

PROGRAMMA NAZIONALE DELLE COMPETIZIONI 2026 e seguenti

Art. 1 : Obiettivo

Il presente regolamento disciplina le categorie nazionali:

- SWISS NATIONAL 1: «SN1»
- SWISS NATIONAL 2: «SN2»
- SWISS NATIONAL 3: «Aspire»
- SWISS OPEN: «SNO»

nella disciplina della ginnastica acrobatica all'interno della Federazione Svizzera di Ginnastica Acrobatica. Esso stabilisce i requisiti relativi alla composizione degli esercizi, alla valutazione, alle categorie di età, all'idoneità alla partecipazione e allo svolgimento delle competizioni nazionali. Si basa sul Codice dei Punteggi FIG per la ginnastica acrobatica in vigore e sulle Regole della Competizione Mondiale per Fasce d'Età. Salvo diversamente specificato nel presente regolamento, si applicano per analogia le regole FIG.

Versione linguistica vincolante: la presente versione è monolingue in tedesco. Eventuali versioni tradotte in altre lingue hanno valore puramente informativo; in caso di dubbio fa fede la versione tedesca.

Ambito di applicazione: il regolamento si applica a tutte le manifestazioni e competizioni nazionali organizzate dalla Federazione o per suo conto.

Art. 2 : Termini e abbreviazioni

Salto/Dismounts	Un salto è il salto mirato da una figura di coppia o di gruppo, ovvero una posizione in cui un atleta viene tenuto o sostenuto da uno o più partner e successivamente atterra a terra.
Catch	Una presa avviene quando un partner, dopo una fase di volo acrobatico, ad esempio dopo un lancio in alto o un salto mortale, viene ripreso in modo sicuro da uno o più partner. (Atterraggio sul partner)
CJP	Chief Judge Panel
Combi	L'esercizio combinato comprende sia elementi di equilibrio statico che elementi di velocità dinamica.
DJ	Giudice di difficoltà
DV	Difficulty-Value (valore di difficoltà)
FIG	Fédération Internationale de Gymnastique, Federazione Internazionale di Ginnastica e editore del Code of Points e delle Tables of Difficulty.
Rotazioni	Rotazioni sull'asse trasversale e longitudinale espresse in quarti
SCJP	Superior Chief Judge Panel
SR	Special Requirement (Requisiti speciali per la composizione dell'esercizio)
TOD	Tabella di difficoltà
TS	Tariff-Sheet - Foglio ufficiale con tutti gli elementi previsti e i relativi valori di difficoltà, da presentare prima dell'inizio della competizione.
Twist	Rotazioni dell'asse longitudinale espresse in gradi

Art. 3 : Responsabilità

3.1 L'associazione

- Emette e aggiorna il presente regolamento.
- Organizza le competizioni nazionali o conferisce il mandato alle società organizzatrici.
- Garantisce che gli arbitri siano formati e impiegati in conformità con le norme nazionali e FIG in materia di licenze.

3.2 Comitato organizzativo (CO)

- È responsabile dello svolgimento della competizione in conformità con il presente regolamento, il regolamento di gara della SVAT e le regole della FIG.
- Provvede a fornire impianti di gara, attrezzi, impianti musicali ecc. adeguati (requisiti dettagliati nel regolamento di gara della SVAT).
- Coordina l'iscrizione, l'accreditamento e l'assistenza dei partecipanti.

3.3 Giuria superiore (SCJP)

- Sparring partner per il CJP
- Responsabilità generale per il rispetto delle regole di gara durante l'evento. Può prevalere sul CJP e ha l'ultima parola.
- Supervisione del lavoro dei giudici.
- Decide in merito alle questioni relative alle regole che sorgono durante la competizione. Può prevalere sul CJP e ha l'ultima parola.

3.4 Chief Judge Panel (CJP)

- Responsabilità generale per il rispetto delle regole di gara durante l'evento.
- Supervisione del lavoro degli arbitri.
- Decisione in merito a questioni regolamentari che sorgono durante la competizione.
- Determinazione delle penalità per violazioni delle regole al di fuori della valutazione tecnica (secondo la tabella FIG).

3.5 Giudici di difficoltà (D1/D2)

- Verificano la correttezza degli elementi inseriti nel TS.
- Determinano il valore di difficoltà (D-Score) sulla base del Code of Points e degli elenchi di elementi validi.
- Segnalano al CJP gli elementi mancanti o eseguiti in modo errato.

3.6 Giudici artistici (giuria A)

- Valutano la coreografia, la musicalità, l'espressività, la creatività, la presentazione e la collaborazione.
- Applicano i criteri FIG per l'arte, integrati da specifiche nazionali.

3.7 Giudici di esecuzione (giuria E)

- Valutano l'esecuzione tecnica di tutti gli elementi.
- Tralasciano punti in caso di errori di postura, incertezze, atterraggi imprecisi o cadute.

3.8 Allenatori

- Responsabili della registrazione delle unità, della corretta compilazione e della presentazione tempestiva dei TS.
- Assistenza agli atleti durante la competizione.
- Garantisce che gli atleti conoscano e rispettino i regolamenti.
- Presentazione dei ricorsi

3.9 Atleti

- Obbligo di rispettare le regole della competizione e di comportarsi in modo corretto dal punto di vista sportivo.
- Partecipazione alla cerimonia di premiazione in abbigliamento ufficiale (allenatore della società).

Art. 4 : Categorie e discipline

Categorie

- SWISS NATIONAL 1: «SN1»
Categoria nazionale per principianti. Fascia d'età: 5-13 anni.
- SWISS NATIONAL 2: «SN2»
Categoria nazionale successiva. Fascia d'età: 6-15 anni.
- SWISS NATIONAL 3: «Aspire»
Categoria di preparazione alle prestazioni. Fascia d'età: 8-15 anni.
- SWISS NATIONAL OPEN: «SNO»
Categoria nazionale aperta senza limiti di età, differenza di età massima tra i partner 12 anni.

Discipline (secondo la FIG)

- WP - Coppia femminile (Women's Pair)
- MP - Coppia maschile (Men's Pair)
- MxP - Coppia mista (¹)
- WG - Gruppo femminile (Women's Group, 3 persone)
- MG - Gruppo maschile (Men's Group, 4 persone)

¹ Il partner inferiore è maschio, il partner superiore è femmina.

Art. 5 : Composition degli esercizi (SN1, SN2, Aspire, SNO)

SN1 e S2N

Discipline:	Solo discipline ufficiali FIG (WP, MP, MxP, WG, MG)
Tipo di esercizio:	Esercizio combinato
Partner/	S1N:(4 in totale) - ciascuno da una famiglia diversa:
Elementi di gruppo	1. «Posizioni diverse» (min. 3 s di mantenimento) 2. «Appoggio» (min. 3 s di tenuta) 3. «Verticale» (min. 3 s di mantenimento) 4. «Tempo»
:	
	S2N: (5 in totale) - ciascuno da una famiglia diversa:
	1. «Posizioni diverse» (min. 3 s di mantenimento) 2. «Appoggio» (min. 3 s di mantenimento) 3. «Verticale» (min. 3 s di mantenimento) 4. 2 x Tempo
Elementi individuali:	(3 in totale) - ciascuno da una famiglia diversa: 1. Pausa statica (min. 2 s di pausa) 2. Agilità 3. Agilità/Tumbling I partner possono mostrare elementi individuali diversi nella stessa famiglia, ma contemporaneamente o in sequenza immediata. • Esattamente 3 elementi individuali per partner da qualsiasi categoria (equilibrio o dinamica). • Valore massimo di difficoltà: 10 Value. • Gli elementi di tumbling (ruota, rondat, flic flac, salti mortali, capriole, ecc.) devono essere preparati con un movimento (rincorsa, saltello, ecc.) e, a seconda del tipo di elemento, devono essere atterrati su uno o entrambi i piedi. • Se un elemento individuale non viene conteggiato o non è dichiarato sul TS→, il seguente elemento della serie di tumbling non riceve alcuna difficoltà, ma conta per SR.
TS:	Inviare con AcroCompanion . La sequenza degli elementi deve corrispondere alla sequenza eseguita (elementi di coppia/di gruppo e individuali).
Coreografia	L'esercizio deve essere eseguito a ritmo di musica, che può essere scelta in base alle regole FIG (massimo 2 minuti, escluso il segnale acustico). Una coreografia collega tutti gli elementi di coppia, di gruppo e individuali.
Calcolo del punteggio D:	Somma degli elementi di coppia/di gruppo (4/5) + (somma dei 3 elementi individuali divisa per il numero di partner) / 100.
Calcolo del punteggio finale:	Punteggio E x2 + (punteggio A +0,5)+ Punteggio D - Penalità.
Penalità (rilevanti per la composizione):	Elemento obbligatorio mancante: -1,0 (giuria D); i valori non contano. Elemento individuale mancante: -1,0 (giuria D); il valore di tutti i partner non conta.

