



## **REGULAMENTO 2026**

### **1. MISSÃO**

Criar um ambiente adequado para a prática esportiva, onde a competição entre equipes escolares se desenvolva de forma positiva, propiciando vivências práticas de valores como ética, determinação, participação, espírito de equipe e cidadania.

### **2. OBJETIVOS**

Incentivar a prática da Ginástica Rítmica proporcionando maior visibilidade da modalidade, que atualmente se destaca como um dos esportes mais praticados no âmbito escolar, além de proporcionar uma maior interação entre atletas, alunos, pais e escolas.

### **3. ORGANIZAÇÃO**

CIRCUITO ESCOLAR PROMOÇÕES DE EVENTOS

### **4. CALENDÁRIO 2026**

O CALENDÁRIO PARA 2026 SEGUIRÁ AS DATAS ESPECIFICADAS ABAIXO:

- 28 DE JANEIRO: REUNIÃO GERAL DE LANÇAMENTO DA TEMPORADA 2026

#### **DATAS PARA REALIZAÇÃO DAS ETAPAS**

##### **PÓLO ABC**

**1º ETAPA:**

**2º ETAPA:**

##### **PÓLO SP**

**1º ETAPA:**

**2º ETAPA:**



## 5. INSCRIÇÕES

A inscrição será feita mediante o preenchimento do Cadastro de Inscrição do Colégio. Cada aluno poderá participar de APENAS 01 (UMA) categoria.

### 5.1 ATLETA

Deve estar regularmente matriculado no Colégio para o ano corrente.

## 6. CATEGORIAS E NIVEIS

O CIRCUITO ESCOLAR na MODALIDADE GINÁSTICA RÍTMICA será disputado na temporada 2026, nas seguintes categorias com seus respectivos aparelhos:

### 6.1. CATEGORIAS PARA NIVEL I

- **SUB 07 Feminino (Nascidos em 2021, 2020 e 2019)**
- **SUB 09 Feminino (Nascidos em 2018 e 2017)**
- **SUB 11 Feminino (Nascidos em 2016 e 2015)**
- **SUB 13 Feminino (Nascidos em 2014 e 2013)**
- **SUB 15 Feminino (Nascidos em 2012 e 2011)**
- **SUB 18 Feminino (Nascidos até 2010, 2009 e 2008)**

### 6.2. CATEGORIA LIVRE SÃO PARA GINASTAS/ALUNOS DE NIVEL II, III E IV

- **LIVRE SUB 11 Feminino (Nascidos em 2017, 2016 e 2015)**
- **LIVRE SUB 15 Feminino (Nascidos em 2014, 2013 e 2012)**
- **LIVRE SUB 18 Feminino (Nascidos em 2011, 2010, 2009 e 2008)**

### 6.3. NÍVEIS DO CIRCUITO ESCOLAR NA MODALIDADE GINÁSTICA RÍTMICA:

**NIVEL I-** GINASTAS /ALUNOS QUE **SOMENTE** PARTICIPAM DE EVENTOS COM SÉRIES DE MASSIFICAÇÃO E SÉRIES OBRIGATÓRIAS.

**NIVEL II-** GINASTAS /ALUNOS QUE PARTICIPAM DE **QUALQUER COMPETIÇÃO DE GR COM SÉRIES LIVRES**, TAIS COMO: COPAS, TORNEIOS, JOGOS REGIONAIS, ETC (EXCETO SÉRIES DE MASSIFICAÇÃO E SÉRIES OBRIGATÓRIAS COMO TROFÉU S.P, TORNEIO CIA GR BRASIL E ETC)

**NIVEL III-** GINASTAS /ALUNOS QUE JÁ CONCLUÍRAM AS SÉRIES OBRIGATORIAS DO NIVEL I OU II. CATEGORIA LIVRE SUB 11, SUB 14 OU SUB 18.

