

AERIAL AND POLE SPORTS WORLD LEAGUE



APS

REGRAS DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL, REGULAMENTOS E SISTEMA DE PONTUAÇÃO



MANUAL DO ATLETA

Setembro, 2021
APSWorldLeague.org

Este documento deve ser usado em qualquer competição internacional patrocinada pela APSWL. Poderá ser usado como diretriz de competições regionais e nacionais. O texto e o código de pontos descritos neste documento permanecem propriedade da APSWL. Traduzir e copiar este documento sem o consentimento expresso da APSWL é estritamente proibido. Caso haja discrepância entre os diferentes idiomas o texto em inglês será considerado correto

CONTEÚDO

GLOSSARIO	5
------------------	----------

REGRAS E REGULAMENTOS DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL	7
--	----------

POLE SPORTS INDIVIDUAL	7
ATLETA - POLE SPORTS	7
ATLETA - INDIVIDUAL	7
ATLETA – EQUIPE	7
ACOMPANHANTE	8
CATEGORIA POR IDADE E GÊNERO	9
ANO COMPETITIVO	10
COACHES	11
DIVISÕES	11
REQUISITOS DE ROTINA	12
UNIFORMES, AGASALHOS E FIGURINO DE COMETIÇÃO	15
SISTEMA DE PONTUAÇÃO	16
CONFIGURAÇÃO DO PALCO	20
FILMAGEM	20

SISTEMA DE PONTUAÇÃO DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
---	--------------------------------------

POLE SPORTS - INDIVIDUAL	21
ELEMENTOS ACROBÁTICOS	21
COMPOSIÇÃO ARTISTICA	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
DEDUÇÕES	43
ELEMENTOS ESSENCIAIS	46
ELEMENTOS REQUERIDOS POR DIVISÃO	47
TIPOS DE ELEMENTOS	50
FLEXIBILIDADE	50
FORÇA	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
ROTACIONAL	58
ELEMENTOS ROTACIONAIS EM POLE ESTÁTICO	58
ELEMENTOS ROTACIONAIS EM POLE GIRATÓRIO	59
BONUS DE DIFICULDADE	61
DEDUÇÕES DE ELEMENTOS ESSENCIAIS	65
INFRAÇÕES E PENALIDADES DO JUIZ PRINCIPAL	66
CONSIDERAÇÕES DE PONTUAÇÃO E JULGAMENTO	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
Juízes	71
HEAD JUDGES/ JUIZ PRINCIPAL	71
RESULTADOS	71
REGRAS DE DESEMPATE	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
PENALIZAÇÕES	72
DESQUALIFICAÇÃO	73
RECURSOS E RECLAMAÇÕES	74
CONSIDERAÇÕES ANTIDOPING	74
LESÕES E INTERRUPÇÕES DURANTE A COMPETIÇÃO	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.

REGRAS DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL DA APSWL REGULAMENTO E SISTEMA DE PONTUAÇÃO

MANUAL DO ATLETAS

Pole Sports - Individual

Este documento descreve as Regras e Regulamentos do Sistema de Pontuação Internacional da Aéreos e Pole Sports World League (APSWL). Este documento é específico para Pole Sports Individual e deve ser a base para todas as competições internacionais de Pole Sports Individuais reconhecidas pela APSWL.

Esta categoria se concentra em atletas que participam das categorias Pole Sports - Individuais, ou seja, abrange as disciplinas de pole que se concentram em força e flexibilidade.

O objetivo deste documento é fornecer ao atleta tudo o que ele precisa para entender as partes do Sistema de Pontuação e Regras e Regulamentos da competição que são necessárias para que o atleta possa planejar e executar sua rotina.

O documento consiste em três seções:

- Regras e regulamentos da competição internacional
- Sistema de pontuação
- Apêndices

GLOSSÁRIO

Para obter mais informações, consulte as definições neste documento ou as Regras e Documento de regulamentos.

Acompanhante: Um atleta pode ser acompanhado em certas áreas restritas da competição por um acompanhante registrado. O acompanhante pode ser o técnico, professor ou membro da família do atleta, conforme permitido pelo regulamento de cada competição. Os acompanhantes devem estar vestindo um traje adequado ao acompanhar o atleta como descrito nas Regras e Regulamentos da Competição.

APSWL: Liga Mundial de Aéreos e Pole Sports.

Atleta: A pessoa que participa da Competição.

Categoria: Refere-se a grupos de idade e gênero. As categorias juvenis são para atletas de 6 a 17 anos e Categorias adultas para atletas a partir de 18 anos. Existem cinco categorias para atletas juvenis e cinco categorias para atletas adultos com base em suas idades.

Competição: Todas as competições endossadas pela APSWL.

Divisão: Refere-se ao nível de dificuldade técnica. A quantidade de elementos essenciais exigidos em uma rotina varia dependendo da divisão.

Duração da Competição: O tempo entre o momento em que o atleta realiza seu registro no credenciamento para a competição até a cerimônia de encerramento.

Resultado Final: Depois que quaisquer apelações forem resolvidas ou a janela de apelações expirar, os resultados são considerados finais. Observe que as deduções do Head Judge ainda podem modificar os resultados. Uma vez que os resultados são publicados no site da organização da competição, são considerados oficiais Resultados.

Head Judge: É o chefe do painel de juízes durante a competição. O Juiz principal é nomeado pela comissão organizadora ou pela APSWL em competições internacionais. O juiz principal coordena o painel de jurados e supervisiona se todas as regras e regulamentos da competição estão sendo cumpridas. Possui poderes adicionais para decidir sobre questões como reiniciar uma performance durante uma interrupção ou lidar com penalidades adicionais, não abrangidas em qualquer uma das quatro seções de pontuação, e até mesmo desqualificar o atleta em caso de violação grave ou repetida das Regras e Regulamentos. O Juiz principal trabalha lado a lado com os organizadores da competição para garantir o sucesso do evento.

Invertido: No contexto de um movimento ou elemento, refere-se a uma posição em que os quadris estão mais altos do que a cabeça.

Modalidade: É o tipo de competição, podendo ser individual, Duplas ou Para-Pole.

Música: Os atletas escolhem sua própria música, que deve ser instrumental. Podem ser peças misturadas (remix), e incluir efeitos sonoros e longos silêncios, desde que atenda ao propósito

da coreografia. Em Competições Internacionais, nenhum diálogo ou letra é permitido, no entanto, pode-se incluir uma voz humana, desde que seja usada como um instrumento lírico. A Comissão Organizadora de Competições Nacionais e Regionais publicará as características da faixa musical permitidas para sua competição no Edital de Competição.

Seleção Nacional: O atleta que pertence a uma Seleção Nacional terá que aderir às Regras e Regulamentos da Federação, incluindo o uso de Uniforme da Equipe em todos os momentos durante a competição. O atleta deve ser nacional ou residente legal do país representado pela Seleção Nacional para ser elegível para representá-la.

Organizador: Refere-se a um organizador autorizado de uma competição endossada pela APSWL.

Oficial: Refere-se a uma pessoa que faz parte do Comitê Organizador da Competição, ou qualquer pessoa que seja representante de uma Federação Nacional ou Continental ou APSWL.

Resultados Oficiais: são os resultados publicados no site do organizador da competição, após o término da competição, e quaisquer auditorias, recursos, penalidades e outros ajustes que tenham sido resolvidos.

Penalidades: Referem-se a deduções de pontos adicionais, sanções econômicas ou mesmo desqualificação da competição ou competições futuras como resultado de infrações cometidas pelo atleta. Normalmente, são entregues pelo Juiz Principal. Infrações mais graves envolvendo proibições de competições futuras, podem ser tratadas pelo Comitê de Disciplina e Ética da APSWL.

Resultados Preliminares: À medida que os resultados são anunciados em uma competição são considerados preliminares até que sejam publicados no site do Organizador da Competição. Esses resultados ainda estão sujeitos a alterações devido a apelações, penalidades e uma auditoria pós-competição, etc.

Rotina: Refere-se a performance do atleta do início ao fim.

Faixa musical: Refere-se à música, sons e silêncios que são usados para acompanhar a rotina de um atleta. Os requisitos e características para a faixa musical são especificados nas Regras e Regulamentos.

Seções: Refere-se às quatro seções de pontuação: Elementos Acrobáticos, Composição Artística, Deduções e Elementos Essenciais.

Spin a Escolha: Em algumas categorias, a seção de Elementos Essenciais pode exigir que o atleta escolha entre um elemento rotacional na pole giratório ou no pole estático. O atleta pode escolher seu elemento giratório preferido.

Equipe: Esta definição pode ser escalonada para competições Internacionais (seleção Nacional) e não internacionais, por exemplo, Clubes / Estúdios, escolas se competirem em um campeonato Nacional / Regional / Local.

Membro da Equipe: Qualquer membro da Equipe do atleta, que pode incluir Técnicos, oficiais, outros Atletas, Médicos, Acompanhantes, entre outros.

REGRAS E REGULAMENTOS DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL

POLE SPORTS INDIVIDUAL

Atleta - Pole Sports

Pole Sports é a disciplina que se concentra em mostrar atributos de força e flexibilidade de um atleta ao interagir com a barra, incluindo sua capacidade de girar em torno do pole enquanto exibe essas características. APSWL usa uma configuração de palco com dois poles, sendo um pole estático e o outro pole giratório. Os atletas são incentivados a dedicar a mesma quantidade de tempo em cada barra.

Em uma competição de Pole-Sports, um atleta deve executar a rotina com uma série de Elementos Essenciais de Força, Flexibilidade e Rotacional de uma dificuldade técnica prescrita, complementada por uma seleção opcional de Elementos Acrobáticos, com Composição Artística sendo uma parte secundária da performance.

Atleta - Individual

Um atleta individual é aquele que compete individualmente no Pole Sports. Todos os atletas são elegíveis para competir na categoria individual padrão. Alguns atletas podem competir em uma das categorias de Para-Pole. Os requisitos para competir em uma das categorias de Para-Pole, bem como quaisquer regras ou regulamentos específicos do Para-Pole, estão listados em um apêndice no final deste documento.

Há um manual do atleta separado para duplas de Pole Sports.

Atleta - Equipe

A Equipe é a entidade que apresenta o atleta como integrante de sua categoria. No caso de uma competição internacional, a equipe do atleta será a Federação Nacional que o mesmo está representando. A definição de equipe pode ser reduzida em competições não internacionais, por exemplo, em competições nacionais ou regionais, a equipe pode ser o clube / estúdio do atleta. [Consulte as Regras e Regulamentos da Federação Nacional.](#)

Para poder se inscrever em uma Competição Internacional como representante de uma Seleção Nacional, o atleta deve ser nacional ou ter residência legal em tal país. Prova disso deve ser fornecida no Registro do Evento, geralmente por meio de um documento de identidade nacional que o credencie, por exemplo, passaporte ou autorização de residência.

Um atleta deve cumprir todas as regras e regulamentos estabelecidos por sua equipe, incluindo o uso do uniforme.

O atleta só pode representar uma única Seleção Nacional em um Ano de Competição. Para mudar as Seleções Nacionais, o Atleta deve passar um Ano de Competição completo longe de Competições Internacionais.

Em circunstâncias extraordinárias, por exemplo, perda de direitos de residência, um atleta pode ser autorizado a competir como atleta independente pelo resto do ano e no ano subsequente antes de ser elegível para ingressar em uma Seleção Nacional diferente. A inscrição para isso deve ser enviada diretamente à APSWL.

Acompanhantes

O atleta pode ter um acompanhante para acompanhá-lo nos bastidores ou nas áreas exclusivas do atleta.

Normalmente o acompanhante será seu Treinador, professor ou outro Atleta, mas no caso de menores, o acompanhante pode ser um Familiar. O acompanhante:

- Pode ter acesso às áreas de aquecimento e palco.
- Pode acompanhar o Atleta na Área de Espera de Pontuação enquanto ele aguarda sua pontuação.
- Pode acompanhar o Atleta nos vestiários (sujeito a restrições de gênero).
- Pode interagir com o funcionário designado para reclamações e recursos. No caso de o Atleta ser menor de idade, um Acompanhante adulto deve estar presente para entrar com um Recurso (e produzir o pagamento quando necessário).

As competições Nacionais e Regionais podem ter suas próprias regras sobre quem pode acompanhar o Atleta na Área de Espera de Pontuação.

O Acompanhante deve ser registrado como parte do Registro do Atleta. A comissão organizadora pode cobrar uma taxa de inscrição dos acompanhantes. Os menores podem inscrever dois acompanhantes, um da sua equipe e um familiar.

Cabe às Seleções Nacionais decidir se concedem a Membros da Família que acompanham menores o status de Membro da Equipe, mas esta não é uma exigência para que eles se inscrevam como acompanhantes do menor em uma Competição Internacional.

Se a pessoa que acompanha for um membro da equipe, eles podem usar o uniforme da equipe. Se a Pessoa acompanhante não for um Membro da Equipe, ela não terá permissão para usar o Uniforme da Equipe, mas terá que usar o ID / Crachá de acompanhante correspondente fornecido no credenciamento do Evento durante a competição.

Se o acompanhante não estiver usando o Uniforme da Equipe, ele deverá usar uma camiseta distinta conforme designada pela Equipe, ou uma camiseta branca lisa se o atleta não tiver uma Equipe.

As camisetas devem ser diferentes do uniforme da equipe, de modo a distingui-las dos atletas ou treinadores.

Os acompanhantes devem usar calçados esportivos ou estar descalços no palco e nas áreas de aquecimento do atleta.

As mesmas regras para patrocínios, logotipos e slogans que se aplicam aos uniformes e macacões do atleta se aplicam ao traje do acompanhante. Essas regras estão descritas na seção UNIFORMES, AGASALHOS E FIGURINOS DE COMPETIÇÃO, a seguir.

Os acompanhantes devem aderir ao Código de Disciplina e Ética da APSWL, bem como às Regras e Regulamentos da APSWL e da competição. Isso inclui a adesão à proibição do consumo de álcool e substâncias controladas durante a competição.

Se o Acompanhante de um atleta infringir as Regras e Regulamentos, o atleta pode ser penalizado ou mesmo desqualificado da competição.

Se o acompanhante de um atleta violar gravemente as Regras e Regulamentos ou o Código de Disciplina e Ética, ele poderá ser expulso da competição, poderá ser encaminhado ao Comitê de Ética e Disciplina e poderá ser suspenso participando em competições futuras.

Categorias por idade e Gênero

Cada categoria é especificada de acordo com a faixa etária e sexo. Os atletas precisam ter a idade exigida pela categoria até 31 de dezembro do ano corrente. As categorias ser masculina ou feminina. As categorias são especificadas da seguinte forma:

Youth Categorias		Adult Categorias	
Y1	6 anos – 7 anos	A1	18 anos – 29 anos
Y2	8 anos – 9 anos	A2	30 anos – 39 anos
Y3	10 anos – 12 anos	A3	40 anos – 49 anos
Y4	13 anos – 14 anos	A4	50 anos – 59 anos
Y5	15 anos – 17 anos	A5	60 anos e mais

Ano de Competição

O ano de competição vai de 1 de janeiro a 31 de dezembro.

A tabela a seguir mostra a categoria correspondente para o atual e os próximos anos de competição, com base no ano de nascimento do atleta.