Elemento iniziato, non completato: giuria E -0,5 (senza caduta) o -1,0 (caduta); non conta per SR, inoltre -1,0 penalità SR (giuria D). **In caso di ripetizione e completamento con successo, la penalità SR non viene applicata.**

Penalità per errori di tempo

Elementi di coppia/di gruppo:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
3	0.0	Ja	Ja
2	0.3	Ja	Ja
1	0.6	Ja	Ja
< 1	0.9	Nein	Nein

Elementi individuali:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
2	0.0	Ja	Ja
1	0.3	Ja	Ja
< 1	0.6	Nein	Nein

SN3 - Aspire

Discipline:	Solo discipline ufficiali FIG (WP, MP, MxP, WG, MG)
Tipo di esercizio:	Esercizio combinato
Partner obbligatorio/	Possibile selezione di elementi: • Elementi obbligatori dalle <i>World Age Group Rules - Compulsory Tables</i>. • Elementi a scelta dalle <i>tabelle di difficoltà FIG</i> o dalle <i>regole mondiali per fasce d'età - tabelle obbligatorie</i>, non dalla stessa serie degli elementi obbligatori. Gli elementi a scelta devono essere tratti dalla <i>tabella di difficoltà FIG</i> o dalla <i>tabella degli elementi opzionali Pre-Youth (11-16) 2025-2028</i>, in modo che sia chiaro quali elementi contano ai fini della difficoltà.
Elementi di gruppo:	
	Restrizioni: • Tutti gli atterraggi di elementi dinamici con valore > 1 devono essere sostenuti (eccezioni: Cannon-ball, 5/4 Gainer Salto da Wrap). • Ogni coppia/gruppo deve eseguire gli elementi come illustrato nei disegni (variazioni stilistiche consentite solo secondo la «Allowed variation Table 11- 16» nelle World Age Group Rules).
	Combinazioni, salite, prese e uscite consentite (non devono essere indicate sul TS, non contano per il DV): • Elementi semplici, dalle tabelle di difficoltà FIG, valore massimo 5. Con max. 3/4 rotazioni o max. 360° twist.
Specifiche per le coppie:	• 2 elementi di equilibrio obbligatori (ciascuno da una serie diversa I-IV delle tabelle obbligatorie). • 1 elemento di equilibrio a scelta (valore 1-9). • 2 elementi dinamici obbligatori (ciascuno da una serie diversa I-IV). • 1 elemento dinamico a scelta (valore 1-14). • Almeno 1 elemento dinamico (obbligatorio o facoltativo) deve essere un catch. • I «valori +» per WP (regole generali TOD) equilibrio e dinamica non si applicano alla classe di età Aspire.
Specifiche per i gruppi:	• 1 piramide obbligatoria da una serie delle tabelle obbligatorie. • 1 piramide a scelta dalle FIG Tables of Difficulty (valore 4-16, costruzione separata). • 2 elementi dinamici obbligatori (ciascuno da una serie diversa I-IV). • 1 elemento dinamico a scelta (valore donne 1-14, uomini 1-10). • Almeno 1 elemento dinamico (obbligatorio o facoltativo) deve essere un catch. • I «valori +» per WG (regole generali TOD) equilibrio e dinamica non si applicano alla classe di età Aspire.
	Restrizioni: • MG: max. 2 prese orizzontali (1 dalla tabella obbligatoria, 1 dalla FIG ToD).
Elementi individuali:	• Per ogni partner esattamente 3 elementi individuali di qualsiasi categoria (posizione statica (min. 2 s di tenuta), mobilità, agilità o tumbling).

- I partner possono eseguire elementi individuali diversi, ma contemporaneamente o in sequenza immediata.
- Valore massimo di difficoltà per ogni elemento individuale: 10 Value.
- Gli elementi di tumbling (ruota, rondat, flic flac, salti mortali, capriole, ecc.) devono essere preparati con un movimento (rincorsa, balzo, ecc.) e, a seconda del tipo di elemento, devono essere atterrati su uno o entrambi i piedi.
- Se un elemento individuale non viene conteggiato o non è dichiarato sul TS→, l'elemento successivo della serie di tumbling non riceve alcun punteggio di difficoltà, ma conta comunque per l'SR.

TS: Inviare con **AcroCompanion**. La sequenza degli elementi deve corrispondere alla sequenza eseguita (elementi di coppia/di gruppo e individuali).

Coreografia L'esercizio deve essere eseguito a ritmo di musica, che può essere scelta in base alle regole FIG (massimo 2 minuti, escluso il segnale acustico). Una coreografia collega tutti gli elementi di coppia, di gruppo e individuali.

Calcolo del punteggio D: Somma del valore degli elementi di coppia/di gruppo dalle *World Age Group Rules - Compulsory Tables fino a un massimo di 0,5 (0,0 - 0,5)*

Calcolo del punteggio finale: Punteggio E $\times 2$ + Punteggio A + Punteggio D - Penalità.

Penalità (rilevanti per la composizione): **Elemento obbligatorio mancante:** -1,0 (giuria D); i valori non contano.
Elemento individuale mancante: -1,0 (giuria D); il valore di tutti i partner non conta.

Elemento iniziato, non completato: giuria E -0,5 (senza caduta) o -1,0 (caduta); l'elemento non conta per SR, inoltre -1,0 penalità SR (giuria D). **In caso di ripetizione e completamento con successo, la penalità SR non viene applicata.**

Elemento oltre il valore massimo (secondo la tabella Pre-Youth): -1,0.

Elemento vietato: -1,0.

Scheda tariffaria errata: -0,3 (una volta per esercizio).

Atterraggio senza appoggio in elementi dinamici/dismount > 1 valore: -0,5 per ogni caso.

Penalità per errori di tempo Elementi in coppia/di gruppo:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
3	0.0	Ja	Ja
2	0.3	Ja	Ja
1	0.6	Ja	Ja
< 1	0.9	Nein	Nein

Elementi individuali:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
2	0.0	Ja	Ja
1	0.3	Ja	Ja
< 1	0.6	Nein	Nein

SNO - «Swiss Open»

Discipline: Coppie (2 partner)
 Gruppi (3 o 4 partner)

Tipo di esercizio: Esercizio combinato

Partner/

Possibile selezione di elementi:

Elementi di gruppo:

- Elementi tratti dalle *tabelle di difficoltà FIG*
- Si applicano fondamentalmente le regole del *Codice dei punti FIG*

Restrizioni:

- Tutti gli atterraggi di elementi dinamici con valore > 1 devono essere sostenuti (eccezioni: cannon ball, salto mortale 5/4 gainer da wrap).

Specifiche per coppie e gruppi:

- 3 elementi di equilibrio, mantenuti per ≥ 3 secondi ciascuno
 - Per i gruppi: in almeno 2 piramidi costruite separatamente.
- 3 elementi dinamici, di cui almeno 1 deve essere una presa.