**NIVEL IV-** GINASTAS / ALUNOS **FEDERADOS** OU QUE PARTICIPAM DE CAMPEONATOS BRASILEIROS INDIVIDUAL OU CONJUNTO, CAMPEONATOS OU TORNEIO INTERNACIONAIS. CATEGORIA LIVRE SUB 11, SUB 14 OU LIVRE SUB 18.

- NA TEMPORADA 2026 NÃO SERÁ PERMITIDO AO ALUNO VOLTAR PARA O NÍVEL ANTERIOR, MESMO ESTANDO AFASTADO DE COMPETIÇÕES OFICIAIS.



## 7. SISTEMA DE DISPUTA

Serão realizadas 02 (DUAS) etapas durante o ano de 2026, onde serão consagrados os campeões da temporada 2026. Todas as etapas serão disputadas no sistema individual e com séries obrigatórias para todos os níveis.

SÉRIE 1 / MÃOS LIVRES – São permitidas as participações no mãos livres SÉRIE 1, alunas das seguintes categorias: SUB 07 E SUB 9.

CASO OBTENHAM A NOTA DE PASSAGEM DEVERAM AVANÇAR PARA A SERIE DE MAOS LIVRES 2, INDEPENDENTE DA IDADE.

-ALUNAS A PARTIR DO SUB 11 DEVERAM INICIAR PELA SERIE DE MÃOS LIVRES 2

**PERMANECE NO NÍVEL:** de 0,00 a 7,49

**PROMOÇÃO OPCIONAL:** de 7,50 a 7,99 (o professor pode escolher se a aluna passa de nível ou se permanece no mesmo)

**PROMOÇÃO AUTOMÁTICA:** de 8,00 a 10,00

**- Caso a aluna tenha competido 2(duas) vezes o mesmo aparelho e não tenha atingido a nota mínima para promoção, a organização do evento autoriza que na etapa seguinte a aluna realize a série do próximo aparelho. A ORGANIZAÇÃO DEVERÁ SER AVISADA DOS CASOS ESPECIAIS NO ATO DA INSCRIÇÃO**

### 7.1. SÉRIES

DISPUTADO NO SISTEMA INDIVIDUAL - DESCRIÇÃO DAS SÉRIES ESTARÁ DISPONÍVEL NA PÁGINA DA GR, NO SITE DO CIRCUITO. SERÁ DISPONIBILIZADO AOS PARTICIPANTES VÍDEOS E AS MÚSICAS.

#### **ORDEM DAS SÉRIES NÍVEL I E II:**

- MÃOS LIVRES 1
- MÃOS LIVRES 2
- BOLA
- CORDA
- ARCO
- FITA
- MAÇAS



## **ORDEM DOS APARELHOS SÉRIE OBRIGATÓRIA**

### **NIVEL III E IV:**

#### **2026 – PRIMEIRA ETAPA – APARELHO BOLA**

#### **SEGUNDA ETAPA – APARELHO CORDA**

### **ALTERAÇÕES A SEREM FEITAS NA SÉRIE DE BOLA**

#### **PARA O NIVEL III E IV SÃO:**

- Equilíbrio bandeira lateral com ajuda
- Equilíbrio pancheé com 3 quicadas pequenas no solo
- Pivot atitude
- Salto jeté en tournant com gazela / corsa
- Risco: 2 chenês, recuperação na “manchete”
- Salto gazela pé na cabeça, com lançamento

### **ALTERAÇÕES A SEREM FEITAS NA SERIE DE CORDA**

#### **PARA O NIVEL III E IV SÃO:**

- Salto gazela (corsa), com coluna, passando por dentro da corda
- Pivot passê – duas voltas
- Equilíbrio 90º graus, com echape
- Equilíbrio pancheé, com enrolamento da corda na perna
- Risco – lançamento: 2 chenês - recuperação sem mãos de livre escolha

Os professores ou responsáveis autorizados a acompanhar os alunos deverão estar trajados apropriadamente, sendo proibido o uso de camisetas regatas, tops, chinelos ou *papetes*. O uso de bermudas será permitido desde que seja a do uniforme da escola. Não será permitida a permanência dos responsáveis pelos atletas na área de competição, nem a contestação das decisões dos árbitros.

