



Associação de Ginástica de Lisboa

MANUAL TÉCNICO GINÁSTICA PARA TODOS

2021/2022

25 de janeiro 2022

Índice

Gym for Life Regional	3
-----------------------------	---

Gym for Life Regional (26/27 março 2022)

O Gym for Life Regional é um evento no âmbito da Ginástica para Todos que integra um concurso de apresentação de grupos, com as características específicas apresentadas no Programa de Concurso/Evento. O Regulamento do Gym For Life baseia-se no Manual Técnico da FGP, secção GpT com algumas particularidades que se discriminam neste documento.

PARTICIPAÇÃO

A participação é aberta a Clubes Filiados (Classes/Grupos filiados ou não filiados na FGP) e a Clubes não Filiados

ESCALÕES ETÁRIOS

Não existe limite de idade

PROGRAMA DO EVENTO

Tempo dos exercícios: Duração máxima de 5 (cinco) minutos.

Avaliação/Observação: Os grupos são avaliados por um painel de avaliadores e feedbackers convidados, não havendo separação dos grupos por categorias. Os avaliadores terão apenas a função de pontuar os exercícios, enquanto os feedbackers, não participando no processo de avaliação, serão responsáveis por partilhar junto dos treinadores os principais aspetos a potenciar ou a melhorar nas diferentes apresentações. Para este efeito, após a exibição dos diferentes grupos/classes, deverão os treinadores dirigir-se aos feedbackers de forma a poder existir esta partilha.

- Áreas de observação/avaliação incidem sobre as seguintes áreas:
 - o Entretenimento
 - o Impressão geral
 - o Inovação, originalidade e variedade
 - o Técnica (qualidade e segurança)

CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

Classificação: Os grupos são classificados em três níveis: bronze, prata e ouro. Para este efeito cada uma das áreas de avaliação será pontuada de 1 a 10 pontos, sendo a pontuação máxima de 40 pontos. Dependendo do número de juizes, será realizada uma média das pontuações dos diferentes juizes, sendo as menções atribuídas da seguinte forma:

- o Bronze – pontuações entre 0 e 22 pontos
- o Prata – pontuações entre 23 e os 31 pontos
- o Ouro – pontuações acima de 31 pontos

Prémios: Com as possíveis restrições derivadas da atual pandemia, a entrega das menções será realizada por blocos de participantes. Após a apresentação de um conjunto de grupos (dependendo da capacidade do local organizador e do número de grupos participantes) será organizada uma cerimónia protocolar para a entrega dos diferentes troféus e diplomas com as respetivas menções.

Posteriormente, será também enviado para os clubes o resumo das pontuações obtidas pelos grupos participantes nas diferentes áreas de observação/avaliação, assim como o resumo do feedback.