Restrizioni:

- Per la difficoltà contano al massimo 8 elementi
- Elementi identici (stesso ID#) ottengono solo una volta il valore
- Ogni posizione conta al massimo 2 volte come tenuta e 2 volte nel movimento
- La base non può ripetere un movimento/montaggio identico nello stesso esercizio, indipendentemente dalla posizione del partner superiore nella presa statica.
- Massimo 3 dismount.
- Massimo tre prese orizzontali
- Massimo 3 collegamenti.
- Tutti i partner devono essere attivamente coinvolti in un elemento affinché questo conti per il DV e l'SR.
- Solo gli elementi presenti nella scheda di gara contano ai fini della difficoltà
- Il valore totale degli elementi di velocità non deve superare il doppio degli elementi di equilibrio e viceversa. Questa regola non vale per gli elementi individuali.

Elementi individuali:

Gli elementi individuali possono essere eseguiti, ma non sono obbligatori.

- Massimo 3 elementi individuali di qualsiasi categoria (posizione statica (min. 2 secondi), mobilità, agilità o tumbling).
- I partner possono eseguire elementi individuali diversi, ma contemporaneamente o in sequenza immediata. Il numero di elementi individuali può variare tra i partner.
- Gli elementi di tumbling (ruota, rondat, flic flac, salti mortali, capriole, ecc.) devono essere preparati con un movimento (rincorsa,

balzo, ecc.) e, a seconda del tipo di elemento, devono essere atterrati su uno o entrambi i piedi.

- Se un elemento individuale non viene conteggiato o non è dichiarato sul TS→, l'elemento successivo della serie di tumbling non riceve alcuna difficoltà, ma conta per SR.

TS: Inviare con **AcroCompanion**. L'ordine degli elementi deve corrispondere all'ordine eseguito (elementi di coppia/di gruppo e individuali).

Coreografia L'esercizio deve essere eseguito a ritmo di musica, che può essere scelta in base alle regole FIG (massimo 2 minuti e 30 secondi, escluso il segnale acustico). La coreografia deve collegare tutti gli elementi di coppia, di gruppo e individuali.

Calcolo del punteggio D: somma del valore degli elementi di coppia/di gruppo dalle *tabelle di difficoltà FIG* (5-8) e della somma degli elementi individuali eseguiti (0-3) divisa per il numero di partner diviso per 100.

Calcolo del punteggio finale: Punteggio E $\times 2$ + Punteggio A + Punteggio D - Penalità.
Penalità (rilevanti per la composizione): Elemento mancante: -1,0 (giuria D); i valori non contano.
 Piramide mancante: -1,0 (giuria D)
 Elemento iniziato, non completato: giuria E -0,5 (senza caduta) o -1,0 (caduta); non conta per SR, inoltre -1,0 penalità SR (giuria D). In caso di ripetizione e completamento con successo, la penalità SR non viene applicata.
 Elemento vietato: -1,0.
 Scheda tariffaria errata: -0,3 (una volta per esercizio).
 Atterraggio senza appoggio in elementi dinamici/dismounts > 1 valore: -0,5 per ogni caso.

Penalità per errori di tempo Elementi di coppia/di gruppo:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
3	0.0	Ja	Ja
2	0.3	Ja	Ja
1	0.6	Ja	Ja
< 1	0.9	Nein	Nein

Elementi individuali:

Anzahl Sekunden	Penalty	DV	SR
2	0.0	Ja	Ja
1	0.3	Ja	Ja
< 1	0.6	Nein	Nein

Art. 6 : Scheda tariffaria e musica

6.1 Scheda tariffaria (TS)

- Per tutte le categorie è necessario presentare un foglio tariffe completo che contenga tutti gli elementi previsti con il relativo grado di difficoltà.
- **Formato:** elettronico, con la versione attuale del software AcroCompanion.
- **Scadenza:** il TS deve essere inviato in Acro-Companion almeno 7 giorni prima del primo giorno di gara.
- **Correzioni:** le modifiche dopo la scadenza del termine sono possibili solo con l'approvazione del Chief Judge Panel (CJP); un'ora prima dell'inizio della competizione non sono più consentite modifiche.

6.2 Musica

- Ogni esercizio deve essere presentato con accompagnamento musicale.
- Durata:
 - SN1, SN2, Aspire: max. 2:00 minuti.
 - SNO: max. 2:30 minuti.
- La musica deve adattarsi alla coreografia e può essere con o senza canto.
- **Formato:** file elettronico in formato MP3, con la versione attuale del software AcroCompanion.
- **Termine:** al più tardi 7 giorni prima del primo giorno di gara
- La musica non deve contenere contenuti discriminatori o offensivi.
- In caso di problemi musicali o tecnici, il CJP decide se ripetere o continuare l'esercizio.

Art. 7 : Diritto di partecipazione

7.1 Requisiti generali

- Sono ammessi alla gara tutti i ginnasti che
 - sono membri di un'associazione affiliata alla Federazione Nazionale di Ginnastica Acrobatica,
 - sono in possesso di una licenza valida della Federazione nazionale di ginnastica e
 - soddisfano i requisiti di età e categoria previsti dal presente regolamento.
- Tutti i partecipanti devono essere regolarmente iscritti alla competizione, essere assicurati e aver pagato le quote di iscrizione entro i termini previsti.

7.2 Classificazione per età e categoria

- SN1: 5-13 anni (data di riferimento = 31 dicembre dell'anno della competizione)
- SN2: 6-15 anni (data di riferimento = 31 dicembre dell'anno della competizione)
- Aspire (SN3): 8-15 anni (data di riferimento = 31 dicembre dell'anno della competizione)
- SNO: nessun limite di età, differenza di età massima consentita tra i partner 12 anni

7.3 Partecipazioni multiple

- Un ginnasta può partecipare solo in una formazione. Sono escluse le partecipazioni multiple.

7.6 Promozione obbligatoria

- Le unità delle categorie SN1 e SN2 che partecipano al Campionato svizzero
 1. un podio (posti 1-3) e
 2. ottengono contemporaneamente un punteggio complessivo superiore a 26.000 punti, devono partecipare al campionato svizzero dell'anno successivo nella categoria superiore:
 - SN1→ SN2
 - SN2→ Aspire
- La promozione obbligatoria si applica solo se la struttura di età dell'unità consente la partecipazione alla categoria superiore.
- La promozione obbligatoria si applica solo alla «stessa» unità. Se l'unità viene modificata, la promozione obbligatoria non si applica. Anche la sostituzione di un singolo partner è considerata una nuova unità.

Art. 8 : Tie-break (parità)

8.1 Informazioni generali

- In caso di parità di punti nella classifica finale, la classifica viene determinata in base ai seguenti criteri nell'ordine indicato.

8.2 Criteri di spareggio

- Punteggio E più alto (media dei giudici di esecuzione).
- Se il pareggio persiste: somma più alta tra il punteggio A (media dei giudici artistici) e il punteggio E (media dei giudici di esecuzione).
- Se persiste ancora un pareggio, questo non viene risolto.→ Viene assegnato lo stesso piazzamento, il piazzamento successivo viene annullato.

Art. 10: Entrata in vigore

Il presente regolamento entra in vigore il 01.01.2026 e sostituisce tutti i precedenti programmi nazionali di gara nella ginnastica acrobatica.

Si applica a tutte le competizioni nazionali e regionali organizzate sotto la responsabilità della Federazione nazionale di ginnastica acrobatica o delle sue associazioni affiliate.

Le modifiche e le integrazioni al presente regolamento richiedono l'approvazione del Comitato tecnico della Federazione nazionale di ginnastica acrobatica e saranno comunicate alle società in forma adeguata.



