado um novo vídeo para os campeões da fase regional, por categoria, e uma nova etapa da competição acontecerá, desta forma a final será realizada com estes novos vídeos, estabelecendo-se os 3 primeiros colocados por categoria, que serão divulgados durante os SABADAYS.

Art. 9º - O vídeo deverá ser enviado a organização do evento em data específica estipulada pela “LIGA NESCAU 2020”, e deverá ter um tempo **de 30 segundos para as fases Regional e Nacional.**

§ único – O vídeo que ultrapassar o tempo estabelecido será automaticamente desclassificado.

CAPÍTULO IV – DA FORMATAÇÃO E ENVIO DE VÍDEOS

Art. 10º - O vídeo deverá ser enviado em formato MP4, ressaltando-se que qualquer irregularidade ou má qualidade de imagem e áudio, o mesmo poderá ser desclassificado e descartado.

Art. 11º - Para o envio do vídeo da fase regional, será estabelecido data e período diferentes para cada modalidade.

Art. 12º - O participante deverá estar vestido adequadamente para a prática dos movimentos da modalidade, podendo utilizar o uniforme do seu estabelecimento/ instituição.

Art. 13º - O vídeo **NÃO** poderá ser editado.

Art. 14º - Cada participante somente poderá enviar um único vídeo (material).

Art. 15º - Os campeões das fases regionais serão comunicados pela central de atendimento da “LIGA NESCAU 2020”, para que seja enviado um novo vídeo, que também terá data e prazo determinado.

LIGA NESCAU 2020

§ único – Dúvidas e informações através da Central de Atendimento (segunda a sexta feira) e no site da “LIGA NESCAU 2020”.

CAPÍTULO V – DOS CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Art. 16º - A avaliação dos vídeos ficará a cargo da organização da “LIGA NESCAU 2020”, e terá uma equipe especializada e experiente para selecionar estes vídeos.

Art. 17º - Haverá critérios de avaliação, mas sem valores de notas, onde será observado os seguintes itens:

- Execução dos elementos obrigatórios;
- Destreza no desenvolvimento da série;
- Plasticidade destes movimentos, como também sua execução;
- Postura;
- Criatividade;
- Vestimenta;
- Composição coreográfica (com ou sem música) na elaboração de sua série.

Art. 18º - A música será opcional para todas as categorias.

§ único - Caso o ginasta faça opção musical, deverá utilizar a música da modalidade (Ginástica Artística), disponível no site da “LIGA NESCAU 2020”.

CAPÍTULO VI - DA PREMIAÇÃO

Art. 19º - A premiação será **ONLINE**, através dos QR CODES emitidos pelo site da “LIGA NESCAU 2020”, conforme especificado no Regulamento Geral.

CAPÍTULO VII - DAS SÉRIES

Na fase **regional**, deverão ser realizados os seguintes elementos:

Art. 20º - Na **categoria kids (8 e 9 anos)**, o ginasta deverá apresentar as seguintes obrigadoriedades em sua série que terá tempo de **30 segundos**:

- Um elemento acrobático;
- Um equilíbrio;
- Um salto de dança/ginástico;
- Um movimento de flexibilidade.

Art. 21º - Nas **categorias mirim (10 a 13 anos) e infantil (14 a 16 anos)**, o ginasta deverá apresentar as seguintes obrigadoriedades em sua série, que terá tempo de **30 segundos**:

- Mínimo um elemento acrobático;
- Um equilíbrio;
- Mínimo um salto dança/ginástico;
- Um movimento de flexibilidade;
- Um giro mínimo 360° (feminino);
- Um elemento de força (masculino).

LIGA NESCAU 2020

Na fase **nacional**, deverão ser realizados os seguintes elementos:

Art. 22º - Na **categoria kids (8 e 9 anos)**, o ginasta deverá apresentar as seguintes obrigаторiedades em sua série que terá tempo de **30 segundos**:

- Um elemento acrobático;
- Um equilíbrio;
- Um salto de dança/ginástico;
- Um elemento livre (ponte, reversão, rodante, salto de grande amplitude, etc.);
- Uma vela;
- Um movimento de flexibilidade.

Art. 23º - Nas **categorias mirim (10 a 13 anos) e infantil (14 a 16 anos)**, o ginasta deverá apresentar as seguintes obrigаторiedades em sua série, que terá tempo de **30 segundos**:

- Mínimo um elemento acrobático;
- Mínimo um salto dança/ginástico;
- Um elemento livre (ponte, reversão, rodante, salto de grande amplitude, etc.);
- Um movimento de flexibilidade;
- Um giro mínimo 360° (feminino);
- Um elemento de força ou parada de mãos (masculino).