#### **Uniformes:**



É sugerido que se use para a apresentação da aluna "Collant" ou uniforme da escola, podendo usar ou não meia calça e sapatilha. O cabelo deverá estar preso, de preferência com "coque".

### **Arbitragem:**

A banca de arbitragem será composta por árbitros da Federação Paulista e Associações de Ginástica Rítmica com atualizações e brevet de arbitragem.

**PARA CADA ETAPA DA MODALIDADE A ESCOLA RECEBERÁ 02 (DUAS) CREDENCIAIS DE ACESSO A COMPETIÇÃO, ESCOLAS COM MAIS DE 30 (TRINTA) ATLETAS INSCRITOS SERÁ DADA 03 (TRÊS) CREDENCIAS E ACIMA DE 50 (CINQUENTA) ATLETAS INSCRITOS SERÁ DADA 04 (QUATRO) CREDENCIAS.**

### **8. CLASSIFICAÇÃO**

Para efeito de classificação dos alunos/atletas, segue abaixo a pontuação de cada etapa:

<b>CLASSIFICAÇÃO</b>	<b>PONTUAÇÃO</b>
CAMPEÃO	400 PONTOS
VICE-CAMPEÃO	340 PONTOS
3º LUGAR	300 PONTOS
4º LUGAR	280 PONTOS
5º LUGAR	270 PONTOS
6º LUGAR	260 PONTOS
7º LUGAR	250 PONTOS
8º LUGAR	240 PONTOS
9º AO 16º LUGAR	200 PONTOS

*OBS: Para efeito de ranking individual dos atletas, a partir do 17º lugar os mesmos receberão 50 pontos, esses pontos não entrarão na somatória das escolas.*

**Para efeito de classificação das escolas, segue abaixo a pontuação de cada etapa POR CATEGORIA:**

<b>CLASSIFICAÇÃO</b>	<b>PONTUAÇÃO</b>
CAMPEÃO	1000 PONTOS
VICE-CAMPEÃO	800 PONTOS
3º LUGAR	700 PONTOS
4º LUGAR	600 PONTOS
5º LUGAR	500 PONTOS
6º LUGAR	400 PONTOS
7º LUGAR	300 PONTOS
8º LUGAR	200 PONTOS
9º LUGAR	100 PONTOS
10º LUGAR	50 PONTOS
DEMAIS LUGARES	25 PONTOS

**A pontuação para as modalidades individuais serão da seguinte forma:**

**Categoria com pelo menos 03 atletas de escolas diferentes ou 05 atletas de 02 escolas diferentes terão pontuação completa. Abaixo desses números a pontuação será pela metade.**

### **9. PREMIAÇÃO**

Todos receberão medalhas de participação. E serão entregues medalhas de destaque para os seis



(6) primeiros colocados por nível , aparelho, categoria e área.

Em cada etapa teremos a entrega do Troféu Eficiência para o 1º colocado na colocação geral das ESCOLAS EM CADA APARELHO.

Para o prêmio de troféu destaque dos atletas na temporada 2026 será somada as duas notas (primeira e segunda etapa) independente do aparelho ou nível que o atleta tenha competido e em caso de empate na pontuação geral, a colocação da última etapa será considerado como critério de desempate.

**Regras:** As regras de arbitragem serão as da Federação Ginástica Rítmica, e os casos omissos, solucionados pela Comissão Organizadora.

*Disposições Gerais: Casos omissos nesse Regulamento serão decididos pela Comissão Organizadora. A Comissão Organizadora se reserva ao direito modificar, a qualquer momento, a forma de disputa estabelecida neste Regulamento, em razão do número de participantes inscritos em cada categoria.*

PROF. WALTER ROCHA

COORDENADOR CIRCUITO ESCOLAR