César SALVADORI
Presidente

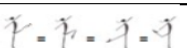
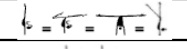
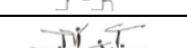
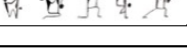
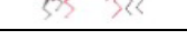
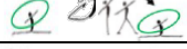
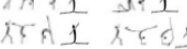
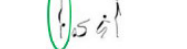
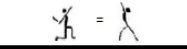


Ian DE SCHOENMACKER
Vicepresidente

FEDERATION SUISSE DE GYMNASTIQUE ACROBATIQUE
SCHWEIZERISCHER VERBAND AKROBATIKTURNEN
FEDERAZIONE SVIZZERA DI GINNASTICA ACROBATICA
FEDERAZIUN SVIZZRA DA GIMNASTICA ACROBATICA



FSGA Association Spécialisée FSG

FSGA / SVAT / SFAG		PTSN-SDPN 10 / 2022 - 2024	VARIANTES / VARIATIONS CATEGORIES SN1 - SN2
			
GENERALITES : GENERAL INFORMATIONS :		The drawings (including the orientation of the partners towards each other) and the texts below are the reference for the recognition of the difficulty value. Variations are allowed when they do not significantly alter the nature and biomechanical principles of the element. The variations below are not to be mentioned on the tariff sheet.	
ELEMENTS STATIQUES		BALANCE ELEMENTS	
		Elements with the top on one foot : performance possible with the leg in front or behind (arabesque), leg bent or straight.	
		* Elements with tuck lever : legs bent between the spread arms. * Elements with straight lever : legs can either be together or crossed between the arms or in straddle.	
		The following variations are allowed for the handstand.	
		The bases can stand on two knees or on one for this position.	
		Elements with the top on the feet / the hands of the base on the ground : the support should be on the feet / the hands of the base, no support on the floor.	
		Element with the base in table position : the arm drawn in dotted lines can be on the floor or raised.	
		Element may not be performed with support on the neck, the support must be on the back or on the shoulders.	
		* Elements with aid of the porter for realization of the ATR : contact of the hands of the porter on the top of the tuck, on the pelvis or on the trunk. * Le sens de l'ATR (de face ou de dos) est libre.	
ELEMENTS DYNAMIQUES		DYNAMIC ELEMENTS	
		* With arrow : must be preceded by motion. * Absence of arrow : can be preceded by motion or standing start.	
		Elements with flight phase : the landing has to be performed with a support of the base(s) when mentioned as such on the drawings. Catch at the arms or top of the trunk of the top.	
ELEMENTS INDIVIDUELS		INDIVIDUAL ELEMENTS	
		Element grand écart antéro-postérieur et élément glisser en grand écart antéro-postérieur : peuvent être réalisés avec ou sans contact des mains au sol.	
		Elements of souplesse avec arrivée en grand écart : peuvent être réalisés avec une pose de main(s) au sol pendant le passage au grand-écart. Le placement des bras à l'arrivée est libre.	
		Start on knees : feet stretched, without impulse of the toes on the floor.	
		* Elements se terminant par une roulade avant : sans pose des mains au sol (exception : roulade avant avec remontée jambes tendues et serrées). Pendant la roulade, les mains peuvent ou non attraper les tibias. * Elements avec ATR puis roulade avant : les bras peuvent être fléchis ou tendus.	
		* Elements ending with a front roll : no touch of hands on the floor (exception : front roll lift with legs straight and tight). During the roll, the hands may or may not catch shins. * Elements with handstand roll forward : during the roll, the arms can be bent or straight.	
		The agility individual elements with landing on the feet spread can also be performed with landing on the knees.	

FEDERATION SUISSE DE GYMNASTIQUE ACROBATIQUE
SCHWEIZERISCHER VERBAND AKROBATIKTURNEN
FEDERAZIONE SVIZZERA DI GINNASTICA ACROBATICA
FEDERAZIUN SVIZZRA DA GIMNASTICA ACROBATICA



FSGA Association Spécialisée FSG

Symboles : = réservé aux porteurs masculins / # = position départ ventre ou dos autorisée / = changement obligatoire d'un des porteurs pendant la phase aérienne du voltigeur / positions "fourchette" et "crevette" interdites aux voltigeurs masculins.

FSGA / SVAT / SFAG		PTSN-SDPN 10 / 2022 - 2024						SN1 - PAIRES - V
								7-15 ANS / YEARS
ELEMENTS COLLECTIFS / POSITIONS VARIEES / STATIQUE 3"	CHOISIR 1 ELEMENT DU TABLEAU	A						
		N°+V	S1_VA1_V2	S1_VA2_V4	S1_VA3_V6	S1_VA4_V8	S1_VA6_V12	S1_VA7_V14
		B						
		N°+V	S1_VB1_V2	S1_VB2_V4		S1_VB4_V8	S1_VB6_V12	S1_VB7_V14
		C						
		N°+V		S1_VC2_V4	S1_VC3_V6	S1_VC4_V8	S1_VC5_V10	S1_VC6_V12
		D						
		N°+V	S1_VD1_V2	S1_VD2_V4	S1_VD3_V6	S1_VD4_V8	S1_VD6_V12	S1_VD7_V14
ELEMENTS COLLECTIFS / POSITIONS VARIEES / STATIQUE 3"	CHOISIR 1 ELEMENT DU TABLEAU	E						
		N°+V	S1_VE1_V2	S1_VE2_V4	S1_VE3_V6	S1_VE4_V8		
		F						
		N°+V			S1_VF3_V6	S1_VF5_V10		S1_VF7_V14

FSGA-SVAT 93 - FSGA.SVAT@GMAIL.COM - WWW.ACROSUISSE.CH - PTSN-SDPN_v10 - CS-ds 26.06.22 - PAGE 7/36



FSGA Association Spécialisée FSG



FEDERATION SUISSE DE GYMNASTIQUE ACROBATIQUE / FSGA
SCHWEIZERISCHER VERBAND AKROBATIKTURNEN / SVAT
FEDERAZIONE SVIZZERA DI GINNASTICA ACROBATICA / FSGA
SWISS FEDERATION OF ACROBATIC GYMNASTICS / SFAG

2026

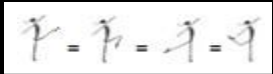
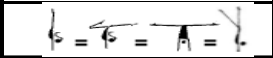
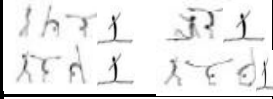
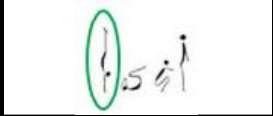
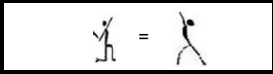
PTS