CATEGORIA POR ANO DE NASCIMENTO

Categoria	Idade (a partir de 31 de dezembro do ano da competição)	Ano de nascimento para o ano de competição de 2021	Ano de nascimento para o ano de competição de 2022
Y1	6 anos – 7 anos	2014 - 2015	2015 - 2016
Y2	8 anos – 9 anos	2012 - 2013	2013 - 2014
Y3	10 anos – 12 anos	2009 - 2011	2010 - 2012
Y4	13 anos – 14 anos	2007 - 2008	2008 - 2009
Y5	15 anos – 17 anos	2004 - 2006	2005 - 2007
A1	18 anos – 29 anos	1992 - 2003	1993 - 2004
A2	30 anos – 39 anos	1982 - 1991	1983 - 1992
A3	40 anos – 49 anos	1972 - 1981	1973 - 1982
A4	50 anos – 59 anos	1962 - 1971	1963 - 1972
A5	60 anos e mais	1961 ou anterior	1962 ou anterior

Coaches

O Coach pode atuar como acompanhante, tendo acesso a todas as áreas de backstage. Além disso, o Técnico pode ter acesso a áreas especialmente designadas, conforme definido pelo Comitê Organizador do Evento, por exemplo, próximo ao palco durante a performance do Atleta.

O treinador deve usar o uniforme da equipe.

O técnico não tem permissão para se comunicar verbalmente com o atleta durante sua apresentação. Caso isso ocorra, o atleta receberá uma penalização, e repetidas ocorrências resultarão em desclassificação.

Uma pessoa atuando como Técnico em uma competição específica não pode participar também como atleta da Divisão Amadora; eles devem participar como atletas profissionais ou de elite.

Divisões

Divisões baseiam-se no nível de dificuldade técnica e são restritas a determinadas categorias de idade. As divisões são especificadas da seguinte forma:

Amador- Nível Iniciante - Aberto a todas as idades. Nível de dificuldade menor; apenas alguns Elementos Essenciais exigidos de uma dificuldade técnica baixa. Um Atleta que também atue como Técnico na mesma Competição não pode competir nesta categoria.

Pro – Nível Intermediário/Avançado - Aberto a atletas maiores de 10 anos de idade no final do ano de competição.

Elite – Nível avançado - Aberto a atletas maiores de 13 anos no final do ano de competição. Este nível tem os requisitos mais desafiadores durante uma competição com mais elementos necessários e com um nível de dificuldade mais alto.

O atleta deve permanecer na mesma divisão durante todo o ano de competição.

Um atleta pode escolher a qualquer momento competir numa divisão superior no próximo ano de competição.

O atleta só pode escolher mudar para uma divisão inferior quando mudar de categoria ou após uma ausência de competir por um ano completo de competição.

Requisitos da rotina

FIGURINO

As roupas do atleta devem ser justas para evitar que o tecido solto impeça o grip do atleta na barra e o posicionamento correto. O tecido da roupa não deve fornecer aderência adicional ao corpo.

Para atletas do sexo feminino, a parte superior deve cobrir completamente os seios e o decote não deve ser inferior ao ponto médio do esterno.

Os atletas do sexo masculino devem usar colete (colete), top curto, malha ou ter o peito nu.

Shorts e leggings longos são permitidos, desde que sejam justos e não proporcionem aderência extra. Não são recomendados trajes completos com mangas compridas. Saias podem ser usadas, porém não devem ser mais baixas que a região pélvica e glútea.

Luvas só são permitidas com apresentação de documentação médica em caso de hiperidrose.

É permitido o uso de esparadrapo ao fornecer documentação médica se cobrir uma área maior que 60 cm². Áreas menores não requerem nenhuma documentação.

O atleta deve realizar sua rotina descalço.

O figurino não pode incluir: roupa íntima (apenas calcinha e sutiã), transparências na região dos seios, pelve ou região das nádegas, couro, PVC ou borracha. Não é permitida a inclusão de peças de metal ou qualquer acessório que interfira na performance, que possa danificar ou arranhar a barra, ou que seja considerado elemento que possa colocar em risco a saúde ou segurança do atleta. Tecido cor de pele ou tecido de malha transparente em outras partes do corpo não especificamente proibidas, devem ser cobertos com strass.

Logotipos ou slogans de patrocínio não são permitidos nos figurinos dos atletas.

Se os atletas tiverem dúvidas sobre os figurinos, eles podem entrar em contato com a comissão organizadora para esclarecimentos.

DURAÇÃO

A rotina do atleta deve ter uma duração específica, que depende da categoria e divisão do atleta.

A faixa de música será usada como um indicador para a duração da rotina. A duração da faixa musical deve atender aos requisitos de tempo de cada categoria / divisão.

Se a faixa musical não cumprir os limites de tempo exigidos, o atleta pode ser desclassificado.

Os intervalos de duração de rotina exigidos (em minutos) por categoria / divisão estão listados abaixo:

Youth Categorias		Divisão		
Categoria	Faixa Etária	Elite	Pro	Amador
Y1	6 anos – 7 anos			3'00" - 3'30"
Y2	8 anos – 9 anos			3'00" - 3'30"
Y3	10 anos – 12 anos		3'20" - 3'50"	3'10" - 3'30"
Y4	13 anos – 14 anos	3'40" - 3'50"	3'30" - 3'50"	3'10" - 3'30"
Y5	15 anos – 17 anos	3'40" - 3'50"	3'30" - 3'50"	3'10" - 3'30"

Adultos Categorias		Divisão		
Categoria	Faixa Etária	Elite	Pro	Amador
A1	18 anos – 29 anos	3'50" - 4'00"	3'30" - 3'50"	3'10" - 3'30"
A2	30 anos – 39 anos	3'50" - 4'00"	3'30" - 3'50"	3'10" - 3'30"
A3	40 anos – 49 anos	3'50" - 4'00"	3'30" - 3'50"	3'10" - 3'30"
A4	50 anos – 59 anos	3'40" - 4'00"	3'20" - 3'50"	3'10" - 3'30"
A5	60 anos e mais	3'30" - 4'00"	3'10" - 3'50"	3'10" - 3'30"

PENTEADO, MAQUIAGEM E JÓIAS

O cabelo não deve obstruir a visão do atleta, e o pescoço do atleta deve ser visível de frente e dos lados para que os juízes possam verificar o alinhamento do pescoço. Rabos de cavalo são aceitáveis para cabelos meio longos, desde que o rabo de cavalo não obstrua a visão do atleta e o pescoço permaneça visível. O cabelo comprido deve ser preso com uma trança ou um coque. Se o cabelo do atleta for muito longo, ele deve ter o cuidado de usá-lo de forma que não atrapalhe o desempenho do atleta.

Maquiagem e pintura facial podem ser usadas somente no rosto. Qualquer estilo de maquiagem é permitido, preferencialmente de acordo com o tema escolhido.

A pintura facial pode ser usada, mas não deve ter qualquer conotação política ou religiosa ou quaisquer implicações prejudiciais. Por exemplo: Sem rosto negro, suásticas, símbolos religiosos, insígnias políticas ou bandeiras do país além da bandeira do país de sua equipe. Eles também não devem incluir logotipos de patrocinadores ou qualquer tipo de texto.

O uso de tintas corporais ou máscaras não é permitido durante uma apresentação de Pole Sports.

Pequenos apliques de cabelo são permitidos, desde que estejam firmemente presos ao cabelo, sem acessórios soltos ou pendurados. Qualquer outro acessório / ornamentação de cabelo deve ser firmemente presa ao cabelo.

Perucas não são permitidas durante uma apresentação de Pole Sports.

Não são permitidas joias, exceto brincos pequenos que não excedam o tamanho do lóbulo da orelha.

Os piercings devem ser removidos durante a realização da rotina.

Somente expansores de lóbulo com diâmetro máximo de 1 centímetro em preto, branco ou no tom de pele do atleta são permitidos. Qualquer expansor de lóbulo maior que 1 centímetro deve ser removido e fita adesiva usada para cobrir o lóbulo.

MÚSICA

Os atletas escolhem sua própria música, que deve ser instrumental. Podem ser peças misturadas, e incluir efeitos sonoros e longos silêncios, desde que atenda ao propósito da coreografia. Em Competições Internacionais não são permitidos diálogos ou letras na faixa musical, no entanto, pode incluir uma voz humana, desde que seja usada como um instrumento lírico.

A Comissão Organizadora de Competições Nacionais e Regionais publicará as características da faixa musical permitidas para sua competição no Edital de Competição.

No caso de a trilha musical iniciar com silêncio, deve haver um som inicial (bip ou similar) para indicar o início da rotina. Da mesma forma, se a faixa musical terminar com um silêncio, deve haver um som final para indicar o fim da apresentação.

Recomenda-se que o atleta inicie e termine sua trilha musical com um som distinto, independentemente de começar ou terminar com um silêncio.

A faixa de música será usada como um indicador para a duração da rotina do atleta e deve cumprir os requisitos de Duração para a Categoria / Divisão.

A faixa musical será enviada aos organizadores da Competição dentro do prazo estipulado no edital do evento.

Caso a música não seja recebida no prazo, o atleta será desclassificado.

Os Organizadores da Competição podem verificar rotineiramente as faixas de música enviadas para verificar se cumprem com a Duração exigida e, se forem encontrados problemas, eles entrarão em contato com o atleta no máximo uma vez e darão a oportunidade de retificar sua faixa musical. A responsabilidade pela duração e pelo conteúdo da faixa musical é, em última análise, do atleta, não dos organizadores do evento.

Se a faixa musical não cumprir os requisitos de Duração, o atleta pode ser desclassificado.

Se a rotina do atleta ficar aquém da duração da faixa musical, ele receberá uma penalidade de pontos. A penalidade de pontos depende da quantidade de tempo que sua rotina fica aquém do final da faixa musical.

Quaisquer elementos executados além do final da faixa musical não serão contados e não concederão nenhum ponto. Se algum elemento essencial for perdido devido à ultrapassagem da rotina, eles acumularão a dedução de elemento essencial correspondente por não ter tentado um elemento essencial. No entanto, nenhuma outra dedução da Seção de Deduções será acumulada.

Se a competição permitir música com letra, é proibido o uso de música que contenha linguagem vulgar ou obscena, insultos ou palavrões, e sua inclusão na faixa musical da rotina resultará em desclassificação.

O atleta é responsável por ter uma cópia da música do dia da competição, seja em um dispositivo eletrônico como celular ou tablet ou em um USB como backup.

A duração da música é publicada na seção Duração deste documento, bem como no anúncio do evento.

Uniformes, agasalhos e figurino de competição

O uniforme será determinado pela Federação local, regional ou nacional. Em campeonatos internacionais, a Liga Mundial de Aéreos e Pole Sports determinará as diretrizes dos uniformes com antecedência.

Os uniformes consistirão em um agasalho esportivo e / ou uniforme formal.

O agasalho deve ter pelo menos uma jaqueta e calças compridas.

Apenas calçados esportivos ou pés descalços são permitidos no palco e nas áreas de treinamento do atleta.

O agasalho deve ter o nome da equipe na parte superior das costas do casaco e pode ter a bandeira, crachá ou outro emblema nacional da equipe, conforme exigido pela Federação Nacional.

Membros representando o mesmo país devem usar os mesmos agasalhos e uniformes formais de acordo com a Federação Nacional. O nome do atleta pode ser exibido no uniforme.

Se um atleta não estiver representando uma Seleção Nacional, ele pode escolher usar um agasalho genérico de uma ou duas cores mais quaisquer listras.

Logotipos de patrocínio são permitidos, mas devem ser um acréscimo ao traje, agasalho ou uniforme formal. O logotipo deve ter uma área menor que 50 cm², e deve ser usado no peito do lado oposto ao do emblema da equipe.

O logotipo do fabricante pode estar presente no uniforme, desde que tenha as mesmas dimensões de uma versão de varejo do mesmo estilo de roupas.

Os indivíduos não estão autorizados a usar roupas de treino / uniformes diferentes se forem patrocinados por patrocinadores diferentes da sua equipe.

Os uniformes não devem ter palavras ou slogans promocionais, exceto aqueles que fazem parte do emblema da equipe ou do logotipo do patrocinador.

Mensagens ou Iconografia com conotações religiosas ou políticas não são permitidas e resultarão na desclassificação do Atleta da competição.

Mensagens ou Iconografia com conotação discriminatória não são permitidas e resultarão na desclassificação e / ou expulsão da competição e o atleta será encaminhado ao Comitê de Ética e Disciplina.

Agasalhos e uniformes oficiais só podem ser usados por atletas, treinadores e delegações da equipe de competidores.

Sistema de Pontuação

SEÇÕES DE PONTUAÇÃO

O sistema de pontuação consiste em quatro seções a serem executadas em dois poles - um estático e um giratório:

- Elementos Acrobáticos
- Composição Artística
- Deduções
- Elementos Essenciais

FOLHAS DE PONTUAÇÃO

As planilhas de pontuação devem ser preenchidas pelo atleta e contém detalhes da rotina que ele pretende realizar. As planilhas de pontuação deverão ser preenchidas e enviadas pelo atleta antes da competição. A organização da competição definirá o prazo para envio das fichas de pontuação. Existem folhas de pontuação para as seguintes seções:

- Elementos Acrobáticos
- Elementos Essenciais

As instruções sobre como preencher as planilhas de pontuação podem ser encontradas no Apêndice e nas próprias planilhas de pontuação.

PONTUAÇÃO TOTAL

A pontuação total é uma combinação das pontuações de cada uma das quatro seções somadas para formar uma pontuação geral. A pontuação geral mínima que um atleta pode receber é zero.

A pontuação máxima dentro de cada seção de pontuação que pode ser concedida é:

Componente	Adulto Elite	Adulto Pro	Adulto Amador	Youth Elite	Youth Pro	Youth Amador
Acrobáticos	27	27	27	27	27	27
Artístico	10	10	10	10	10	10
Deduções iniciam com	40	40	40	40	40	40
Elementos Essenciais	14	8.8	4.5	8.8	6	4
Elementos Essenciais (máximo bônus)	9	8	7	8	7.5	6.5
Máximo Possível Total Pontos	100	93.8	88.5	93.8	90.5	87.5

CRITÉRIO DE DESEMPATE

Em caso de empate, os critérios de desempate serão os seguintes (em ordem de precedência):

- O atleta com a maior pontuação de elementos essenciais.
- O segundo critério de desempate será a pontuação de deduções mais alta.
- O terceiro critério de desempate será a pontuação mais alta de Elementos acrobáticos.

Se o empate persistir com as pontuações de todas as seções iguais, um empate pode ser declarado e medalhas serão concedidas a todos os atletas.

PONTUAÇÃO PROVISÓRIA, FINAL E OFICIAL

Depois de anunciadas as pontuações, as pontuações são consideradas provisórias, pois ainda estão sujeitas a alterações, podendo haver recursos, penalidades adicionais ou outros ajustes.

Se um atleta não estiver satisfeito com a pontuação dos Elementos essenciais que recebeu, ele pode apelar da pontuação. Consulte a seção Recursos e reclamações abaixo.

O Atleta tem dez minutos após o anúncio das pontuações provisórias para entrar com um Recurso, se assim o desejar. Após esses dez minutos, o atleta não pode apelar da pontuação.

Se um atleta prosseguir com um recurso, a nova pontuação se tornará oficial e substituirá a pontuação anterior. Observe que é possível que a nova pontuação seja inferior à pontuação original.

Depois que as apelações de uma apresentação foram resolvidas, as pontuações são bloqueadas e não podem mais ser modificadas por meio de uma apelação. Nesta fase as pontuações são consideradas finais. As pontuações finais ainda podem ser modificadas por um Juiz Principal, em casos específicos, por exemplo, se o atleta receber uma Penalidade ou Desclassificação.

As medalhas durante a cerimônia de premiação da competição são concedidas com base nas pontuações finais.

As pontuações tornam-se oficiais assim que são publicadas online pelos organizadores da competição ou pela APSWL.

