

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΩΝ ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ ΤΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΤΗΣ ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Η Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία (Ε.Γ.Ο.) αποφάσισε τη δημιουργία Επιπέδων για τα τις Ακαδημίες των σωματείων που καλλιεργούν το άθλημα της Ενόργανης Γυμναστικής.

Τα **Επίπεδα Δυσκολίας** για τα αγόρια και τα κορίτσια είναι τα παρακάτω :

(Ε1-Ε2- Ε3- Ε3 plus)

ΕΠΙΠΕΔΟ 1

ΕΠΙΠΕΔΟ 2

ΕΠΙΠΕΔΟ 3

ΕΠΙΠΕΔΟ 3 + plus

Οι **Ηλικιακές Ομάδες** για τα αγόρια και τα κορίτσια είναι οι παρακάτω:

(Ο1- Ο2- Ο3- Ο4)

ΟΜΑΔΑ 1 από **4 έως 6 ετών**

ΟΜΑΔΑ 2 από **7 έως 10 ετών**

ΟΜΑΔΑ 3 από **11 έως 14 ετών**

ΟΜΑΔΑ 4 από **15 ετών και πάνω**

Τρία όργανα για τα Κορίτσια: **Άλμα - Δοκός Ισορροπίας - Έδαφος**

Τρία όργανα για τα Αγόρια: **Άλμα- Ίππος με Λαβές –Έδαφος**

Για τα **Επίπεδα 1-2-3** υπάρχουν στο site της Ομοσπονδίας εκπαιδευτικά βίντεο με την περιγραφή των προγραμμάτων

Στο επίπεδο **Ε3 + plus** ο αθλητής - αθλήτρια θα πρέπει να εκτελέσει **στο επίπεδο Ε3 τρεις ΕΠΙΠΛΕΟΝ διαφορετικές ελεύθερες ασκήσεις**. Όλες οι ασκήσεις του κώδικα βαθμολογίας είναι αποδεκτές ακόμη και αυτές που υπάρχουν στα υποχρεωτικά προγράμματα των Ηλικιών της Ομοσπονδίας.

Για το αγώνισμα του άλματος στο Επίπεδο **Ε3 + plus** ο αθλητής ή η αθλήτρια θα πρέπει να εκτελέσει το άλμα **του Επιπέδου 3** και **ΕΠΙΠΛΕΟΝ ένα δεύτερο ελεύθερο άλμα**. Όλα τα άλματα του κώδικα βαθμολογίας είναι αποδεκτά, ακόμη και αυτά που υπάρχουν στα υποχρεωτικά προγράμματα των Ηλικιών της Ομοσπονδίας.

Το ύψος των στρωμάτων **στο Επίπεδο 3** θα είναι από 80 cm έως 1m, ενώ ο αθλητής-τρια θα έχει το δικαίωμα να τοποθετήσει τα στρώματα και κατά πλάτος.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ

Ο αριθμός συμμετοχών του συλλόγου, για κάθε ηλικιακή Ομάδα και για κάθε χρονολογία γέννησης είναι ελεύθερος.

ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΓΩΝΑ.

- Κάθε ηλικιακή Ομάδα αγωνίζεται χωριστά.
- Ο προπονητής επιλέγει ελεύθερα το Επίπεδο για κάθε αθλητή- αθλήτρια της κάθε ηλικιακής Ομάδας.
- Κάθε αθλητής ή αθλήτρια μπορεί να συμμετέχει ΜΟΝΟ σε ένα επίπεδο και στα τρία όργανα.
- Μετά τη λήξη των δηλώσεων συμμετοχών θα ομαδοποιούνται τα Επίπεδα για κάθε ηλικιακή Ομάδα.
- Οι αθλητές-τριες της ηλικιακής **Ομάδας 1** δεν μπορούν να επιλέξουν **το Επίπεδο 3 και το Επίπεδο 3 plus**. «Προστατεύουμε τις μικρές ηλικίες από τους τραυματισμούς.»
- Θα υπάρχει κριτής σε κάθε όργανο
- Η αξιολόγηση σε κάθε όργανο θα είναι περιγραφική με **A-B -Γ**.
- **Όλοι και όλες είναι Νικητές- Νικήτριες** και επιβραβεύονται με δίπλωμα συμμετοχής και μετάλλιο.
- Θα υπάρχει σειρά κατάταξης για τη βράβευση στο σύνθετο ατομικό στα τρία όργανα ανά Επίπεδο σε κάθε ηλικιακή Ομάδα χωριστά.
- Το **μετάλλιο συμμετοχής διαφοροποιείται** ανάλογα με την επίδοση του κάθε αθλητή-τρια με **χρυσή, αργυρή, χάλκινη κορδέλα**.
- Θα βραβεύεται με ειδικό βραβείο το σωματείο με την πολυπληθέστερη συμμετοχή αθλητών και αθλητριών χωριστά.
- Θα βραβεύεται με ειδικό βραβείο το σωματείο με την πολυπληθέστερη συμμετοχή στην ηλικιακή **Ομάδα 4** για αθλητές και αθλήτριες χωριστά.
- Στην τελική αξιολόγηση για τον κάθε αθλητή θα υπολογίζεται το τελικό αποτέλεσμα ως εξής:

Αξιολόγηση στα 3 όργανα	Τελικός βαθμός
A - A - A	A
A - A - B	A
A - B - B	A
A - B - Γ	B
A - Γ - Γ	B
B - B - B	B
B - B - Γ	B
B - Γ - Γ	Γ
Γ - Γ - Γ	Γ