PROGRAMMA TECNICO SVIZZERO Nazionale

Tabella delle difficoltà

CATEGORIE SN1 - SN2

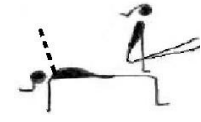
VERSION 17.03.26

INFORMAZIONI GENERALI:	Le immagini (compresa l'orientamento dei partner l'uno rispetto all'altro) e i testi riportati di seguito fanno fede per quanto riguarda il riconoscimento della difficoltà. Sono ammesse variazioni di forma purché non alterino in modo significativo la natura e i principi biomeccanici dell'elemento. Le variazioni riportate di seguito non devono essere indicate sul foglio di gara.
ELEMENTI STATICI	
	Elementi con il volteggiatore su un piede: realizzazione possibile con la gamba davanti o dietro (arabesque), gamba piegata o tesa.
	* Elementi con angolo chiuso: gambe piegate tra le braccia divaricate. * Elementi con angolo aperto: forma equivalente per le esecuzioni con gambe unite o incrociate tra le braccia divaricate o gambe divaricate con le mani all'interno.
	Les variantes suivantes sont autorisées pour l'Verticali.
	Equivalenza di forma per i portatori in posizione inginocchiata eretta o in affondo con ginocchio.
	Elementi con il volteggiatore sui piedi/sulle mani del portatore a terra: esecuzione in appoggio sui piedi/sulle mani del portatore, senza appoggio a terra.
	Elemento con supporto a tavolo: il braccio, disegnato in tratteggio, può essere appoggiato a terra o sollevato.
	Elemento realizzato con appoggio sulla nuca vietato, l'appoggio deve essere sulla schiena o sulle spalle.
	* Elementi con aiuto del portatore per la realizzazione del Verticali: contatto delle mani del portatore sulle cosce, sul bacino o sul tronco dell'acrobata. * La direzione del Verticali (di fronte o di schiena) è libera.
ELEMENTI DINAMICI	
	* Con la freccia: slancio obbligatorio (corsa, salto, ecc.). * Assenza di freccia: slancio libero o partenza da fermo.
	Elementi con fase di volo: obbligo di accompagnamento del ritorno a terra dell'acrobata da parte del/i portatore/i quando indicato nei disegni. Contatto con le braccia o la parte superiore del busto dell'acrobata.
ELEMENTI INDIVIDUALI	
	Elemento divaricato antero-posteriore ed elemento scivolato in divaricato antero-posteriore: possono essere eseguiti con o senza contatto delle mani con il suolo.
	Elementi di flessibilità con arrivo in spaccata: possono essere eseguiti appoggiando una o entrambe le mani a terra durante il passaggio alla spaccata. La posizione delle braccia all'arrivo è libera.
	Partenza in ginocchio: esecuzione con punte dei piedi tese, senza spinta delle dita dei piedi sul pavimento.
	* Elementi che terminano con una capriola in avanti: senza appoggiare le mani a terra (eccezione: capriola in avanti con gambe tese e unite). Durante la capriola, le mani possono o meno afferrare le tibie. * Elementi con Verticali seguiti da capriola in avanti: le braccia possono essere flesse o tese.
	Gli elementi di agilità con arrivo a gambe divaricate possono essere eseguiti anche con arrivo in ginocchio.

ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S1_VA1_V2	S1_VA2_V4	S1_VA3_V6	S1_VA4_V8		S1_VA6_V12	S1_VA7_V14
B							
N°+V	S1_VB1_V2	S1_VB2_V4		S1_VB4_V8		S1_VB6_V12	S1_VB7_V14
C							
N°+V		S1_VC2_V4	S1_VC3_V6	S1_VC4_V8	S1_VC5_V10	S1_VC6_V12	
D							
N°+V	S1_VD1_V2	S1_VD2_V4	S1_VD3_V6	S1_VD4_V8		S1_VD6_V12	S1_VD7_V14
E							
N°+V	S1_VE1_V2	S1_VE2_V4	S1_VE3_V6	S1_VE4_V8			
F							
N°+V			S1_VF3_V6		S1_VF5_V10		S1_VF7_V14

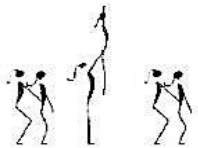
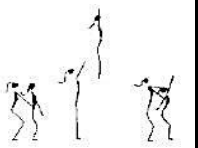
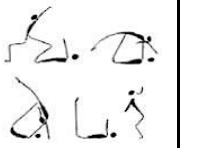
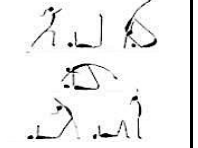
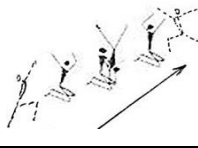
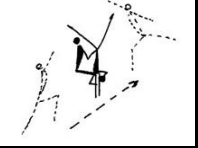
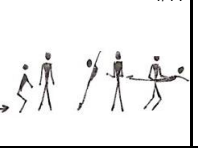
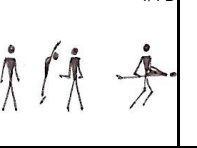
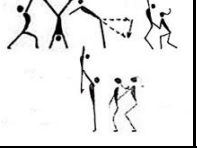
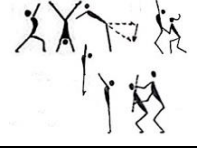
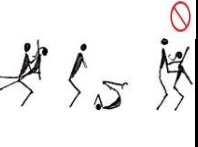
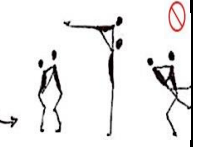
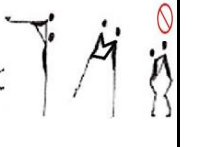
ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA** / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

A								
N°+V	S1_EA1_V2						S1_EA6_V12	S1_EA7_V14
B								
N°+V								S1_EB7_V14
C								
N°+V								S1_EC7_V14
D								
N°+V		S1_ED2_V4	S1_ED3_V6	S1_ED4_V8	S1_ED5_V10	S1_ED6_V12		
E								
N°+V				S1_EE4_V8	S1_EE5_V10			
F								
N°+V					S1_EF5_V10	S1_EF6_V12		

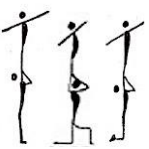
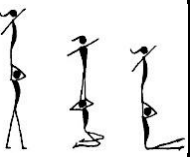
ELEMENTI COLLETTIVI / **VERTICALI** / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V			S1_AA3_V6	S1_AA4_V8	S1_AA5_V10	S1_AA6_V12	S1_AA7_V14
B							
N°+V	S1_AB1_V2	S1_AB2_V4		S1_AB4_V8	S1_AB5_V10	S1_AB6_V12	
C							
N°+V	S1_AC1_V2	S1_AC2_V4	S1_AC3_V6		S1_AC5_V10		
D							
N°+V		S1_AD2_V4	S1_AD3_V6		S1_AD5_V10		S1_AD7_V14
E							
N°+V				S1_AE4_V8		S1_AE6_V12	S1_AE7_V14
F							
N°+V							

ELEMENTI COLLETTIVI // DINAMICA
SCEGLIERE 1 ELEMENTI DELLA TABELLA

ELEMENTI COLLETTIVI // DINAMICA SCEGLIERE 1 ELEMENTI DELLA TABELLA	A							
	N°+V	S1_DA1_V2	S1_DA2_V4	S1_DA3_V6				
	B							 4/4 F
	N°+V				S1_DB4_V8	S1_DB5_V10		S1_DB7_V14
	C							
	N°+V		S1_DC2_V4	S1_DC3_V6	S1_DC4_V8	S1_DC5_V10		
	D			 1/4 F	 1/4 B			 R
	N°+V	S1_DD1_V2	S1_DD2_V4	S1_DD3_V6	S1_DD4_V8	S1_DD5_V10	S1_DD6_V12	S1_DD7_V14
	E							
	N°+V		S1_DE2_V4	S1_DE3_V6	S1_DE4_V8		S1_DE6_V12	
	F							
	N°+V							

ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

	A							
	N°+V	S2_VA4_V8		S2_VA6_V12	S2_VA7_V14	S2_VA8_V16		
	B							
	N°+V	S2_VB4_V8		S2_VB6_V12	S2_VB7_V14	S2_VB8_V16		
	C							
	N°+V	S2_VC4_V8	S2_VC5_V10	S2_VC6_V12			S2_VC9_V18	
	D							
	N°+V	S2_VD4_V8		S2_VD6_V12	S2_VD7_V14	S2_VD8_V16	S2_VD9_V18	
	E							 or 
	N°+V	S2_VE4_V8				S2_VE8_V16		S2_VE10_V20
	F							
	N°+V		S2_VF5_V10		S2_VF7_V14	S2_VF8_V16	S2_VF9_V18	S2_VF10_V20

ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA / STATICA 3"**
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

ELEMENTI COLLETTIVI / SQUADRA / STATICA 3" SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA	A							
	N°+V			S2_EA6_V12	S2_EA7_V14	S2_EA8_V16	S1_EA9_V18	S2_EA10_V20
	B							
	N°+V				S2_EB7_V14	S2_EB8_V16	S2_EB9_V18	
	C							
	N°+V				S2_EC7_V14	S2_EC8_V16	S2_EC9_V18	
	D							
	N°+V	S2_ED4_V8	S2_ED5_V10	S2_ED6_V12		S2_ED8_V16	S2_ED9_V18	S2_ED10_V20
	E							
	N°+V	S2_EE4_V8	S2_EE5_V10			S2_EE8_V16	S2_EE9_V18	
	F							
	N°+V		S2_EF5_V10	S2_EF6_V12			S2_EF9_V18	S2_EF10_V20