O Juiz principal pode atribuir uma Penalidade a um atleta, ou mesmo desqualificar um atleta, a qualquer momento até que a pontuação se torne oficial. Isso pode ocorrer mesmo após as cerimônias de entrega de medalhas. Se a classificação for alterada por penalidade ou desclassificação após a entrega das medalhas, e isso resultar em uma distribuição diferente das medalhas, os organizadores solicitarão que os atletas devolvam suas medalhas, para que possam redistribuí-las aos novos medalhistas. Caso esta alteração no ranking ocorra após a competição, a cerimônia de medalhas não se repetirá e os novos medalhistas receberão suas medalhas por correio ou meio similar.

PONTUAÇÃO DA EQUIPE

No final da competição, os resultados de todos os atletas de uma equipe serão somados e as pontuações finais das equipes serão determinadas. Os resultados podem ser somados pelo número de medalhas, número de medalhas de ouro ou somando as pontuações finais dos atletas. Cabe ao comitê organizador de cada evento decidir qual método será usado para determinar as pontuações das equipes e devem publicá-lo no anúncio da Competição. As equipes serão classificadas com base nas pontuações das equipes e o vencedor da competição será anunciado.

RECORDES

Os recordes das pontuações mais altas são rastreados pelo escopo geográfico da competição, ou seja, em uma competição regional, o recorde regional pode ser definido. Apenas em um campeonato mundial pode ser estabelecido um recorde mundial.

RECURSOS E RECLAMAÇÕES

Depois que um atleta receber suas pontuações provisórias e ficar insatisfeito com as pontuações dos elementos essenciais, ele pode optar por apelar da pontuação.

Os organizadores da competição nomearão uma Pessoa Designada para receber todas as Reclamações e Apelações e atuar como um elemento de ligação entre os Atletas e os Juizes e Oficiais.

A primeira etapa é notificar a intenção de apelar dentro de dez minutos após o recebimento das pontuações provisórias.

O Atleta tem a opção de pedir para ver a gravação de vídeo de seu desempenho ou apelar diretamente para uma ou mais de suas pontuações de Elementos Essenciais.

Há uma taxa para visualização da gravação do vídeo do desempenho do Atleta. Há uma taxa separada para cada Elemento Essencial que o Atleta deseja apelar. As taxas para visualização da gravação de vídeo do desempenho de um atleta não são reembolsáveis.

As taxas são previamente acordadas pela APSWL e pelos Organizadores do Evento e serão publicadas pelo menos uma semana antes da Competição.

A taxa deve ser paga antecipadamente antes que a gravação do vídeo seja mostrada ao atleta e antes que o juiz de apelação analise seu desempenho.

Caso o Atleta seja menor de idade, seu Acompanhante deverá interpor Recurso e efetuar o pagamento das respectivas taxas.

Se o atleta quiser rever seu vídeo, a Pessoa Designada irá informá-lo quando e onde isso pode acontecer. Apenas o Atleta e seu Acompanhante terão acesso à gravação do vídeo.

Assim que o atleta tiver acesso ao vídeo, ele terá 15 minutos para revisar seu desempenho, ao final do qual deverá notificar a Pessoa Designada de sua intenção de apelar de um ou mais Elementos. Se nenhum aviso for dado à Pessoa Designada ao final da janela de 15 minutos, o atleta perderá o direito de apelar de qualquer uma de suas pontuações.

Se o Atleta notificar a Pessoa Designada que deseja apelar de um ou mais Elementos Essenciais, a Pessoa Designada aceitará o pagamento e ela tomará nota de quais Elementos Essenciais o Atleta deseja apelar. Uma taxa separada é cobrada para cada Elemento Essencial que o Atleta deseja apelar.

A Pessoa Designada entrará em contato com o Juiz de Apelações, para que eles possam revisar o desempenho do atleta e decidir sobre a nova pontuação.

O Juiz de Elementos Essenciais original não pode ser nomeado Juiz de Recursos.

O Juiz de Apelações analisará o desempenho do atleta dos Elementos Essenciais solicitados e notificará o Painel de Juizes e a Pessoa Designada do resultado da apelação. A Pessoa Designada

informará o Atleta e reembolsará suas taxas se a apelação for bem-sucedida. O Painel de Juízes atualizará as pontuações finais e fará um anúncio sobre quaisquer ajustes.

Configuração de Palco

Requisitos especificados que devem ser atendidos para o layout do palco de acordo com a visão da perspectiva do juiz. O palco deve ser configurado de forma que o pole esquerdo seja o pole estático e o pole direito seja o pole giratório.

Altura, largura, profundidade, tipo de pole.

Filmagem

Ao participar de quaisquer competições sancionadas pela APSWL, todos os participantes autorizam entrevistas, fotografias, gravações de áudio e vídeo e sua liberação, exibição, publicação ou reprodução para fins de webcasts, noticiários, artigos de notícias e promoções, treinamento, publicidade, e outros fins comerciais.

Os participantes do evento liberam APSWL, seus oficiais, quaisquer federações regionais ou nacionais associadas e seus oficiais, o evento e seus organizadores, e quaisquer pessoas autorizadas de qualquer responsabilidade relacionada com a obtenção, gravação, digitalização ou publicação de qualquer um desses materiais.

Os participantes concordam em renunciar a todos os direitos a pagamentos e royalties em conexão com qualquer uso desses materiais pela APSWL, qualquer Federação membro e seus oficiais,

Os participantes e espectadores estão proibidos de trazer equipamentos fotográficos especializados. No entanto, é permitido o uso de equipamentos não especializados, como telefones celulares.

Apenas as partes autorizadas pela APSWL ou pelos organizadores do evento têm permissão para fazer uma transmissão ao vivo do evento. A transmissão ao vivo das apresentações é expressamente proibida a todas as outras partes.

É expressamente proibida a publicação de rotinas completas nas redes sociais por terceiros não autorizados.

SISTEMA DE PONTUAÇÃO DE COMPETIÇÃO INTERNACIONAL

POLE SPORTS - INDIVIDUAL

Elementos Acrobáticos

27.0 MAXIMO DE PONTOS

Esta seção é para TRUQUES de pole e será pontuada de acordo com a execução única e combinações permitidas. Cada truque possui um código, pontos por execução única, número de truques permitidos por rotina e um número máximo de pontos que podem ser atribuídos para combinações ou truques executados em sequência. Um máximo de 27,0 pontos será concedido para qualquer combinação de elementos acrobáticos na rotina de um atleta.

CATCHES

AC - Acrobatic Catches /Pegadas acrobáticas

As pegadas acrobáticas são definidas como a liberação de todo o contato com a barra por um breve momento e a recaptura da barra. O atleta pode mudar sua localização (para cima ou para baixo no pole), posição ou orientação como consequência desta ação.

+0.5 por AC	2 Vezes	Maximo 1.0 ponto
--------------------	----------------	-------------------------

RG - Re-Grips (Max 2.2 pts)

Re-Grips é um movimento acrobático em que o contato com a barra é deliberadamente liberado por um braço, geralmente liberando a pegada da mão ou da parte interna do cotovelo, por um breve momento, e o contato é restabelecido ao agarrar novamente o pole em uma nova posição do braço. Em um Re-Grip, é a parte superior do braço que deve soltar a barra e segurá-la novamente após mudar de posição. Não deve haver contato entre o resto do corpo e o pole enquanto o Re-Grip é executado. Por exemplo, com um Re-Grip, o atleta pode mudar as posições do braço de uma pegada twist grip para uma pegada cup grip, ou de uma pegada Cup grip para uma trava de cotovelo.

O Re-Grips podem ser executados separadamente ou em grupos de três ou cinco consecutivamente. O atleta deve realizar outro movimento ou sequência entre os grupos de Re-Grips. Com base no número de Re-Grips em um combo, um ponto de bônus pode ser concedido.

1 RG = +0.2 pontos	3 vezes	Maximo 0.6 pontos
3 RG Combo = +0.7 pontos para o combo	2 vezes	Maximo 1.4 pontos
5 RG Combo = +1.5 pontos para o combo	1 vez	Maximo 1.5 pontos
O número máximo de pontos atribuídos para Re-Grips é limitado a 2.2.		

CONTACT FLIPS/ FLIP DE CONTATO

CFF - Contact Flip (iniciando e finalizando no solo)

Um Contact Flip começando e terminando no solo refere-se a uma virada que é executada de uma posição inicial com os pés no chão, executando uma virada para frente, para trás ou lateralmente e terminando em uma posição no chão. O movimento do flip deve incluir virar completamente com todo o corpo girando totalmente em um movimento para frente / para trás / lateralmente.

+0.2 por CFF	4 Vezes	Maximum 0.8 pontos
---------------------	----------------	---------------------------

CFP - Contact Flip (Iniciando e finalizando no pole)

Um Contact Flip iniciando e finalizando no pole refere-se a um flip que é executado a partir de uma posição inicial em qualquer pole, executando uma virada para frente, para trás ou lateralmente e terminando em uma posição no mesmo pole. O flip deve incluir uma rotação da cabeça sobre os calcanhares, enquanto mantém contato com a barra. Flips de contato começando e terminando no pole podem ser executados para frente, para trás ou lateralmente. Esta ação pode ser executada tanto no pole estático quanto no pole giratório.

+0.5 por CFP	2 Vezes	Maximo 1.0 pontos
---------------------	----------------	--------------------------

CHF - Contact Half Flip (Iniciando no Pole e finalizando no Solo)

Um Contact Half Flip refere-se a uma virada que é executada a partir de uma posição inicial no pole com os quadris mais altos ou no mesmo nível da cabeça, executando uma virada para frente, para trás ou lateralmente, terminando em uma posição no chão. Uma das mãos do atleta deve estar em contato com a barra o tempo todo.

+0.3 por CHF	3 Vezes	Maximo 0.9 pontos
---------------------	----------------	--------------------------

DROPS/ QUEDAS

HFD - Hand Free Drop / Queda sem usar as mãos

Hand Free Drop refere-se a uma ação em que o atleta deve realizar uma descida rápida na barra por uma distância mínima de um metro. O atleta não deve usar nenhuma das mãos para controlar a queda.

+0.4 por HFD	2 Vezes	Maximum 0.8 pontos
---------------------	----------------	---------------------------

ITHD - Inverted Two Handed Drop/ Queda Invertida de Duas Mãos

Inverted Two Handed Drop refere-se a uma ação em que o atleta realiza uma descida rápida no pole, por uma distância mínima de um metro. O corpo do atleta deve estar invertido em todos os momentos, e o atleta deve usar ambas as mãos ou braços para controlar a queda, podendo ter até uma perna como ponto de contato.

+0.8 por ITHD	1 Vez	Maximo 0.8 pontos
----------------------	--------------	--------------------------

OHD - One-Handed Drop/ Queda de uma mão

One-Handed Drop refere-se a uma ação em que o atleta realiza uma descida rápida no pole, por uma distância mínima de um metro, e o atleta tem apenas uma mão em contato com a barra durante a queda.

+0.2 por OHD	2 Vezes	Maximo 0.4 pontos
---------------------	----------------	--------------------------

THD - Two-Handed Drop/ Queda de duas mãos

Two-Handed Drop refere-se a uma ação em que o atleta realiza uma descida rápida no pole, por uma distância mínima de um metro. O atleta pode usar ambas as mãos para controlar sua descida e a cabeça deve estar sempre acima do quadril.

+0.1 por THD	2 Vezes	Maximo 0.2 pontos
---------------------	----------------	--------------------------

JUMPS/ SALTOS

JA - Jump-out / Jump-on (0.5m)

Um Jump-Out A refere-se a um salto para fora do pole e terminando no solo, a uma distância de pelo menos 0,5 metros do pole. Não deve haver contato com o pole no momento em que o atleta faz contato com o solo. Um Jump-On A refere-se a um salto do solo para barra, a uma distância de pelo menos 0,5 metros do pole, e finalizar o salto no pole, sem fazer contato com o solo no momento do contato com o pole.

+0.2 por JA

5 Vezes

Maximo 1.0 pontos

JB - Jump-out / Jump-on (1.0m)

Um Jump-Out B refere-se a um salto para fora do pole e terminando no solo, a uma distância de pelo menos 1,0 metro da barra. Não deve haver contato com o pole no momento em que o atleta faz contato com o solo. Um Jump-On B refere-se a um salto do solo para barra, a uma distância de pelo menos 1,0 metro do pole, e finalização do salto no pole, sem fazer contato com o solo no momento do contato com o pole.

+0.4 por JB

3 Vezes

Maximo 1.2 pontos

JRF - Jump Rotation with Flip Out/ Rotação de salto com flip para Fora

Um Jump Rotation with Flip Out refere-se a um flip que é executado a partir de uma posição inicial no pole, executando um flip para frente, para trás ou lateralmente, terminando em uma posição no solo. Durante a execução do flip, o atleta deve atingir a posição invertida no ar, sem contato com a barra ou com o solo.

+1.0 por JRF

1 Vezes

Maximo 1.0 pontos

JRP - Jump Rotation with Flip On/ Rotação de salto com flip para barra

A Jump Rotation with Flip On refere-se a um flip que é executado de uma posição inicial no solo, executando um flip para frente, para trás ou lateralmente, terminando em uma posição no pole. Durante a execução do flip, o atleta deve atingir a posição invertida no ar, sem contato com a barra ou com o solo.

+1.5 por JRP

1 Vez

Maximo 1.5 pontos

OTHERS/ OUTROS

CW - One handed cart-wheel on the pole/ Estrela ou Roda com a mão no Pole

One-Handed Cart-Wheel on the Pole é uma rotação lateral do corpo do atleta enquanto toca o chão com uma mão e segura a barra com a outra. Durante a rotação, as pernas viajam sobre o tronco do atleta com os pés voltando ao solo, um de cada vez, terminando com o atleta em pé. É realizado com uma mão na barra e a outra mão tocando o chão em todos os momentos durante a parte invertida (quadris acima da cabeça) na rotação.

+0.4 por CW

1 Vez

Maximo 0.4 pontos

HWL - Handstand With Legs on Pole/Parada de mão com pernas no Pole

Um Handstand é uma parada de mão, quando o atleta mantém uma posição com uma mão no solo e outra mão ou braço segurando a barra. No caso de uma parada de mão com pernas no pole, pelo menos uma das pernas do atleta deve estar em contato com a barra. O atleta deve manter esta posição, completamente estática, por um período de tempo de forma que os juízes possam perceber que o atleta está no controle de seu corpo.

+0.2 por HWL

1 Vez

Maximo 0.2 pontos

HNL - Handstand With No Legs on Pole/ Parada de Mão sem pernas no Pole

Uma parada de mão é quando o atleta mantém uma posição com uma mão no solo e outra mão ou braço segurando o pole. No caso de uma parada de mão sem pernas na barra, as pernas do atleta podem estar em qualquer posição, desde que não estejam em contato com a barra. O atleta deve manter esta posição, completamente estática, por um período de tempo de forma que os juízes possam perceber que o atleta está no controle de seu corpo.

+0.3 por HNL

1 Vez

Maximo 0.3 pontos

HCL - Handstand Changing Leg Position/ Parada de mão mudando a posição das pernas

Uma parada de mão é quando o atleta mantém uma posição com uma mão no solo e outra mão ou braço segurando o pole. No caso de uma parada de mão que muda a posição da perna, as pernas do atleta podem estar em qualquer posição, o atleta deve manter esta posição, completamente estática, por um período de tempo de forma que os juízes possam perceber perceptivamente que o atleta está no controle de seu corpo. Em seguida, o atleta deve mover suas pernas para uma posição nova e diferente e, novamente, mantê-la, completamente estática, por um período de tempo de forma que os juízes possam perceber perceptivamente que o atleta está no controle de seu corpo.

+0.4 por HCL

1 Vez

Maximo 0.4 pontos

COMBINAÇÕES ACROBÁTICAS

CO - Acrobatic Combinations on spinning or static pole/ Combinações acrobáticas em pole giratório ou estático.