FSGA Association Spécialisée FSG

FSGA / SVAT / SFAG

PTS 2026

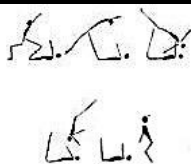
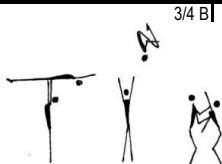
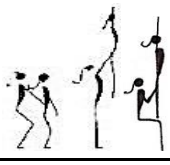
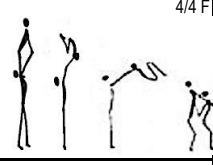
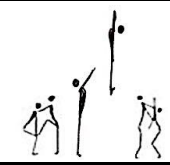
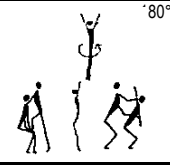
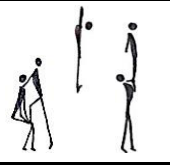
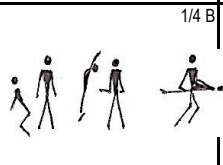
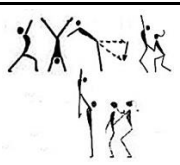
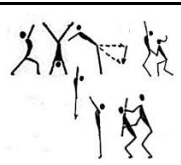
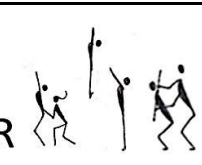
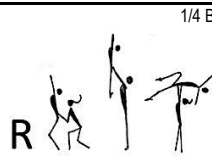
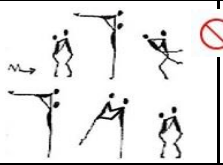
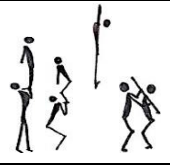
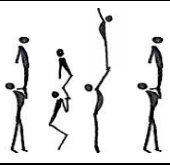
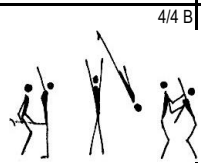
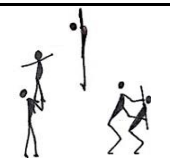
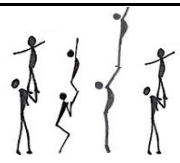
SN2 - COPPIE - A

ETÀ: 6 - 14

ELEMENTI COLLETTIVI / VERTICALI / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S2_AA4_V8	S2_AA5_V10	S2_AA6_V12	S2_AA7_V14			
B							
N°+V	S2_AB4_V8	S2_AB5_V10	S2_AB6_V12		S2_AB8_V16	S2_AB9_V18	
C							
N°+V		S2_AC5_V10					S2_AC10_V20
D							
N°+V		S2_AD5_V10		S2_AD7_V14			S2_AD10_V20
E							
N°+V	S2_AE4_V8		S2_AE6_V12	S2_AE7_V14	S2_AE8_V16	S2_AE9_V18	S2_AE10_V20
F							
N°+V						S2_AF9_V18	S2_AF10_V20

ELEMENTI COLLETTIVI / DINAMICA
SCEGLIERE 2 ELEMENTI DELLA TABELLA

A							
	N°+V				S2_DA8_V16	S2_DA9_V18	S2_DA10_V20
B							
	N°+V	S2_DB4_V8	S2_DB5_V10	S2_DB7_V14			
C							
	N°+V	S2_DC4_V8	S2_DC5_V10		S2_DC8_V16		S2_DC10_V20
D							
	N°+V	S2_DD4_V8	S2_DD5_V10	S2_DD6_V12	S2_DD7_V14	S2_DD8_V16	S2_DD10_V20
E							
	N°+V	S2_DE4_V8		S2_DE6_V12		S2_DE9_V18	S2_DE10_V20
F							
	N°+V				S2_DF8_V16	S2_DF9_V18	S2_DF10_V20

ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S1_VA1_V2	S1_VA2_V4	S1_VA3_V6		S1_VA5_V10	S1_VA6_V12	S1_VA7_V14
B							
N°+V				S1_VB4_V8		S1_VB6_V12	S1_VB7_V14
C							
N°+V	S1_VC1_V2	S1_VC2_V4	S1_VC3_V6	S1_VC4_V8	S1_VC5_V10	S1_VC6_V12	S1_VC7_V14
D							
N°+V	S1_VD1_V2	S1_VD2_V4		S1_VD4_V8	S1_VD5_V10	S1_VD6_V12	S1_VD7_V14
E							
N°+V		S1_VE2_V4		S1_VE4_V8	S1_VE5_V10		S1_VE7_V14
F							
N°+V		S1_VF2_V4	S1_VF3_V6		S1_VF5_V10	S1_VF6_V12	

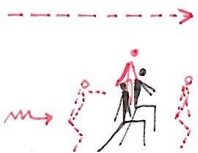
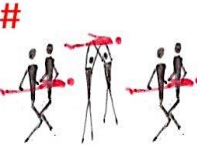
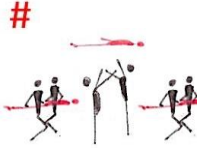
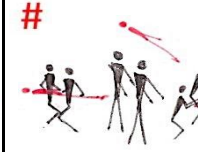
ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA / STATICA 3"**
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

A							
N°+V							S1_EA7_V14
B							
N°+V		S1_EB2_V4	S1_EB3_V6	S1_EB4_V8	S1_EB5_V10	S1_EB6_V12	S1_EB7_V14
C							
N°+V					S1_EC5_V10	S1_EC6_V12	
D							
N°+V					S1_ED5_V10	S1_ED6_V12	
E							
N°+V	S1_EE1_V2			S1_EE4_V8	S1_EE5_V10	S1_EE6_V12	S1_EE7_V14
F							
N°+V	S1_EF1_V2				S1_EF5_V10	S1_EF6_V12	S1_EF7_V14

ELEMENTI COLLETTIVI / **VERTICALI** / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S1_AA1_V2	S1_AA2_V4	S1_AA3_V6	S1_AA4_V8	S1_AA5_V10		
B							
N°+V	S1_AB1_V2	S1_AB2_V4	S1_AB3_V6	S1_AB4_V8	S1_AB5_V10	S1_AB6_V12	
C							
N°+V		S1_AC2_V4	S1_AC3_V6	S1_AC4_V8	S1_AC5_V10	S1_AC6_V12	S1_AC7_V14
D							
N°+V			S1_AD3_V6			S1_AD6_V12	
E							
N°+V			S1_AE3_V6		S1_AE5_V10		S1_AE7_V14
F							
N°+V							

ELEMENTI COLLETTIVI // DINAMICA
SCEGLIERE 1 ELEMENTI DELLA TABELLA

A							
	N°+V	S1_DA1_V2	S1_DA2_V4	S1_DA3_V6			S1_DA7_V14
B							
	N°+V		S1_DB2_V4	S1_DB3_V6			
C				 1/4 B			 1/4 B
	N°+V		S1_DC2_V4	S1_DC3_V6			S1_DC6_V12
D			 1/4 F				
	N°+V	S1_DD1_V2	S1_DD2_V4	S1_DD3_V6			
E		 #	 #	 1/4 #	 180° #	 360° #	
	N°+V	S1_DE1_V2	S1_DE2_V4	S1_DE3_V6	S1_DE4_V8	S1_DE5_V10	S1_DE6_V12
F						 3/4 B	 3/4 B
	N°+V					S1_DF6_V12	S1_DF7_V14

ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A		S2_VA5_V10		S2_VA6_V12		S2_VA7_V14		S2_VA8_V16		S2_VA9_V18		
	N°+V											
	B											
		S2_VB4_V8		S2_VB6_V12		S2_VB7_V14		S2_VB8_V16		S2_VB9_V18		S2_VB10_V20
	C											
		S2_VC4_V8	S2_VC5_V10	S2_VC6_V12	S2_VC7_V14			S2_VC9_V18		S2_VC10_V20		
	D											
		S2_VD4_V8	S2_VD5_V10	S2_VD6_V12	S2_VD7_V14	S2_VD8_V16	S2_VD9_V18					
	E											
		S2_VE4_V8	S2_VE5_V10		S2_VE7_V14	S2_VE8_V16						
F												
	N°+V		S2_VF5_V10	S2_VF6_V12		S2_VF8_V16	S2_VF9_V18	S2_VF10_V20				

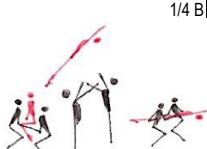
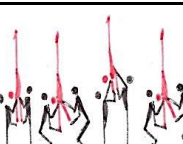
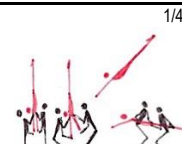
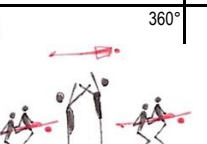
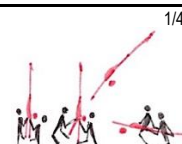
ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA** / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

A							
N°+V				S2_EA7_V14		S2_EA9_V18	S2_EA10_V20
B							
N°+V	S2_EB4_V8	S2_EB5_V10	S2_EB6_V12	S2_EB7_V14		S2_EB9_V18	S2_EB10_V20
C							
N°+V		S2_EC5_V10	S2_EC6_V12		S2_EC8_V16	S2_EC9_V18	S2_EC10_V20
D							
N°+V		S2_ED5_V10	S2_ED6_V12				
E							
N°+V	S2_EE4_V8	S2_EE5_V10	S2_EE6_V12	S2_EE7_V14	S2_EE8_V16	S2_EE9_V18	
F							
N°+V		S2_EF5_V10	S2_EF6_V12	S2_EF7_V14	S2_EF8_V16	S2_EF9_V18	S2_EF10_V20

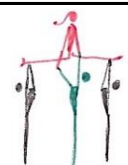
ELEMENTI COLLETTIVI / **VERTICALI** / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
	N°+V	S2_AA4_V8	S2_AA5_V10				S2AA10_V20
B							
	N°+V	S2_AB4_V8	S2_AB5_V10	S2_AB6_V12			S2_AB10_V20
C							
	N°+V	S2_AC4_V8	S2_AC5_V10	S2_AC6_V12	S2_AC7_V14		
D							
	N°+V		S2_AD6_V12			S2_AD9_18	
E							
	N°+V		S2_AE5_V10		S2_AE7_V14	S2_AE8_V16	
F							
	N°+V						

ELEMENTI COLLETTIVI / DINAMICA
SCEGLIERE 2 ELEMENTI DELLA TABELLA

A						 1/4 F	 4/4 F
N°+V				S2_DA7_V14	S2_DA8_V16	S2_DA9_V18	S2_DA10_V20
B						 1/4 B	 4/4 B
N°+V						S2_DB9_V18	S2_DB10_V20
C			 1/4 B				 1/4 B
N°+V			S2_DC6_V12		S2_DC8_V16	S2_DC9_V18	S2_DC10_V20
D							 1/4 B
N°+V						S2_DD9_V18	S2_DD10_V20
E	 # 1/4	 # 180°	 # 360°		 # 540°	 # 720°	 1/4 F
N°+V	S2_DE4_V8	S2_DE5_V10	S2_DE6_V12		S2_DE8_V16	S2_DE9_V18	S2_DE10_V20
F			 3/4 B	 3/4 B	 3/4 B		
N°+V			S2_DF6_V12	S2_DF7_V14	S2_DF8_V16		

ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S1_VA1_V2	S1_VA2_V4					
B							
N°+V		S1_VB2_V4			S1_VB5_V10	S1_VB6_V12	S1_VB7_V14
C							
N°+V			S1_VC3_V6	S1_VC4_V8	S1_VC5_V10	S1_VC6_V12	
D							
N°+V		S1_VD2_V4	S1_VD3_V6	S1_VD4_V8	S1_VD5_V10	S1_VD6_V12	S1_VD7_V14
E							
N°+V		S1_VE2_V4		S1_VE4_V8		S1_VE6_V12	
F							
N°+V					S1_VF5_V10		S1_VF7_V14



FSGA Association Spécialisée FSG



FSGA / SVAT / SFAG

PTS 2026

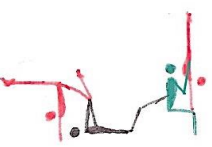
SN1 - QUATTRO - E

ETÀ: 5 - 13

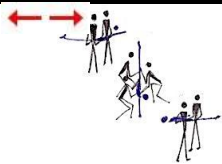
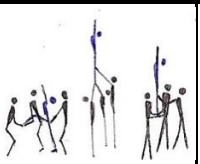
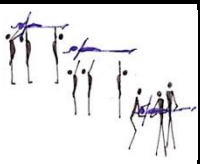
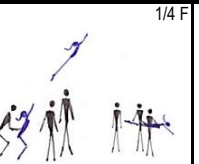
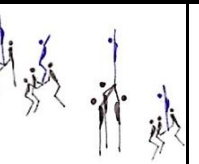
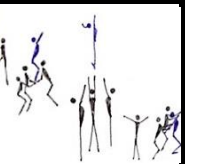
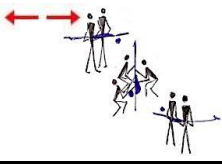
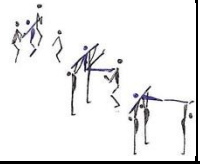
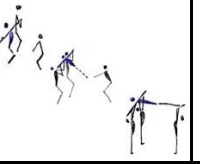
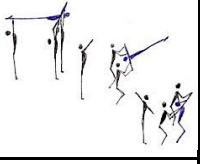
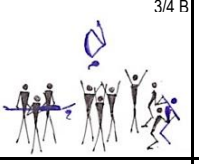
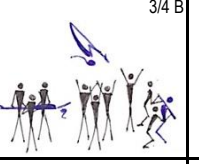
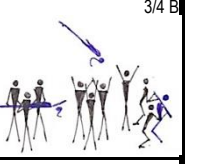
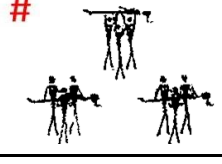
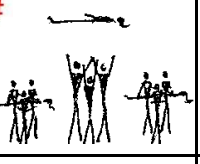
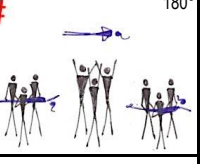
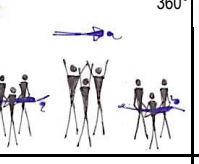
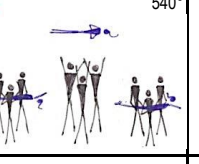
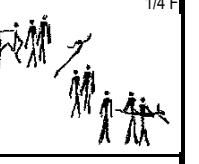
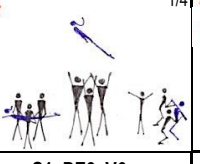
ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA** / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

A							
	N°+V					S1_EA6_V12	S1_EA7_V14
B							
	N°+V						S1_EB7_V14
C							
	N°+V			S1_EC4_V8			S1_EC7_V14
D							
	N°+V			S1_ED4_V8	S1_ED5_V10		
E							
	N°+V	S1_EE1_V2	S1_EE2_V4	S1_EE4_V8		S1_EE6_V12	S1_EE7_V14
F							
	N°+V	S1_EF1_V2	S1_EF2_V4		S1_EF5_V10		

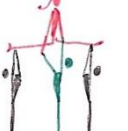
ELEMENTI COLLETTIVI / **VERTICALI** / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S1_AA1_V2		S1_AA3_V6	S1_AA4_V8	S1_AA5_V10		S1_AA7_V14
B							
N°+V		S1_AB2_V4	S1_AB3_V6		S1_AB5_V10		S1_AB7_V14
C							
N°+V		S1_AC2_V4	S1_AC3_V6	S1_AC4_V8	S1_AC5_V10		
D							
N°+V					S1_AD5_V10	S1_AD6_V12	S1_AD7_V14
E							
N°+V			S1_AE3_V6		S1_AE5_V10	S1_AE6_V12	
F							
N°+V					S1_AF5_V10	S1_AF6_V12	