Combinações acrobáticas são a combinação de dois elementos acrobáticos. Os elementos acrobáticos que podem ser combinados em uma sequência de Combinação Acrobática são especificados na tabela abaixo. Para que a Combinação Acrobática seja concedida, cada elemento acrobático deve ser executado de forma clara e completa, e devem ser executados em rápida sucessão para que sejam entendidos como uma única sequência fluida. Para que a Combinação Acrobática seja contabilizada corretamente, o atleta deve registrá-la na folha de pontuação como os dois elementos individuais entre parênteses, seguidos do código "CO" para indicar que os elementos devem ser contados como uma Combinação Acrobática e pontos concedido para uma execução bem sucedida, por exemplo: "(AC + CFP) + CO".

+0.5 por CO	6 Vezes	Maximo 3.0 pontos
--------------------	----------------	--------------------------

LISTA DE COMBINAÇÕES ACROBÁTICAS

Código	Descrição	Código	Descrição
Acrobatic Catches: Pegadas acrobáticas			
AC + AC	Acrobatic Catch + Acrobatic Catch		
AC + RG	Acrobatic Catch + Qualquer combo de Re-Grip	RG + AC	Qualquer combo de Re-Grip + Acrobatic Catch
AC + CFP	Acrobatic Catch + Contact Flip iniciando e finaliazndo no pole	CFP + AC	Contact Flip iniciando e finalizando no pole + Acrobatic Catch
AC + CHF	Acrobatic Catch + Contact Half Flip (Iniciando no pole e finalizando no solo)		
AC + Drop	Acrobatic Catch + Qualquer Drop	Drop + AC	Qualquer Drop + Acrobatic Catch

Código	Descrição	Código	Descrição
Acrobatic Catches: Pegadas acrobáticas			
AC + JA/JB	Acrobatic Catch + Jump Out (0.5m or 1.0m)	JA/JB + AC	Jump On (0.5m + 1.0m) + Acrobatic Catch
AC + JRF	Acrobatic Catch + Jump Rotation with Flip Out	JRP + AC	Jump Rotation with Flip On the Pole + Acrobatic Catch

Código	Descrição	Código	Descrição
Re-Grips:			
RG + AC	Qualquer combo de Re-Grip + Acrobatic Catch	AC + RG	Acrobatic Catch + Qualquer combo de Re-Grip
RG + CFP	Qualquer combo de Re-Grip + Contact Flip iniciando e terminando no pole	CFP + RG	Contact Flip iniciando e terminando no pole + Qualquer combo de Re-Grip
RG + CHF	Qualquer combo de Re-Grip + Contact Half Flip (Iniciando no Pole, finalizando no solo)		
RG + Drop	Qualquer combo de Re-Grip + Qualquer Drop	Drop + RG	Qualquer Drop + Qualquer combo de Re-Grip
RG + JA/JB	Qualquer combo de Re-Grip + Jump Out (0.5m + 1.0m)	JA/JB + RG	Jump On (0.5m + 1.0m) + Qualquer combo de Re-Grip
RG + JRF	Qualquer combo de Re-Grip + Jump Rotation with Flip Out	JRP + RG	Jump Rotation with Flip On the Pole + Qualquer combo de Re-Grip

Note 1: Qualquer Re-Grip Combo, bem como os Re-Grips Individuais, contam para a porção Re-Grip da Combinação Acrobática

Nota 2: Sequências de Re-Grips recebem pontos por meio do sistema Re-Grips Combo, em vez do Sistema de Combinações Acrobáticas.

Nota 3: O atleta deve especificar o tipo de combo Re-Grip que está realizando como parte da Combinação Acrobática (RG1, RG3 ou RG5) na Folha de Pontuação de Acrobacias, por exemplo, (RG3 + AC) + CO para um Combo Acrobático que consiste de um Combo 3-Re-Grip seguido por um Acrobatic Catch.

Código	Descrição	Código	Descrição
Contact Flips:			
CFP + AC	Contact Flip iniciando e finalizando no Pole + Acrobatic Catch	AC + CFP	Acrobatic Catch + Contact Flip Iniciando e finalizando no Pole
		AC + CHF	Acrobatic Catch + Contact Half Flip (Iniciando no pole e finalizando no solo)
CFP + RG	Contact Flip iniciando e finalizando no Pole + Qualquer Re-Grip Combo	RG + CFP	Qualquer Re-Grip Combo + Contact Flip Iniciando e finalizando no Pole
		RG + CHF	Qualquer Re-Grip Combo + Contact Half Flip (Iniciando no pole e finalizando no solo)
CFP + CFP	Uma sequência de dois Contact Flips iniciando e finalizando no Pole	CFF + CFF	Uma sequência de dois Contact Flips iniciando e finalizando no Pole
CFP + CHF	Contact Flip iniciando e finalizando no Pole + Contact Half Flip	CHF + CFF	Contact Half Flip + Contact Flip iniciando no pole e finalizando no solo.
CFP + Drop	Contact Flip iniciando e finalizando no Pole + Qualquer Drop	Drop + CFP	Qualquer Drop + Contact Flip iniciando e finalizando no Pole
		Drop + CHF	Qualquer Drop + Contact Half Flip (Iniciando no pole e finalizando no solo)
CFP + JA/JB	Contact Flip iniciando e finalizando no Pole + Jump Out (0.5m or 1.0m)	JA/JB + CFP	Jump On (0.5 or 1.0m) + Contact Flip iniciando e finalizando no Pole

Código	Descrição	Código	Descrição
Contact Flips:			
CFP + JRF	Contact Flip Flip iniciando e finalizando no Pole + Jump Rotation with Flip Out	JRP + CFP	Jump Rotation with Flip On the Pole + Contact Flip iniciando e finalizando no Pole
CHF + JA/JB	Contact Half Flip + Jump On (0.5 or 1.0m)	JA/JB + CHF	Jump On (0.5 or 1.0m) + Contact Half Flip
CHF + JRP	Contact Half Flip + Jump Rotation with Flip on the Pole	JRP + CHF	Jump Rotation with Flip on the Pole + Contact Half Flip
CFF + JA/JB	Contact Flip iniciando e finalizando no solo + Jump On (0.5 or 1.0m)	JA/JB + CFF	Jump Out (0.5m or 1.0m) + Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo
CFF + JRP	Contact Flip iniciando e finalizando no solo+ Jump Rotation with Flip on the Pole	JRF + CFF	Jump Rotation with Flip Out + Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo

Código	Descrição	Código	Descrição
Drops:			
Drop + AC	Qualquer Drop + Acrobatic Catch	AC + Drop	Acrobatic Catch + Qualquer Drop
Drop + RG	Qualquer Drop + Qualquer Re-Grip Combo	RG + Drop	Qualquer Re-Grip Combo + Qualquer Drop
Drop + CFP	Qualquer Drop + Contact Flip Iniciando e finalizando no Pole	CFP + Drop	Contact Flip Iniciando e finalizando no Pole + Qualquer Drop

Código	Descrição	Código	Descrição
Drops:			
Drop + CHF	Qualquer Drop + Contact Half Flip (iniciando no Pole, finalizando no solo)		
Drop + JA/JB	Qualquer Drop + Jump Out (0.5m + 1.0m)	JA/JB + Drop	Jump On (0.5m + 1.0m) + Qualquer Drop
Drop + JRF	Qualquer Drop + Jump Rotation with Flip Out	JRP + Drop	Jump Rotation with Flip On the Pole + Qualquer Drop
<p>Nota: O atleta deve especificar na folha de pontuação qual drop irá realizar. Por exemplo: “(RG1 + OHD) + CO” para um único Re-Grip seguido por uma combinação acrobática de queda com uma mão.</p>			

Código	Descrição	Código	Descrição
Jumps:			
JA/JB + AC	Jump On (0.5m + 1.0m) + Acrobatic Catch	AC + JA/JB	Acrobatic Catch + Jump Out (0.5m or 1.0m)
JRP + AC	Jump Rotation with Flip On the Pole + Acrobatic Catch	AC + JRF	Acrobatic Catch + Jump Rotation with Flip Out
JA/JB + RG	Jump On (0.5m + 1.0m) + Qualquer Re-Grip Combo	RG + JA/JB	Qualquer Re-Grip Combo + Jump Out (0.5m + 1.0m)
JRP + RG	Jump Rotation with Flip On the Pole + Qualquer Re-Grip Combo	RG + JRF	Qualquer Re-Grip Combo + Jump Rotation with Flip Out
JA/JB + Drop	Jump On (0.5m + 1.0m) + Qualquer Drop	Drop + JA/JB	Qualquer Drop + Jump Out (0.5m + 1.0m)
JRP + Drop	Jump Rotation with Flip On the Pole + Qualquer Drop	Drop + JRF	Qualquer Drop + Jump Rotation with Flip Out

Código	Descrição	Código	Descrição
Jumps:			
JA/JB + CFP	Jump On (0.5 or 1.0m) + Contact Flip iniciando e finalizando no Pole	CFP + JA/JB	Contact Flip Flip iniciando e finalizando no Pole + Jump Out (0.5m or 1.0m)
JA/JB + CHF	Jump On (0.5 or 1.0m) + Contact Half-Flip	CHF + JA/JB	Contact Half-Flip + Jump On (0.5 or 1.0m)
JA/JB + CFF	Jump Out (0.5m or 1.0m) + Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo	CFF + JA/JB	Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo + Jump On (0.5 or 1.0m)
JRP + CFP	Jump Rotation with Flip On the Pole + Contact Flip Flip iniciando e finalizando no Pole	CFP + JRP	Contact Flip Flip iniciando e finalizando no Pole + Jump Rotation with Flip Out
JRP + CHF	Jump Rotation with Flip On the Pole + Contact Half Flip	CHF + JRP	Contact Half Flip + Jump Rotation with Flip On the Pole
JRP + CFF	Jump Rotation with Flip Out + Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo	CFF + JRP	Contact Flip Flip iniciando e finalizando no solo+ Jump Rotation with Flip On the Pole
JA/JB + JA/JB	Jump Out (0.5 or 1.0m) + Jump On (0.5 or 1.0m)	JA/JB + JA/JB	Jump On (0.5 or 1.0m) + Jump Out (0.5 or 1.0m)

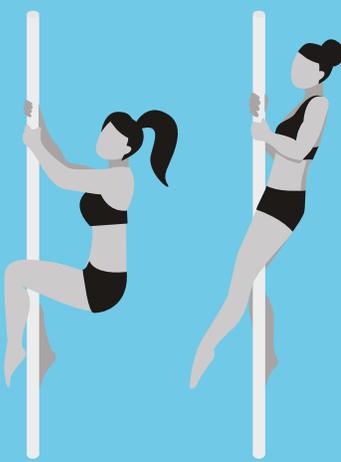
CLIMBS/ ESCALADAS

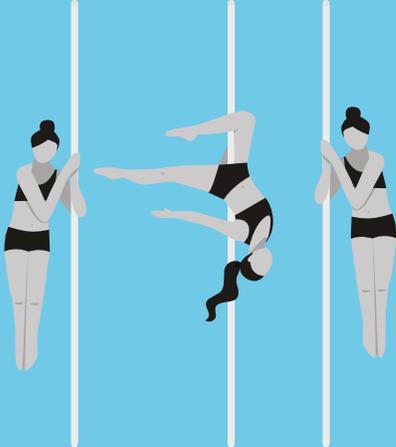
Climbs: Escaladas: para cima e para baixo no Pole

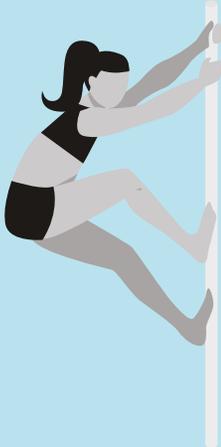
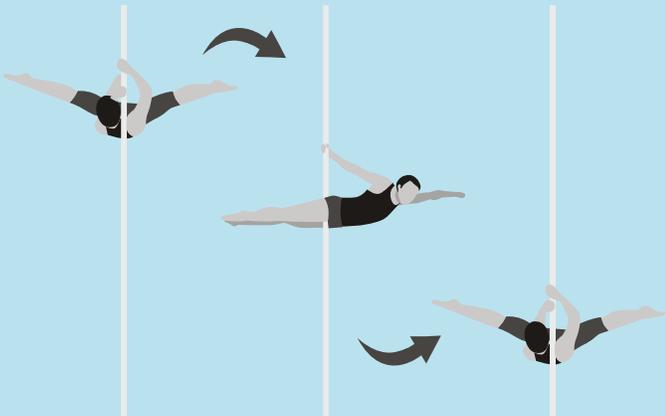
Escaladas referem-se à ação em que o atleta se move para cima ou para baixo em um dos poles. Para que os pontos sejam atribuídos, duas repetições do movimento devem ser concluídas em uma única sequência. A tabela abaixo detalha a lista de escaladas com atribuição de pontos, bem como a quantidade de pontos concedidos a cada uma. Não há limite para a quantidade de vezes que cada escalada pode ser repetida na rotina, no entanto, apenas dois conjuntos (de duas repetições) de cada escalada serão concedidos pontos. Se desejado, os dois conjuntos podem ser executados juntos, por

exemplo, o atleta pode executar quatro escaladas Outside Leg Hang consecutivas para uma pontuação de +1,0 ponto; quaisquer outras escaladas Outside Leg Hang não somarão mais pontos, mas um conjunto de duas escaladas Caterpillar proporcionará +0,5 pontos adicionais. Nenhuma escalada diferente das listadas abaixo receberá qualquer ponto.

ESCALADAS/ LISTA DE PONTUAÇÃO

Tipo de Escalada	Diagrama	Pontos concedidos por 2 repetições
Basic Climb		+0.1
Side Climb		+0.3

Tipo de Escalada	Diagrama	Pontos concedidos por 2 repetições
Seated Climb - up or down (para cima ou para baixo)		+0.3
Caterpillar Climb		+0.5
Outside Leg Hang Climb		+0.5

Tipo de Escalada	Diagrama	Pontos concedidos por 2 repetições
Walking Climb - up or down		+0.8
Hands only Climb - up or down		+1.0
Shoulder Mount para Superman Climb / Superman para Shoulder Mount Climb - up		+1.0

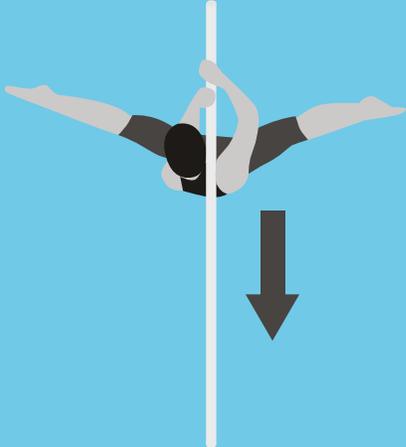
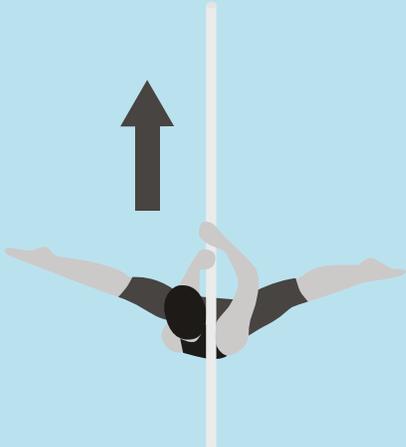
Tipo de Escalada	Diagrama	Pontos concedidos por 2 repetições
Shoulder Mount Hop-Down		+1.0
Shoulder Mount Hop-Up		+1.5
Handspring Hop-Up		+1.5

TABELA RESUMIDA DE TODOS OS ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Código	Truque	Pontos por um truque	No. de truques permitidos	Max pontos concedidos
Catches:				
AC	Acrobatic Catches	0.5	2	1.0
RG	Re-Grips: O atleta pode escolher quantos re-grips incluir em cada sequência de RG		Num. de pontos concedido por repetições de combo	Total para Re-Grips = 2.2
RG1	Re-Grip Individual	0.2	3	0.6
RG3	Combo 3 Re-Grips	0.7	2	1.4
RG5	Combo 5 Re-Grips	1.5	1	1.5

Código	Truques	Pontos por um truque	No. de truques permitidos	Maximo pontos concedidos
Contact Flips:				
CFF	Contact Flip on the floor	0.2	4	0.8
CFP	Contact Flip on the pole	0.5	2	1.0
CHF	Contact Half-Flip	0.3	3	0.9

Code	Truque	Pontos por um truque	No. de truques permitidos	Max pontos concedidos
Drops:				
HFD	Hand Free Drop	0.4	2	0.8
ITHD	Inverted Two Handed Drop	0.8	1	0.8
OHD	One Handed Drop	0.2	2	0.4
THD	Two Handed Drop	0.1	2	0.2

Código	Truque	Pontos por um truque	No. de truques permitidos	Max pontos concedido
Jumps:				
JA	Jump-out / Jump-on (0.5m)	0.2	5	1.0
JB	Jump-out / Jump-on (1.0m)	0.4	3	1.2
JRF	Jump Rotation with Flip Out	1.0	1	1.0
JRP	Jump Rotation with Flip On	1.5	1	1.5

Código	Truque	Pontos por um truque	No.de truques permitidos	Max pontos concedidos
Others:				
CW	One handed cart-wheel on the pole	0.4	1	0.4
HWL	Handstand With Legs on pole	0.2	1	0.2
HNL	Handstand With No Legs on pole	0.3	1	0.3
HCL	Handstand Changing Leg Position	0.4	1	0.4
CO	Combinações em pole giratório ou estático	0.5	6	3.0
Climbs	Climbs para cima ou para baixo no Pole	Veja a tabela de pontos que atribuem subidas acima		17.0

Composição Artística

10.0 MAXIMO DE PONTOS

Os pontos para cada categoria nesta seção são atribuídos com base no grau de execução dos requisitos de cada categoria. Cada categoria recebe um máximo de +2,5 pontos para uma execução perfeita, e menos pontos são atribuídos para execuções menos bem-sucedidas.



Composição Artística pontos concedidos <i>(para cada categoria na seção Composição)</i>		
Pontos Concedidos	Classificação de categoria	Descrição
+0.5	Pobre	Quase nenhum dos requisitos atendidos, ou um desempenho com muitos erros. Menos de 20% do desempenho demonstrou habilidade com sucesso.
+1.0	Justo	Alguns bons elementos no desempenho, mas muitos erros. Habilidade demonstrada Entre 20% - 40% do desempenho.
+1.5	Médio	Quantidade suficiente ou satisfatória dos requisitos. Bom desempenho, porém, com alguns erros graves. Entre 40% - 60% do desempenho demonstrou habilidade.
+2.0	Bom	Grande quantidade de requisitos satisfatória. Um bom desempenho, mas não perfeito. Alguns pequenos erros permitidos. Entre 60% - 80% do desempenho demonstrou habilidade.
+2.5	Excelente	Execução quase perfeita, com pequenos erros. Mais de 80% do desempenho demonstrou habilidade.

FLUIDEZ NOS MOVIMENTOS DE POLE

As sequências, truques, transições, coreografias e / ou ginástica e movimentos acrobáticos devem fluir suavemente. Movimentos de entradas e saídas de seus elementos devem continuar para o próximo elemento perfeitamente.

Máximo de pontos concedidos: **+2.5**

FLUIDEZ DOS MOVIMENTOS PARA MONTAR E DESMONTAR ENTRE PISO E POLES

A montagem e desmontagem dos movimentos no pole deve ser executada suavemente e deve haver uma transição suave com os elementos de solo que precedem / seguem a montagem / desmontagem do pole.

Máximo de pontos concedidos: **+2.5**

COREOGRAFIA DE SOLO E BARRA

O atleta deve criar coreografias de solo e barra que mostram sua capacidade de atuar em ritmo com a escolha da música e melodia usando todo o corpo. Isso significa que todos os aspectos da rotina do atleta devem estar em sincronia com as batidas da música.

Máximo de pontos concedidos: **+2.5**

CONTROLE DE PALCO

O atleta deve ter total controle de seu desempenho e se conduzir com confiança durante a execução de sua rotina.

Máximo de pontos concedidos: **+2.5**

Deduções

40.0 MAXIMO DE PONTOS

Um máximo de 40,0 pontos podem ser deduzidos nas deduções técnicas. A má execução de qualquer aspecto da rotina do atleta resultará em deduções de pontos aplicadas ao atleta. O número de pontos deduzidos é determinado pelo nível da infração. A forma como as deduções são aplicadas à pontuação de um atleta é que o mesmo inicia com 40 pontos e cada dedução tira pontos desse total inicial. No final da rotina, o saldo de deduções resultante é adicionado às outras pontuações do atleta. O total de pontos de dedução não pode ser inferior a zero. As deduções são divididas nas seguintes seções:

DEDUÇÕES INDIVIDUAIS

Cada uma dessas violações incorrerá em uma dedução cada vez que o atleta cometer uma dessas infrações (deduzido por ocorrência):

QUEDA

Uma definição de queda é uma queda repentina, rápida e descontrolada no chão. Isso pode ser de qualquer posição na barra ou fora dela.

Nota: Se o atleta não conseguir parar um elemento Drop e acabar tocando o chão, isso contará como uma Queda e deverá ser penalizado de acordo.

Cada queda incorrerá em uma penalidade de -3,0 pontos.

Má Execução e linhas incorretas

O atleta deve executar seus elementos seguindo a postura correta.

- Deve haver um alinhamento correto da patela do joelho ao dedão do pé, ou seja, a posição supinada do pé e do dedo do pé devem ser evitadas.
- Pés e dedos devem estar em pontas.
- Braços e pernas devem manter a posição correta exigida pelos elementos e devem estar em extensão total quando o elemento exigir.
- O corpo do atleta deve estar totalmente alongado, sem nenhuma tensão na cabeça, e os ombros e costas não devem ser arredondados.

Cada violação incorrerá em uma penalidade de -0,2 pontos

Transições Ruins entre os elementos

Os atletas devem entrar e sair de seus elementos, de uma forma que pareça sem esforço e na primeira tentativa. Isso também se aplica às transições entre os elementos.

Cada violação incorrerá em uma penalidade de -0,5 pontos

Escorregar ou perder o Equilíbrio

Um escorregão ou perda de equilíbrio refere-se a quando um atleta executa um elemento e perde o controle ou posicionamento de seu corpo de forma não intencional, mas temporariamente. A diferença entre um escorregão e uma queda é que o atleta perderá o controle apenas brevemente e será capaz de recuperá-lo rapidamente.

Cada deslize ou perda de equilíbrio resultará em uma dedução de -1,5 pontos.

Tocar a Estrutura de treliças

O atleta não deve tocar a estrutura ou treliça em nenhum ponto durante sua apresentação.

Uma violação resultará em uma dedução de -1,5 pontos.

Interação com o Público

O atleta não deve interagir de forma alguma com o público. Isso inclui falar com o público, pedir ao público para bater palmas ou bater palmas no palco, por exemplo, seguindo o ritmo da música.

Cada violação resultará em uma dedução de -0,5 pontos.

Contar durante a rotina

O atleta não deve contar de forma visível ou audível durante a execução de qualquer elemento da rotina.

Eles receberão uma dedução de -0,5 pontos para cada elemento durante o qual eles são ouvidos ou vistos contando.

DEDUÇÕES GERAIS

Qualquer uma dessas violações resultará em uma única dedução durante a execução da rotina.

Falha ao girar com impulso no Pole Giratório (apenas individuais)

O atleta deve executar um elemento em uma posição estática enquanto gira com impulso por duas voltas inteiras (uma rotação de 720 °) no pole giratório, pelo menos uma vez durante sua rotina. A entrada e a saída do movimento não contam, apenas a parte estática do elemento.

O não cumprimento deste requisito resultará em uma dedução de -2,0 pontos.

Usar mais um pole que o outro

Não deve haver mais de 30 segundos de diferença entre o tempo de uso de cada barra.

Uma violação resultará em uma dedução de -2,0 pontos.

Usar menos que a altura total da barra

O atleta deve usar a altura total de ambos as barras no mínimo **uma vez cada** durante sua rotina. A altura total é definida como o comprimento da base até a largura de uma mão abaixo do final da barra. As categorias juvenis 1,2,3 e 4, assim como a categoria Adulto 10, só precisam atingir 50% da altura do pole.

Falha em usar a altura total das barras resultará em uma dedução de -2,0 pontos.

Continuar a Rotina após a batida final da música

O final da música indica o fim da rotina. As deduções serão dadas se a rotina do atleta exceder a batida final da música, ou se o atleta terminar sua rotina antes da música ter finalizado. Além disso, nenhum elemento será contado se executado após o final da última batida da música, nem outras deduções serão aplicadas por má execução após a música ter finalizado.

Penalização: **-3.0** pontos.

Cantar enquanto executa a rotina

O atleta não deve cantar durante sua apresentação, nem fingir que está cantando.

Uma violação resultará em uma dedução de **-2.0** pontos.

Elementos Essenciais

MAXIMO DE PONTOS DETERMINADO POR CATEGORIA/DIVISÃO

Cada atleta deve escolher elementos com uma pontuação técnica que corresponda à faixa indicada para sua divisão e categoria. Cada elemento terá uma pontuação técnica entre 0,1 (menor valor técnico) a 1,0 (maior valor técnico).

O número e tipo de elementos essenciais que cada atleta deve incluir em sua rotina também são prescritos por sua divisão e categoria.

O total cumulativo de todos os pontos indicados na folha de pontuação dos Elementos Essenciais variará de um máximo de 4,0 - 14,0 de acordo com os Elementos Essenciais permitidos para cada Nível e Categoria.

O atleta deve preencher uma Folha de Pontuação dos Elementos Essenciais registrando os Elementos que pretende executar como parte de sua rotina, na ordem em que pretende executá-los.

O atleta deve realizar integralmente cada Elemento Essencial, cumprindo todas as características de cada Elemento para que receba pontos para o Elemento. O atleta deve executar cada Elemento Essencial de forma que os juízes possam verificar se o atleta está atendendo a todas as características do Elemento. Por exemplo, os juízes devem ser capazes de avaliar o ângulo dos splits, alinhamento do corpo, etc.

As tabelas abaixo especificam a faixa de pontuação técnica para cada elemento, bem como o número e tipo de elementos essenciais que cada atleta deve incluir em sua rotina:

Elementos exigidos por Divisão

YOUTH ELITE	
Os atletas devem selecionar 11 elementos	
A pontuação deve ficar entre:	0.4 - 0.8
Valor Total dos elementos:	4.4 - 8.8
Maximo de pontos de bônus:	8.0
Quatro (4) elementos de flexibilidade	
Quatro (4) elementos de força	
Um (1) giro no pole giratório	
Um (1) giro no pole estático	
Um (1) giro a escolha do atleta	

YOUTH PRO	
O atleta deve selecionar 10 elementos	
A pontuação deve ficar entre:	0.2 - 0.6
Valor Total dos elementos:	2.0 - 6.0
Maximo de pontos de bônus:	7.5
Quatro (4) elementos de flexibilidade	
Quatro (4) elementos de força	
Um (1) giro no pole giratório	
Um (1) giro no pole estático	

YOUTH AMADOR

O atleta deve selecionar 8 elementos

A pontuação deve ficar entre:	0.1 - 0.5
Valor Total dos elementos:	0.8 - 4.0
Maximo de pontos de bônus:	6.5
Três (3) elementos de flexibilidade	
Três (3) elementos de força	
Um (1) giro no pole giratório	
Um (1) giro no pole estático	

ADULTO ELITE

O atleta deve selecionar 14 elementos

A pontuação deve ficar entre:	0.6 - 1.0
Valor Total dos elementos:	8.4 - 14.0
Maximo de pontos de bônus:	9.0
cinco (5) elementos de flexibilidade	
cinco (5) elementos de força	
dois (2) giros no pole giratório	
dois (2) giros no pole estático	

ADULTO PRO

O atleta deve selecionar 11 elementos

A pontuação deve ficar entre:	0.4 - 0.8
--------------------------------------	------------------

Valor Total dos elementos:	4.4 - 8.8
-----------------------------------	------------------

Maximo de bônus:	8.0
-------------------------	------------

Quatro (4) elementos de flexibilidade

Quatro (4) elementos de força

um (1) giro no pole giratório

um (1) giro no pole estático

um (1) giro a escolha do atleta

ADULTO AMADOR

O atleta deve selecionar 9 elementos

A pontuação deve ficar entre:	0.1 - 0.6
--------------------------------------	------------------

Valor Total dos elementos:	0.9 - 5.4
-----------------------------------	------------------

Maximo de bônus:	7.0
-------------------------	------------

três (3) elementos de flexibilidade

três (3) elementos de força

um (1) giro no pole giratório

um (1) giro no pole estático

um (1) giro a escolha do atleta

TIPOS DE ELEMENTOS

Os Elementos Essenciais estão divididos em três categorias: Elementos de Força, Flexibilidade e Rotacional, dependendo de qual aspecto de desempenho do atleta eles se concentram.

Flexibilidade

Elementos de flexibilidade são aqueles em que o atleta demonstra a amplitude de mobilidade ao longo de toda a extensão de suas costas, pernas, quadris e ombros. Cada elemento de flexibilidade dá ao atleta a oportunidade de mostrar uma ou mais áreas nas quais ele se destaca em flexibilidade. Os critérios que os juízes usarão na avaliação da flexibilidade do atleta serão descritos na descrição de cada elemento no Apêndice 1 abaixo.