ELEMENTI COLLETTIVI / DINAMICA
SCEGLIERE 1 ELEMENTI DELLA TABELLA

A							
	N°+V	S1_DA1_V2	S1_DA2_V4	S1_DA4_V8	S1_DA5_V10	S1_DA6_V12	S1_DA7_V14
B							
	N°+V	S1_DB1_V2	S1_DB2_V4	S1_DB3_V6	S1_DB5_V10		
C							
	N°+V			S1_DC4_V8	S1_DC5_V10	S1_DC6_V12	S1_DC7_V14
D							
	N°+V	S1_DD1_V2	S1_DD2_V4	S1_DD4_V8	S1_DD5_V10	S1_DD6_V12	S1_DD7_V14
E							
	N°+V		S1_DE3_V6	S1_DE4_V8			S1_DE7_V14
F							
	N°+V					S1_DF6_V12	S1_DF7_V14

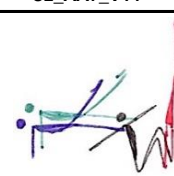
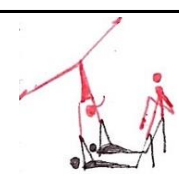
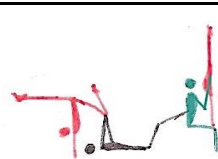
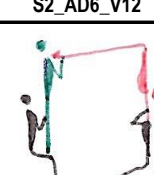
ELEMENTI COLLETTIVI / POSIZIONI VARIE / STATICA 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A								
	N°+V					S2_VA8_V16	S2_VA9_V18	
B								
	N°+V	S2_VB5_V10	S2_VB6_V12	S2_VB7_V14	S2_VB8_V16		S2_VB10_V20	
C								
	N°+V	S2_VC4_V8	S2_VC5_V10	S2_VC6_V12			S2_VC10_V20	
D								
	N°+V	S2_VD4_V8	S2_VD5_V10	S2_VD6_V12	S2_VD7_V14	S2_VD8_V16	S2_VD9_V18	
E								
	N°+V	S2_VE4_V8		S2_VE6_V12		S2_VE9_V18	S2_VE10_V20	
F								
	N°+V	S2_VF5_V10		S2_VF7_V14	S2_VF8_V16	S2_VF9_V18	S2_VF10_V20	

ELEMENTI COLLETTIVI / **SQUADRA / STATICA 3"**
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DALLA TABELLA

A							
N°+V			S2_EA6_V12	S2_EA7_V14	S2_EA8_V16		
B							
N°+V				S2_EB7_V14	S2_EB8_V16	S2_EB9_V18	S2_EB10_V20
C							
N°+V	S2_EC4_V8			S2_EC7_V14	S2_EC8_V16		
D							
N°+V	S2_ED4_V8	S2_ED5_V10					S2_ED10_V20
E							
N°+V	S2_EE4_V8		S2_EE6_V12	S2_EE7_V14		S2_EE9_V18	S2_EE10_V20
F							
N°+V		S2_EF5_V10				S2_EF9_V18	S2_EF10_V20

ELEMENTI COLLETTIVI / **VERTICALI** / STATICI 3"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A							
N°+V	S2_AA4_V8	S2_AA5_V10		S2_AA7_V14	S2_AA8_V16	S2_AA9_V18	
B							
N°+V		S2_AB5_V10		S2_AB7_V14			S2_AB10_V20
C							
N°+V	S2_AC4_V8	S2_AC5_V10			S2_AC8_V16		
D							
N°+V		S2_AD5_V10	S2_AD6_V12	S2_AD7_V14	S2_AD8_V16		S2_AD10_V20
E							
N°+V		S2_AE5_V10	S2_AE6_V12		S2_AE8_V16		S2_AE10_V20
F							
N°+V		S2_AF5_V10	S2_AF6_V12				

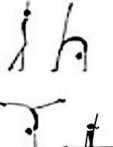
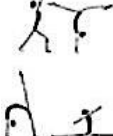
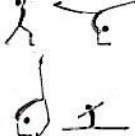
ELEMENTI COLLETTIVI / DINAMICA
SCEGLIERE 2 ELEMENTI DELLA TABELLA

A							
	N°+V	S2_DA4_V8	S2_DA5_V10	S2_DA6_V12	S2_DA7_V14	S2_DA8_V16	S2_DA9_V18
B							
	N°+V		S2_DB5_V10			S2_DB8_V16	S2_DB9_V18
C							
	N°+V	S2_DC4_V8	S2_DC5_V10	S2_DC6_V12	S2_DC7_V14	S2_DC8_V16	S2_DC9_V18
D							
	N°+V	S2_DD4_V8	S2_DD5_V10	S2_DD6_V12	S2_DD7_V14	S2_DD8_V16	S2_DD9_V18
E							
	N°+V	S2_DE4_V8			S2_DE7_V14	S2_DE8_V16	S2_DE9_V18
F							
	N°+V			S2_DF6_V12	S2_DF7_V14	S2_DF8_V16	S2_DF9_V18

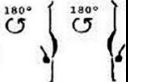
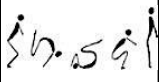
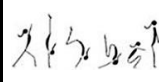
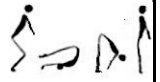
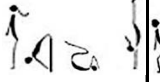
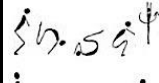
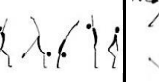
ELEMENTI SINGOLI / MANTENIMENTO 2"
SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A										
N°+V	IMA1_V1			IMA4_V4			IMA7_V7	IMA8_V8	IMA9_V9	
B					POWER 	POWER 				POWER 
N°+V	IMB1_V1	IMB2_V2	IMB3_V3	IMB4_V4	IMB5_V5	IMB6_V6		IMB8_V8	IMB9_V9	IMB10_V10
C										
N°+V				IMC4_V4	IMC5_V5	IMC6_V6				
D								POWER 	POWER 	
N°+V							IMD7_V7	IMD8_V8	IMD9_V9	
E										
N°+V						IME6_V6	IME7_V7			
F										
N°+V										

ELEMENTI SINGOLI // FLESSIBILITÀ
 SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A										
N°+V	ISA1_V1			ISA4_V4	ISA5_V5	ISA6_V6	ISA7_V7			
B										
N°+V						ISB6_V6			ISB9_V9	ISB10_V10
C										
N°+V	ISC1_V1	ISC2_V2	ISC3_V3	ISC4_V4			ISC7_V7	ISC8_V8	ISC9_V9	
D										
N°+V				ISD4_V4			ISD7_V7	ISD8_V8	ISD9_V9	ISD10_V10
E										
N°+V								ISE8_V8	ISE9_V9	
F										
N°+V										

ELEMENTI INDIVIDUALI / AGILITÀ - TUMBLING
 SCEGLIERE 1 ELEMENTO DELLA TABELLA

A										
N°+V	IAA1_V1	IAA2_V2		IAA4_V4	IAA5_V5	IAA6_V6	IAA7_V7	IAA8_V8	IAA9_V9	
B										
N°+V	IAB1_V1		IAB3_V3		IAB5_V5	IAB6_V6				
C										
N°+V		IAC2_V2		IAC4_V4				IAC8_V8	IAC9_V9	
D										
N°+V			IAD3_V3	IAD4_V4				IAD8_V8		
E										
N°+V	ITE1_V1		ITE3_V3	ITE4_V4	ITE5_V5	ITE6_V6	ITE7_V7	ITE8_V8	ITE9_V9	ITE10_V10
F										
N°+V			ITF3_V3			ITF6_V6			ITF9_V9	ITF10_V10