LISTA DOS ELEMENTOS DE FLEXIBILIDADE

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
F0101	Inside Leg Hang	0.1
F0102	Side Pole Straddle Base	0.1
F0201	Ballerina Sit Attitude	0.2
F0202	Inside Leg Hang	0.2
F0203	Side Pole Straddle Base	0.2
F0301	Allegra Split 1	0.3
F0302	Broken Doll 1	0.3
F0303	Hip Hold Split	0.3
F0304	Pole Straddle	0.3
F0305	Front Split On Pole	0.3
F0306	Kite Straddle	0.3
F0307	Straddle Elbow/Twisted Grip	0.3
F0401	Allegra Split 2	0.4
F0402	Allegra Passé 1	0.4
F0403	Bridge	0.4
F0404	Capezio Passé	0.4
F0405	Crossbow Elbow Hold	0.4
F0406	Handstand Split 1	0.4
F0407	Handstand Vertical Split	0.4
F0408	Pole Straddle	0.4
F0409	Split Grip Leg Through Split	0.4
F0410	Standing Split 160	0.4
F0411	Superman Crescent	0.4

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
F0412	Syniachenko Straddle 1	0.4
F0413	Underarm Hold Pike	0.4
F0414	Yogini	0.4
F0501	Allegra Passé 2	0.5
F0502	Broken Doll 2	0.5
F0503	Chopstick	0.5
F0504	Floating Ballerina	0.5
F0505	Front Split	0.5
F0506	Floor K Elbow Stand	0.5
F0507	Handspring Split	0.5
F0508	Handstand Split 2	0.5
F0509	Hip Hold Split	0.5
F0510	Hug Jade 1 (Aita Split)	0.5
F0511	Inside Leg Hang Back Split	0.5
F0512	Inverted Front Split	0.5
F0513	Inverted Split	0.5
F0514	Lux	0.5
F0515	Marchetti Underarm Split	0.5
F0516	Pegasus Split Facing Floor 1	0.5
F0517	Split Grip Leg Through Split	0.5
F0518	Standing Split 180	0.5
F0519	Syniachenko Straddle 2	0.5
F0601	Allegra	0.6
F0602	Capezio Passé	0.6
F0603	Chopstick Passé	0.6
F0604	Cocoon 160	0.6
F0605	Elbow Chest Butterfly	0.6
F0606	Flying K Elbow Lock	0.6
F0607	Handstand Hip Hold Split	0.6
F0608	Handstand Vertical Split	0.6
F0609	Hip/Elbow Split	0.6
F0610	Yogini	0.6
F0611	Inverted Front Split	0.6
F0612	One Elbow Handstand Split (Floor Based)	0.6
F0613	One Hand Floor Split	0.6
F0614	Shevtsova Split	0.6
F0615	Shoulder Dismount Split	0.6
F0616	One Hand Flying Split	0.6
F0617	Eagle 1	0.6

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
F0701	Brass Monkey Split	0.7
F0702	Back Split To Pole Ring Position	0.7
F0703	Bird Of Paradise Inverted	0.7
F0704	Capezio Split	0.7
F0705	Chopsticks	0.7
F0706	Choker Split Facing Floor	0.7
F0707	Dragon Tail Split	0.7
F0708	Elbow Bracket Split 1	0.7
F0709	Elbow Hold Frontal Split	0.7
F0710	Forearm Grip Leg Through Split	0.7
F0711	Hip Hold Split Elbow Grip	0.7
F0712	Hip Hold Split Passé	0.7
F0713	Inside Leg Hang Back Split	0.7
F0714	Inverted Back Ayesha Split	0.7
F0715	Inverted Split	0.7
F0716	Oversplit On Pole	0.7
F0717	Pegasus Split Facing Upwards	0.7
F0718	Reverse Elbow Straddle	0.7
F0719	Songini Split 180	0.7
F0720	Split Grip Leg Through Frontal Split	0.7
F0721	Superman V	0.7
F0722	Underarm Hold Split	0.7
F0801	Bird Of Paradise Vertical	0.8
F0802	Bozina Split	0.8
F0803	Choker Split Facing Upwards	0.8
F0804	Cobra	0.8
F0805	Cocoon 180	0.8
F0806	Dragonfly	0.8
F0807	Dragon Tail Fang	0.8
F0808	Eclipse Split	0.8
F0809	Elbow Back Split	0.8
F0810	Elbow Chest Split	0.8
F0811	Elbow Hold Frontal Over Split	0.8
F0812	Floor K	0.8
F0813	Floor Balance Split	0.8
F0814	Hip Hold One Hand Split	0.8
F0815	Iguana Elbow Hold Split No Hands	0.8
F0816	Inverted Leg Through Split	0.8
F0817	Machine Gun	0.8

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
F0818	Russian Split	0.8
F0819	Russian Split Elbow Lock	0.8
F0820	Twisted Floor K	0.8
F0821	Underarm Inside Leg Split	0.8
F0822	Vertical Jade	0.8
F0901	Eagle 2	0.9
F0902	Back Elbow Vertical Split	0.9
F0903	Back Split	0.9
F0904	Back Split Overhead Hold On Pole	0.9
F0905	Dragon Tail Back Bend 1	0.9
F0906	Elbow Grip Horizontal Back Bend	0.9
F0907	Extreme Jade Underarm (Gordiyenko)	0.9
F0908	Elbow Hold Split	0.9
F0909	Floor K	0.9
F0910	Flying K	0.9
F0911	Half Back Split On Pole	0.9
F0912	Handspring Split On Pole	0.9
F0913	Marion Half Back Split	0.9
F0914	Marchetti Oversplit Inverted	0.9
F0915	Olena Split	0.9
F0916	Pegasus Split Facing Floor 2	0.9
F0917	Rainbow Marchenko Back Bend Scissor	0.9
F0918	Underarm Grip Chopsticks	0.9
F0919	Hip Hold Straight Arm	0.9
F0920	Russian Split Horizontal	0.9
F0921	Side Over Split	0.9
F0922	Side Split Ciccone	0.9
F0923	Vertical Split	0.9
F0924	Vertical Split Passé	0.9
F0925	Wenson Split	0.9
F1001	Back Bend Upright Split	1.0
F1002	Back Elbow Grip Ayesha Split	1.0
F1003	Back Support Grip Ballerina	1.0
F1004	Bui Bend	1.0
F1005	Dragon Tail Back Bend 2	1.0
F1006	Elbow Bracket Split 2	1.0
F1007	Elbow Side Split Syniachenko	1.0
F1008	Flamingo	1.0
F1009	Flying K Passé	1.0

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
F1010	Floor Based Marchenko	1.0
F1011	Crossbow	1.0
F1012	Vertical Over Split	1.0
F1013	Janeiro Back Split	1.0
F1014	Low Back Crossbow	1.0
F1015	Machine Gun No Hands	1.0
F1016	Neck Hold Leg Through Split	1.0
F1017	Rainbow Marchenko Back Bent Pencil	1.0
F1018	Rainbow Marchenko Split	1.0
F1019	Russian Split Horizontal	1.0
F1020	Side Back Split	1.0
F1021	Superman Crescent Attitude	1.0
F1022	Vertical Marchenko Split	1.0
F1023	Vertical Split No Hands	1.0

Força

Elementos de força são aqueles em que o atleta demonstra a força de braço, tronco e pernas que possui. Cada elemento de força dá ao atleta a oportunidade de mostrar uma ou mais áreas nas quais ele se destaca em força. Os critérios que os juizes usarão na avaliação da força do atleta serão detalhados na descrição de cada elemento no Apêndice 1 abaixo.

LISTA DOS ELEMENTOS DE FORÇA

Código	Nome dos Elementos	Pontuação técnica
S0101	Basic Invert No Hands	0.1
S0102	Inverted Straddle	0.1
S0103	Elbow Grip Seat	0.1
S0104	Stargazer	0.1
S0105	Outside Knee Hook, Passé	0.1
S0106	Pole Hug Pencil	0.1
S0107	Split Grip Cradle Tuck	0.1
S0201	Basic Brass Monkey	0.2
S0202	Butterfly Split Grip	0.2
S0203	Cupid	0.2
S0204	Elbow Hold Hang	0.2
S0205	Extended Brass Monkey	0.2
S0206	Inside Leg Hang Flatline	0.2

Código	Nome dos Elementos	Pontuação técnica
S0207	Layback Crossed Knee Release	0.2
S0208	Outside Knee Hang Back Passé	0.2
S0209	Pole Straddle Split Grip	0.2
S0210	Floor Deadlift From Shoulder Mount Grip	0.2
S0211	Floor Deadlift From Twisted Grip	0.2
S0212	Floor Deadlift From Flag Grip	0.2
S0213	Floor Deadlift From Forearm Handspring	0.2
S0214	Floor Deadlift From Iguana Grip	0.2
S0301	Basic Superman	0.3
S0302	Butterfly Extension	0.3
S0303	Flag Grip Side Attitude	0.3
S0304	Knee Hold	0.3
S0305	Layback Crossed Ankle Release	0.3
S0306	Remi Layback	0.3
S0307	Shoulder Mount Pencil/Straddle	0.3
S0308	Underarm Hold Hang	0.3
S0309	Floor Deadlift From Neck Hold	0.3
S0310	Floor Deadlift With Straight Legs From Shoulder Mount Grip	0.3
S0311	Floor Deadlift With Straight Legs From Twisted Grip	0.3
S0312	Floor Deadlift With Straight Legs From Flag Grip	0.3
S0313	Floor Deadlift With Straight Legs From Forearm Handspring	0.3
S0314	Floor Deadlift With Straight Legs From Iguana Grip	0.3
S0401	Back Support Split	0.4
S0402	Back Support Tuck	0.4
S0403	Butterfly Twist One Hand	0.4
S0404	Extended Hang	0.4
S0405	Flag Grip Side Straddle	0.4
S0406	Handspring Straddle/Pencil	0.4
S0407	Russian Layback	0.4
S0408	Superman One Side	0.4
S0409	Thinker	0.4
S0410	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Shoulder Mount Grip	0.4
S0411	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Twisted Grip	0.4
S0412	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Flag Grip	0.4

Código	Nome dos Elementos	Pontuação técnica
S0413	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Forearm Handspring	0.4
S0414	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Iguana Grip	0.4
S0415	Floor Deadlift With Straight Legs From Neck Hold	0.4
S0416	Floor Deadlift From Cup Grip	0.4
S0417	Floor Deadlift From Elbow Hold	0.4
S0501	Butterfly Reverse Extension	0.5
S0502	Flag Grip Side Passé	0.5
S0503	Forearm Grip Inverted Straddle/Pencil	0.5
S0504	Hiphold Half Split	0.5
S0505	Superpassé	0.5
S0506	Aerial Deadlift From Shoulder Mount Grip	0.5
S0507	Aerial Deadlift From Twisted Grip	0.5
S0508	Aerial Deadlift From Flag Grip	0.5
S0509	Aerial Deadlift From Forearm Handspring	0.5
S0510	Aerial Deadlift From Iguana Grip	0.5
S0511	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Neck Hold	0.5
S0512	Floor Deadlift With Straight Legs From Cup Grip	0.5
S0513	Floor Deadlift With Straight Legs From Elbow Hold	0.5
S0601	Elbow Grip Straddle	0.6
S0602	Elbow Hold Passé	0.6
S0603	Flag Grip Pencil	0.6
S0604	Forearm Grip Butterfly	0.6
S0605	Janeiro	0.6
S0606	No Hands Superman	0.6
S0607	Shoulder Mount Plank Straddle Lower Or Lift	0.6
S0608	Aerial Deadlift From Neck Hold	0.6
S0609	Aerial Deadlift With Straight Legs From Shoulder Mount Grip	0.6
S0610	Aerial Deadlift With Straight Legs From Twisted Grip	0.6
S0611	Aerial Deadlift With Straight Legs From Flag Grip	0.6
S0612	Aerial Deadlift With Straight Legs From Forearm Handspring	0.6
S0613	Aerial Deadlift With Straight Legs From Iguana Grip	0.6
S0614	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Cup Grip	0.6
S0615	Floor Deadlift With Straight Legs Closed From Elbow Hold	0.6
S0701	Back Support Plank Thigh Hold	0.7
S0702	Butterfly Extended Twist One Hand	0.7
S0703	Flag Grip Handstand Flag	0.7

Código	Nome dos Elementos	Pontuação técnica
S0704	Iron X	0.7
S0705	Janeiro Plank	0.7
S0706	Shoulder Stand Floor Based Straddle	0.7
S0707	Aerial Deadlift With Straight Legs From Neck Hold	0.7
S0708	Aerial Deadlift From Cup Grip	0.7
S0709	Aerial Deadlift From Elbow Hold	0.7
S0801	Back Grip Plank Straddle	0.8
S0802	Back Support Plank Outside Leg Passé	0.8
S0803	Cross Grip Tulip	0.8
S0804	Elbow/Neck Hold Straddle	0.8
S0805	Handstand Plank Jack Knife	0.8
S0806	Iguana Elbow Hold Straddle No Hands	0.8
S0807	Iron Flag Bottom Leg Passé	0.8
S0808	Underarm Flag Plank Open Legs	0.8
S0809	X Pose	0.8
S0810	Wenson Straddle	0.8
S0811	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Shoulder Mount Grip	0.8
S0812	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Twisted Grip	0.8
S0813	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Flag Grip	0.8
S0814	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Forearm Handspring	0.8
S0815	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Iguana Grip	0.8
S0816	Aerial Deadlift With Straight Legs From Cup Grip	0.8
S0817	Aerial Deadlift With Straight Legs From Elbow Hold	0.8
S0901	Cup-Grip X	0.9
S0902	Handstand Plank Side Split	0.9
S0903	Iguana Airwalk	0.9
S0904	Janeiro Plank One Hand	0.9
S0905	One Shoulder Side Plank Legs Open	0.9
S0906	Shoulder Mount Plank Passé Hold	0.9
S0907	Split Grip Reverse Plank Legs Open	0.9
S0908	Split Grip Side Plank Legs Open	0.9
S0909	Underarm Flag Plank Closed Legs	0.9
S0910	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Neck Hold	0.9
S1001	Back Grip Plank	1.0
S1002	Back Support Plank	1.0

Código	Nome dos Elementos	Pontuação técnica
S1003	Cup Grip Plank	1.0
S1004	Elbow Plank	1.0
S1005	Floor Based Clock	1.0
S1006	Handstand Plank	1.0
S1007	Iguana Horizontal	1.0
S1008	Iron Pencil	1.0
S1009	One Shoulder Side Plank Legs Closed	1.0
S1010	Shoulder Mount Horizontal	1.0
S1011	Split Grip Flag	1.0
S1012	Split Grip Leg Through Plank	1.0
S1013	Split Grip Reverse Plank	1.0
S1014	Split Grip Side Plank	1.0
S1015	720° Air Walk	1.0
S1016	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Cup Grip	1.0
S1017	Aerial Deadlift With Straight Legs Closed From Elbow Hold	1.0

Rotacional

Elementos rotacionais em pole estático

O atleta deve realizar uma série de Elementos de Rotação no pole Estático. Para que um Elemento Rotacional em pole Estático seja bem-sucedido, o elemento deve ser executado com uma rotação completa de 360 °, sem contar as transições de entrada e saída do elemento. Os detalhes individuais do que conta como uma execução bem-sucedida serão detalhados na descrição de cada Elemento no Apêndice 1 abaixo.

Além dos Elementos Essenciais de Rotação no Pole Estático listados abaixo, o atleta pode escolher executar qualquer Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade e segurá-lo por uma rotação completa de 360 °. Isso deve ser indicado na Folha de Pontuação usando o Prefixo RT seguido por uma barra e o código do Elemento de Flexibilidade ou Resistência selecionado, por exemplo "RT / F0514" para um Elemento "Lux" mantido por uma rotação de 360 ° no pole Estático.

LISTA DOS ELEMENTOS ROTACIONAIS EM POLE ESTÁTICO

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
RT0101	Back Hook Spin	0.1
RT0102	Fireman Spin Crossed Ankle	0.1
RT0103	Front Hook Spin	0.1
RT0201	Attitude Spin Outside Heel On Pole	0.2

Código	Nome do Elemento	Pontuação técnica
RT0202	Chair Spin	0.2
RT0203	Forwards Attitude Spin	0.2
RT0204	Knee Hook Spin Passé	0.2
RT0301	Back Spin Attitude	0.3
RT0302	Body Spiral Reverse Grab Attitude	0.3
RT0303	Carrousel Fang	0.3
RT0304	Chairspin Pike Both Legs Stretched	0.3
RT0305	Cradle Spin Split Grip Tuck	0.3
RT0401	Body Spiral Attitude One Hand	0.4
RT0402	Cradle Spin Split Grip Straddle	0.4
RT0403	Reverse Grab Pencil	0.4
RT0404	Split Grip Straddle	0.4
RT0501	Reverse Grab Straddle Into Pencil	0.5
RT0502	Spinning Into A Shoulder Mount Straddle	0.5
RT0601	Cup Grip Spin Pencil	0.6
RT0602	Cradle Spin Into Extended Butterfly	0.6
RT0701	Double Reverse Grab Body Spiral 1	0.7
RT0702	Phoenix Spin 1	0.7
RT0801	Double Reverse Grab Body Spiral 2	0.8
RT0901	Double Reverse Grab Into Phoenix	0.9
RT0902	Phoenix Spin 2	0.9
RT1001	Chinese Grip Phoenix	1.0
RT1002	Double Reverse Grab Into Phoenix	1.0

Elementos Rotacionais em Pole Giratório

O atleta deve realizar uma série de Elementos de Rotação no Pole giratório. Para que um Elemento Rotacional em pole Giratório tenha sucesso, o elemento deve ser executado por duas rotações completas (720 °), sem contar as transições de entrada e saída do elemento. Os detalhes individuais do que conta como uma execução bem-sucedida serão detalhados na descrição de cada Elemento no Apêndice 1 abaixo.

Além dos Elementos descritos abaixo, o atleta pode escolher executar qualquer Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade e mantê-lo por toda a rotação de 720 °. Isso deve ser indicado na Folha de Pontuação usando o Prefixo RP seguido por uma barra e o código do Elemento de Flexibilidade ou Força selecionado, por exemplo "RP / S0206" para o Elemento "inside leg hang flatline" mantendo uma rotação de 720 ° no pole giratório.

LISTA DOS ELEMENTOS ROTACIONAIS EM POLE GIRATÓRIO

Código	Nome do Elemento	Valor Técnico
RP0101	Fireman Spin Chair	0.1
RP0201	Helix Spin	0.2
RP0202	Twisted Spin	0.2
RP0203	Outside Knee Hang Closed Fang	0.2
RP0204	Pencil Forearm Grip	0.2
RP0301	Ballerina Passé	0.3
RP0302	Carrousel Spin Elbow Grip	0.3
RP0303	Inverted Straddle	0.3
RP0304	Seated Side Tuck	0.3
RP0305	Underarm Hold	0.3
RP0306	Vortex Spin	0.3
RP0307	Wrap Grip Spin	0.3
RP0401	Body Spiral No Hands	0.4
RP0402	Cradle Spin Tuck No Hands	0.4
RP0403	Inverted Body Spiral Outside Leg Stretched Behind Pole.	0.4
RP0404	Inverted Thigh Hold Tuck	0.4
RP0405	Outside Knee Hang Closed Fang	0.4
RP0501	Cradle Spin Pike No Hands Legs Fully Stretched	0.5
RP0502	Cradle Spin One Handed Pike	0.5
RP0503	Elbow Spin Attitude	0.5
RP0504	Hip Hold Straddle	0.5
RP0505	Iguana Fang	0.5
RP0506	Pencil Spin Basic Grip	0.5
RP0507	Straddle Spin Two Hands Up	0.5
RP0601	Butterfly Extended Twist No Hands	0.6
RP0602	Icarus Spin	0.6
RP0701	Elbow Attitude Spin	0.7
RP0702	Hand Based Split Spin	0.7
RP0703	Parallel Split Spin	0.7
RP0704	Tuck Through Spin Pike	0.7
RP0801	Cradle Spin No Hands	0.8
RP0802	Cup-Grip Pencil	0.8
RP0803	Reverse Butterfly Extension	0.8

Código	Nome do Elemento	Valor Técnico
RP0804	Titanic Support	0.8
RP0901	Crossbow Two Hands On Pole	0.9
RP0902	Elbow Grip Vertical Split	0.9
RP0903	Inverted Split Spin	0.9
RP0904	One Handed Spin	0.9
RP0905	Supported Sailor	0.9
RP1001	Crossed Hands Plank	1.0
RP1002	No Hands Plank Spin	1.0
RP1003	One Handed Parallel Split Spin	1.0
RP1004	Pole Based Clock	1.0
RP1005	Sailor	1.0
RP1006	Split Grip Contortion Spin	1.0
RP1007	Supported Sailor Back Bend	1.0

Bônus de Dificuldade

Pontos adicionais serão concedidos quando o Elemento Essencial for executado com sucesso com um nível de dificuldade aumentado. O atleta deve indicar na planilha de pontuação dos Elementos Essenciais os Bônus de Dificuldade que ele tentará. Há um número máximo de Bônus de Dificuldade que o atleta pode tentar em sua rotina, esse máximo será indicado na descrição de cada bônus de dificuldade descrito abaixo.

Se o atleta não conseguir completar com sucesso o Elemento Essencial com o nível de dificuldade adicionado, mas conseguir completar com sucesso o Elemento Essencial básico, os pontos do Elemento Essencial básico serão concedidos, no entanto, nenhum ponto de Bônus de Dificuldade será adicionado.

Observe que apenas um Bônus de Dificuldade pode ser concedido para cada Elemento Essencial realizado, a menos que especificamente indicado na descrição de cada bônus. Por exemplo, o atleta não pode usar os mesmos Elementos Essenciais para um bônus DBP2 e DBP3, mas pode usá-los para um DBP2 e um DBP1.

No caso de Bônus de Dificuldade de Combinação, o Atleta deve realizar com sucesso todos os Elementos Essenciais relacionados e deve contar para sua pontuação de Elementos Essenciais, por exemplo, Atletas Profissionais não podem obter um bônus DBRT1, pois requer a ligação de dois Elementos de Rotação, e eles possuem em sua categoria apenas a obrigatoriedade de usar um.

BÔNUS DE DIFICULDADE EM POLE ESTÁTICO

DBT1 - O atleta executará um Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade com a totalidade de seu corpo acima da metade do pole estático. Este bônus pode ser concedido se o Elemento Essencial for validado ou seja executado com os critérios exigidos.

+0.5 por DBT1	3 Vezes	Maximo 1.5 pontos
----------------------	----------------	--------------------------

DBT2 - O atleta realizará um Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade e realizará no mínimo uma rotação completa de 360 ° no pole estático enquanto mantém a posição.

+0.5 por DBT2	3 Vezes	Maximo 1.5 pontos
----------------------	----------------	--------------------------

DBT3 - O atleta executará um Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade e o segurará por no mínimo uma rotação completa de 360 ° no pole estático. Após terminar a rotação, o atleta deve mudar para uma posição diferente e mantê-la por alguns momentos.

+1.5 por DBT3	1 Vez	Maximo 1.5 pontos
----------------------	--------------	--------------------------

BÔNUS DE DIFICULDADE EM POLE GIRATÓRIO

DBP1 - O atleta executará um Elemento Essencial de Força ou Flexibilidade com a totalidade de seu corpo acima da metade do pole giratório. Este bônus pode ser concedido se o Elemento Essencial for executado com perfeição e validado.

+0.5 por DBP1	3 Vezes	Maximo 1.5 pontos
----------------------	----------------	--------------------------

DBP2 - O atleta executará uma combinação de dois Elementos Essenciais de Força ou Flexibilidade, e segurará cada um por um mínimo de duas rotações completas (720 °) no pole giratório. Apenas combinações de elementos não listados na tabela de Combinações de elementos essenciais não permitidos para bônus (abaixo) são elegíveis para este bônus.

+1.0 por DBP2	1 Vez	Maximo 1.0 pontos
----------------------	--------------	--------------------------

DBP3 - O atleta executará uma combinação de três Elementos Essenciais de Força ou Flexibilidade e segurará cada um por um mínimo de duas rotações completas (720 °) no pole giratório. Apenas combinações de elementos não listados na tabela de Combinações de elementos essenciais não permitidos para bônus (abaixo) são elegíveis para este bônus.

+2.0 por DBP3	1 Vez	Maximo 2.0 pontos
----------------------	--------------	--------------------------

BÔNUS DE DIFICULDADE ROTACIONAL EM POLE ESTÁTICO

DBRT1 - O atleta realizará dois Elementos Essenciais de Rotação no pole estático, um após o outro, sem tocar o solo e sem interromper o giro.

+0.5 por DBRT1	1 Vez	Maximo 0.5 pontos
-----------------------	--------------	--------------------------

BÔNUS DE DIFICULDADE ROTACIONAL EM POLE GIRATÓRIO

DBRP1 - O atleta realizará dois Elementos Essenciais de Rotação no pole giratório, um após o outro, sem tocar o chão e sem parar o giro (720°).

+0.5 por DBRP1	1 vez	Maximo 0.5 pontos
-----------------------	--------------	--------------------------

Combinções de elementos essenciais não permitidas para bônus.

Código	Não pode ser combinado
F0101	F0202 F0414 F0608
F0102	F0203 F0303 F0404
F0202	F0101 F0414 F0608
F0203	F0102 F0303 F0404
F0301	F0305 F0306 F0409 F0506
F0302	F0413 F0607
F0303	F0102 F0203 F0404
F0304	F0411
F0305	F0301 F0306 F0409 F0506
F0306	F0301 F0305 F0409 F0506
F0307	S0207 S0305
F0401	F0507 F0519
F0404	F0102 F0203 F0303
F0408	F0512
F0409	F0306 F0506
F0410	F0508 F0601
F0411	F0304
F0413	F0302 F0607
F0414	F0101 F0202 F0608
F0502	F0609
F0504	F0722
F0506	F0306 F0409
F0507	F0401 F0519
F0508	F0410 F0601
F0509	F0617
F0512	F0408
F0515	F0711
F0519	F0401 F0507
F0601	F0410 F0508
F0602	F0701 F0715 F0808
F0607	F0302 F0413
F0608	F0101 F0202 F0414
F0609	F0502
F0613	F0816 S0505
F0617	F0509
F0701	F0602 F0715 F0808
F0706	F0803 F0815

Código	Não pode ser combinado
F0711	F0515
F0714	F0720
F0715	F0602 F0701 F0808
F0720	F0714
F0721	S0406
F0722	F0504
F0801	F0813 F0814
F0803	F0706 F0815
F0808	F0602 F0701 F0715
F0811	F0812
F0812	F0811
F0813	F0801 F0814
F0814	F0801 F0813
F0815	F0706 F0803
F0816	F0613 S0505
S0201	S0205
S0202	S0302 S0403 S0501
S0205	S0201
S0207	S0305 F0307
S0301	S0606
S0302	S0202 S0403 S0501
S0303	S0405 S0502 S0603
S0305	S0207 F0307
S0307	S0607 S0906 S1010
S0401	S0402 S0701 S0802 S1002
S0402	S0401 S0701 S0802 S1002
S0403	S0202 S0302 S0501
S0405	S0303 S0502 S0603
S0406	S0704 S0807 S0901 S1008 F0721
S0501	S0202 S0302 S0403
S0502	S0303 S0405 S0603
S0505	F0613 F0816
S0602	S1004
S0603	S0303 S0405 S0502
S0605	S0705 S0904
S0606	S0301
S0607	S0307 S0906 S1010

Código	Não pode ser combinado
S0701	S0401 S0402 S0802 S1002
S0704	S0406 S0807 S0901 S1008
S0705	S0605 S0904
S0801	S1001
S0802	S0401 S0402 S0701 S1002
S0807	S0406 S0704 S0901 S1008
S0808	S0909
S0901	S0406 S0605 S0807 S1008
S0903	S1007
S0904	S0605 S0705
S0905	S1009
S0906	S0307 S0607 S1010

Código	Não pode ser combinado
S0907	S1013
S0908	S1014
S0909	S0808
S1001	S0801
S1002	S0401 S0402 S0701 S0802
S1004	S0602
S1007	S0903
S1008	S0406 S0704 S0807 S0901
S1009	S0905
S1010	S0307 S0607 S0906
S1013	S0907
S1014	S0908

Deduções de elementos essenciais

Além de o atleta perder pontos por não realizar corretamente um Elemento Essencial, ele pode receber deduções adicionais. Essas deduções são aplicadas à Pontuação dos Elementos Essenciais, portanto, a Pontuação dos Elementos Essenciais dependendo da execução do elemento pode ser negativa.

NÃO TENTAR EXECUTAR UM ELEMENTO ESSENCIAL

Se o atleta deixar de tentar um elemento que estava registrado em sua Folha de Pontuação, ele receberá uma penalidade igual ao valor técnico do Elemento Essencial que errou. Por exemplo, se o Atleta perder um Elemento Essencial com pontuação técnica de 0,7 pontos, ele terá uma dedução de -0,7 pontos. Os Bônus de Dificuldade que envolvam um elemento perdido não serão concedidos.

TROCAR A ORDEM DE DOIS ELEMENTOS ESSENCIAIS

Se o atleta troca a ordem de dois elementos essenciais, mas executa ambos com sucesso, ele receberá os pontos para o segundo elemento (conforme registrado na planilha de pontuação), mas não receberá pontos para o primeiro elemento (conforme registrado na folha de pontuação). Por exemplo, se eles registraram o elemento A seguido pelo elemento B, e eles executaram com sucesso o elemento B seguido pelo elemento A, então eles obterão a pontuação para o elemento B concedido, mas nenhum ponto para o elemento A. Se eles falharem em executar com sucesso o elemento A, então eles receberão uma dedução como se não tivessem tentado o elemento A (uma dedução igual à pontuação técnica do elemento A). Os Bônus de Dificuldade envolvendo o elemento A não serão concedidos.

REALIZAR UM ELEMENTO ESSENCIAL FORA DA SEQUENCIA (ELEMENTOS NÃO CONSECUTIVOS)

Se o atleta executar um elemento fora de sequência, e houver mais de um outro Elemento Essencial entre a ordem registrada e a ordem de execução, ele receberá uma dedução igual à pontuação técnica do elemento fora de sequência. Isso é equivalente ao atleta não ter tentado o elemento de forma alguma. Bônus de Dificuldade envolvendo o elemento listado na ordem errada não serão concedidos.

AUSÊNCIA DE ELEMENTOS ESSENCIAIS NA FOLHA DE PONTUAÇÃO

Se o atleta enviar uma folha de pontuação com elementos essenciais ausentes ou com um elemento essencial fora de sua pontuação exigida, o elemento não será contado e eles receberão uma dedução igual ao valor da pontuação mais alta da faixa de pontos do elemento individual das divisões do atleta, para por exemplo, um atleta Adulto Pro receberia uma dedução de 0,8 ponto por elemento ausente, pois seu intervalo de elemento individual é 0,4-0,8 pontos.

MUITOS ELEMENTOS ESSENCIAIS NA FOLHA DE PONTUAÇÃO

Se o atleta enviar uma folha de pontuação com Elementos Essenciais adicionais aos que se espera que ele cumpra, apenas os primeiros elementos essenciais listados em sua ficha de elementos essenciais contarão para sua pontuação e quaisquer elementos adicionais listados em sua ficha além dos elementos exigidos serão ignorados. Se esses Elementos Essenciais adicionais foram listados como parte de um Bônus de Dificuldade, os bônus não serão concedidos pelos juizes e nenhum ponto será dado. Isso também deixa o atleta aberto a deduções adicionais, por exemplo, para executar elementos essenciais fora da sequência.

Infrações e penalidades do juiz principal

O juiz principal tem a capacidade de atribuir penalidades adicionais ou até mesmo desqualificar um atleta se considerar que o atleta incorreu em alguma das infrações detalhadas na tabela abaixo.

TABELA DE PENALIDADES E INFRAÇÕES DO JUIZ PRINCIPAL:

Infração	Critério	Penalidade
Música não está de acordo com as regras e regulamentos	-Os atletas podem ser contatados pelos organizadores para retificar os problemas e desqualificados se eles não resolverem os problemas.	Desqualificação
Fornecer informações falsas ou imprecisas no formulário de inscrição	-Informações falsas sobre idade, divisão ou categoria fornecidas nos formulários.	Desqualificação
Chegar tarde ao palco quando anunciado	-Até 60 segundos de atraso	-5.0 pontos
	-O atleta não chegar dentro de 1 minuto ou não subir ao palco	Desqualificação
Infrações na performance	-Receber dicas verbais de seu treinador durante a apresentação (infração única).	-10.0 pontos
	-Se apresentar ao palco com uma pessoa não autorizada. - Receber repetidamente dicas verbais do treinador durante a apresentação.	Desqualificação
Tempo de Performance	-Menos 5 segundos fora do tempo permitido	-3.0 pontos
	- Mais de 5 segundos fora do tempo permitido	-5.0 pontos

Infração	Critério	Penalidade
Interagir com a Equipe de Arbitragem	-Se os atletas, seus treinadores e / ou acompanhantes se aproximarem da mesa dos juízes e / ou da sala dos juízes. -Se os atletas, seus treinadores e / ou acompanhantes obstruem deliberadamente a visão do juiz em qualquer ponto durante a competição.	-10.0 pontos
	-Se atletas, seus treinadores e / ou acompanhantes forem encontrados conversando qualquer assunto com quaisquer juízes durante a competição. -Se for descoberto que os atletas, ou qualquer pessoa agindo em seu nome, tentaram influenciar a decisão dos juízes de alguma forma antes, durante ou depois da competição	Desqualificação
Não começar ou terminar a rotina no palco	-A rotina do atleta começar ou terminar (conforme indicado pela música), mas o atleta não está no palco.	-5.0 por ocorrência
Grips	-Aplicar Grip diretamente nas barras	Desqualificação
	-Usar um Grip que não é facilmente removido da barra. Isso significa que o limpador de poles deve ser capaz de remover o Grip sem o uso de quaisquer substâncias especializadas.	-5.0 pontos
Presença de jóias e adereços em desacordo com as Regras e Regulamentos	-Presença de joias / piercings (exceto brincos pequenos / cor de pele)	-10.0 pontos
	- Uso de qualquer adereço ou item que auxilie na performance	Desqualificação
Coreografia imprópria figurino, penteado e maquiagem em	- cabelo cobrindo o rosto - Figurino em desacordo com as regras	-5.0 pontos

Infração	Critério	Penalidade
desacordo com as Regras e Regulamentos	<ul style="list-style-type: none"> - Palavras promocionais, slogans ou logotipos. - Mensagens ou iconografia com conotações religiosas ou políticas. - Mensagens ou iconografia com conotações discriminatórias. - Usar máscara ou peruca, usar pintura corporal. - Se a tinta facial se transfere para qualquer parte do palco. 	- 10.0 pontos
	<ul style="list-style-type: none"> - Traje provocante (incluindo tecidos como couro e látex) - Coreografia provocante. 	-10.0 points
	<ul style="list-style-type: none"> - Usar pintura corporal - Coreografia agressivamente provocativa ou obscena - Temas de coreografias não apropriados para crianças - Remover itens de roupa intencionalmente durante a apresentação 	Desqualificação
Uniformes	<ul style="list-style-type: none"> - Agasalho que não estão de acordo com as regras 	- 5.0 pontos
	<ul style="list-style-type: none"> - Não ter um agasalho 	-10.0 pontos
	<ul style="list-style-type: none"> - O treinador do atleta e / ou acompanhante não cumpre os regulamentos de vestimenta. 	-5.0 pontos
Violações da regra geral	<ul style="list-style-type: none"> - Usar gestos obscenos, palavrões, linguagem discriminatória ou desrespeitosa privada ou publicamente a qualquer outro atleta, um espectador, técnico, juiz ou outro oficial ou membro da equipe técnica da competição. - Receber dicas verbais de seu treinador durante a apresentação (infração única) 	-10.0 pontos

Infração	Critério	Penalidade
	<ul style="list-style-type: none"> - Receber repetidamente dicas de seu treinador durante a apresentação. - Usar violência física ou tentar usar violência física contra outro atleta, espectador, técnico, juiz ou outro oficial ou membro da equipe técnica da competição. - Incitar outras pessoas a participar de ações violentas ou abusivas. - Uso de drogas não médicas em qualquer momento durante a Duração da Competição. - Um atleta que é reprovado em um teste de controle antidoping ou falha em se apresentar a um teste de controle antidoping - Consumir Álcool em qualquer momento durante a Duração da Competição. - Exibição de nudez em qualquer momento durante a Duração da Competição. - Violações graves das regras e regulamentos - Violação repetida de regras e regulamentos 	Desqualificação
Credenciamento	<ul style="list-style-type: none"> - Se o atleta não conseguir comparecer no credenciamento no dia oficial agendado. 	Uma penalidade econômica de 50% da taxa de inscrição original deve ser paga para realizar o credenciamento do atleta em um dia diferente do dia agendado para o credenciamento.
	<ul style="list-style-type: none"> - Se um atleta não comparecer a uma competição, que ele se inscreveu (não comparecimento). 	O atleta pode ser banido de competições futuras, conforme determinação do Comitê Disciplinar e de Ética.

CONSIDERAÇÕES DE PONTUAÇÃO E JULGAMENTO

Juízes

Os juízes não podem atuar como treinadores registrados ou participar como atletas na mesma competição em que atuam como juízes.

Durante a competição, os juízes ficarão isolados dos atletas e espectadores, de forma que nenhuma pressão indevida possa ser exercida sobre os juízes e afetar a pontuação.

Se Juízes e Atletas forem encontrados conversando qualquer assunto em qualquer momento durante a competição, ambos serão desclassificados da competição, mesmo que o assunto seja irrelevante para a competição.

O Organizador de uma Competição não pode atuar como Juiz na mesma competição que está organizando.

Head Judges/ Juiz Principal

O Juiz Principal pode aplicar penalidades adicionais ao atleta, conforme descrito na seção Infrações e Penalidades do Juiz Principal.

O Juiz principal tem critério exclusivo sobre se um atleta pode retomar uma apresentação após uma interrupção, por exemplo, após uma lesão, perda de força, interrupção por terceiros e outras circunstâncias imprevistas.

O Juiz Principal também tem o livre arbítrio de permitir que o atleta comece a performance do início após uma interrupção ou fazer com que o atleta continue a partir do ponto onde sua rotina foi interrompida. Se a interrupção for o resultado de uma lesão, consulte a seção Lesões durante a competição abaixo.

O Juiz Principal tem o livre arbítrio de agir sobre quaisquer assuntos não cobertos pelas regras e regulamentos ou pela seção de Infrações e Penalidades do Juiz Principal do Código de Conduta.

Resultados

Se uma competição tiver várias rodadas, as pontuações de cada rodada serão independentes, não haverá acúmulo de pontuações entre as rodadas. Nem os resultados de competições anteriores serão considerados na competição atual. Por exemplo, os resultados de competições regionais ou nacionais não afetarão as pontuações de uma competição continental ou mundial.

Após sua apresentação, o atleta aguardará na área designada até que os Resultados Preliminares sejam anunciados. Em Competições Internacionais, apenas seu acompanhante Registrado terá permissão para acompanhar o atleta. Em outras competições, os atletas podem ser acompanhados por seus acompanhantes registrados, conforme permitido pelas Regras e Regulamentos da Competição. Os atletas e treinadores devem estar vestindo seus uniformes / agasalhos nacionais enquanto aguardam os resultados. Outras Pessoas Acompanhantes (quando permitido) devem estar vestindo trajes adequados, conforme descrito nas Regras e Regulamentos da Competição.

Se um atleta ou seu técnico reconhecido deseja apelar de uma pontuação dada ao atleta, isso deve ser feito seguindo os procedimentos listados no Sistema de Apelações.

Depois que uma reclamação ou apelação for processada e resolvida, esse aspecto da pontuação é final e nenhuma modificação adicional pode ser feita.

Regras de Desempate

Em caso de empate, os critérios de desempate serão os seguintes (em ordem de precedência):

- 1. O atleta com a maior pontuação de elementos essenciais.**
- 2. O segundo critério de desempate será a pontuação de deduções mais alta.**
- 3. O terceiro critério de desempate será a pontuação mais alta de Elementos acrobáticos.**
- 4. Se o empate persistir com as pontuações de todas as Seções iguais, um empate pode ser declarado e medalhas serão concedidas a todos os atletas.**

Penalidades

Se o atleta cometer qualquer uma das seguintes infrações, ele pode ser penalizado pelo Juiz Principal. Detalhes sobre a penalidade em que incorrem podem ser encontrados nas Infrações e penalidades do Juiz Principal ou na Seção de Desqualificação.

Violar as Regras e Regulamentos da Competição ou APSWL ou Código de Ética;

Comportamento antidesportivo ou antissocial;

Chegar até 60 segundos atrasado ao palco quando anunciado;

Quando a performance do atleta não está dentro dos requisitos de duração do tempo de desempenho;

- Se o atleta receber dicas verbais, de seu Técnico durante a execução da rotina - Infração Única;
- Quando um atleta e / ou seu acompanhante se aproxima da mesa ou sala dos Juízes;
 - Obstruir a visão dos juízes;
 - Não iniciar ou encerrar a rotina no palco;
 - Usar Grip que não pode ser facilmente removido das barras;
 - Apresentar uma coreografia inadequada;
 - Usar figurino, cabelo ou maquiagem em desacordo com as Regras e Regulamentos;
 - Presença de joias, piercings ou adereços que não estejam de acordo com as regras e regulamentos;
 - Não usar uniforme / agasalho quando necessário / agasalho fora do padrão;
 - Usar linguagem desrespeitosa ou vulgar ao se dirigir a outro participante da Competição;
 - Não comparecer ao credenciamento no dia oficial da competição;
- O Juiz Principal reserva-se o direito de atribuir penalidades a qualquer momento durante ou após a competição e, se isso alterar a classificação do atleta, quaisquer medalhas podem ser retiradas.

Desqualificação

Se um atleta cometer qualquer uma das seguintes infrações, ele pode ser desclassificado da competição pelo Juiz Principal.

- Fornecimento de informações falsas ou imprecisas no formulário de inscrição;
- Se alguma das planilhas de pontuação for entregue com atraso;
- Quebra das Regras e Regulamentos da Competição ou APSWL ou Código de Ética;
- Comportamento que traz descrédito à Competição, seu Comitê Organizador ou APSWL;
- Envio de música / partitura após o prazo de envio;
- Música não está de acordo com regras e regulamentos;
- Chegar com mais de um minuto de atraso ou não chegar ao palco quando anunciado;
- Aplicar Grip (produtos para aderência) diretamente na barra;
- Usar um adereço ou item que auxilia o atleta em sua performance;
- Uso de pintura corporal;
- Coreografia agressivamente provocativa ou obscena;
- Temas ou coreografias não apropriados para crianças;
- Usar violência física ou tentar usar violência física contra outro participante da competição;
- Remover itens de roupa intencionalmente durante a apresentação;
- Usar propositadamente o sistema de amarração ou treliça como parte de sua performance;
- Se o atleta estiver acompanhado no palco por pessoa não autorizada;
- Se o atleta receber dicas verbais de seu treinador repetidamente durante uma apresentação;

Discutir qualquer assunto com um juiz durante a competição, independentemente do assunto;
Se for descoberto que o atleta ou alguém agindo em seu nome tentou influenciar a decisão de um juiz antes, durante ou depois da competição;
Ameaçando a vida de outro participante da competição;
Incitar outras pessoas a participar de atos de violência ou abusivos;
Usar linguagem desrespeitosa ou insultar um Funcionário (staff);
Uso de drogas (medicação sem receita médica) ou álcool durante a competição;
Exibindo nudez durante a competição;
Violações graves e / ou repetidas das Regras e Regulamentos;
Teste positivo em um controle antidoping;
Deixar de se apresentar a um controle antidoping;
O Juiz Principal pode encaminhar um atleta ao Comitê Disciplinar e de Ética para ser considerado para outras sanções em caso de infrações graves ou repetidas.

Recursos e Reclamações

Um Atleta pode contestar as pontuações atribuídas à seção de Elementos Essenciais.

O Atleta tem uma janela de 10 minutos após as pontuações provisórias serem anunciadas para que ele possa apelar da pontuação concedida para qualquer um de seus Elementos Essenciais. Depois que essa janela fechar, nenhum recurso poderá ser feito e a pontuação será considerada final.

Se um atleta quiser apelar de suas pontuações, o atleta ou seu acompanhante deve abordar o representante de apelação designado e informá-lo de sua intenção de apelar no prazo de 10 minutos.

O atleta tem a opção de assistir a uma gravação em vídeo de sua performance antes de decidir apelar de qualquer pontuação. Há uma taxa não reembolsável associada a isso.

O Atleta deve pagar uma taxa para cada Elemento Essencial cuja pontuação deseja apelar. A taxa será reembolsada se a apelação for bem-sucedida e sua pontuação será aumentada como resultado.

As taxas são previamente acordadas pelo Comitê Organizador do Evento e pelo Comitê APSWL.

O processo de apelação é descrito com mais detalhes nas Regras e Regulamentos.

Considerações Antidopagem

Um atleta for reprovado em um teste de controle antidopagem ou não se apresentar a um teste, será automaticamente desqualificado da competição atual e será encaminhado ao Comitê Antidopagem da APSWL e à WADA.

Lesões e interrupções durante a competição

Se um atleta sofrer uma lesão durante sua performance, ou tiver que interromper sua apresentação de outra forma, o atleta deve reiniciar sua performance do ponto em que foi interrompido, dentro de 60 segundos da interrupção.

Se o atleta não puder continuar sua coreografia, ele pode chamar atenção médica se necessário. Isso será fornecido imediatamente.

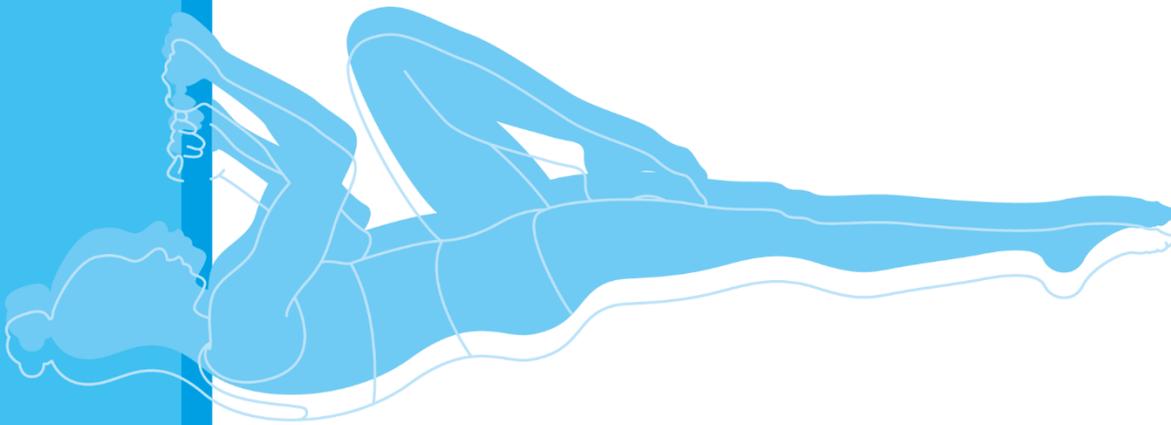
O Juiz Principal reserva-se o direito de interromper a apresentação e / ou chamar atenção médica se considerar que a lesão do atleta é muito grave e / ou requer atenção médica.

Se o Juiz principal decidir que a interrupção é devido a um problema com o palco, iluminação, música ou outro sistema fora do controle do atleta, ele pode permitir mais tempo para o atleta continuar sua performance, para que o problema possa ser retificado. O Juiz principal pode perguntar ao atleta se ele deseja reiniciar sua rotina ao invés de continuá-la.

Se o atleta tiver permissão para reiniciar sua apresentação, a apresentação reprogramada pode ser movida para o final de seu bloco. Se o atleta for o último atleta em seu bloco, ele pode fazer uma pausa de cinco minutos antes de tentar novamente sua rotina.

Se o atleta não puder continuar sua performance devido à lesão, nenhuma pontuação será registrada e será considerado desistência. Porém, se o atleta completou mais de 85% de sua rotina, ele pode optar por encerrar sua rotina no momento da lesão, ganhando as penalidades por encerrar a rotina mais cedo.

Apenas uma interrupção devido a lesão é permitida, e outras interrupções em uma única apresentação resultarão em nenhuma pontuação sendo concedida.



APS

