



ASSAPO

Associação de Saltos Para a Água de Portugal

Regulamento do OPEN ASSAPO DE SALTOS DE DMT PARA A ÁGUA Loulé 2018





ÍNDICE

| | |
|---|---|
| 1. INTRODUÇÃO | 2 |
| 2. PARTICIPAÇÃO E INSCRIÇÃO | 2 |
| 3. CATEGORIAS / GRUPOS DE IDADES | 3 |
| 4. SORTEIO | 3 |
| 5. JÚRI DA COMPETIÇÃO | 3 |
| 6. SALTOS OBRIGATÓRIOS E LIMITES DE COEFICIENTE DE DIFICULDADE..... | 4 |
| 7. NOTAS FINAIS..... | 5 |
| 8. CASOS OMISSOS..... | 5 |

Autorizado pela



OPEN ASSAPO DE SALTOS DE DMT PARA A ÁGUA



1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta a primeira edição do Open ASSAPO de Saltos de DMT Para a Água, a ter lugar em Agosto de 2018.

2. PARTICIPAÇÃO E INSCRIÇÃO

A participação nesta prova é aberta a todos os que nela queiram participar e que comprovem que têm os riscos inerentes à sua participação na competição, cobertos por apólice de seguro desportivo adequada.

A inscrição dos competidores deverá ser realizada online, no website da ASSAPO, a partir do dia 1 de Julho de 2018 e até às 24:00 do dia 31 de Julho de 2018.

Oportunamente, serão comunicados os dados da conta bancária para onde deverá ser transferido o valor das inscrições, cujo comprovativo deverá ser enviado prontamente para inscricoes@assapo.pt.

As taxas de inscrição são as constantes da seguinte tabela.

| SALTADORS EM COMPETIÇÃO | TAXA DE INSCRIÇÃO POR SALTADOR | |
|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| | Associado ASSAPO* | Não associado ASSAPO* |
| Até ao 5º saltador | €7,50 | €15,00 |
| Do 6º ao 10º saltador | €6,50 | €13,00 |
| Do 11º ao 15º saltador | €6,00 | €12,00 |
| Do 16º ao 20º saltador | €5,50 | €11,00 |
| A partir do 21º saltador | €5,00 | €10,00 |

Exemplo de cálculo: Um clube associado da ASSAPO que inscreva 11 saltadores, tem a pagar $5 \times 7,50€ + 5 \times 6,50€ + 1 \times 6,00€$, num total de 76,00€.

Um saltador associado da ASSAPO que se inscreva como individual terá a pagar €7,50.

*Na presente época, todos os competidores serão considerados “Associado ASSAPO”.



3. CATEGORIAS / GRUPOS DE IDADES

As categorias são as que constam da tabela seguinte.

| CATEGORIAS | ANO DE NASCIMENTO |
|-------------------|-------------------|
| Minis (Min) | 2011 – 2012 |
| Cadetes (Cad) | 2009 – 2010 |
| Infantis (Inf) | 2007 – 2008 |
| Juvenis (Juv) | 2005 – 2006 |
| Juniores B (JunB) | 2003 – 2004 |
| Juniores A (JunA) | 2000 – 2002 |
| Seniores (Sen) | 1999 e anteriores |

4. SORTEIO

O sorteio da Ordem de Passagem dos saltadores será realizado na Escola Secundária de Loulé, na 4ª feira imediatamente anterior às competições, às 13:00.

Até às 18:00 desse mesmo dia, as OP's serão enviadas por correio electrónico para cada uma das entidades.

5. JÚRI DA COMPETIÇÃO

Protestos e outras situações inerentes à competição serão sujeitos à avaliação e deliberação do Júri da Competição que será composto pelo Juiz Árbitro da Competição, o Diretor da Competição e um membro da Comissão Técnica dos Saltos Para a Água.

É também da competência do Júri da Competição a eventual adaptação de alguma regra FINA em concreto, em virtude de alguma limitação a nível de meios materiais ou humanos.

6. SALTOS OBRIGATÓRIOS E LIMITES DE COEFICIENTE DE DIFICULDADE

Os saltos obrigatórios e os limites de coeficiente de dificuldade, na presente época, são os que constam da tabela seguinte.

| Categorias | Aparelho | Elementos a executar | Avaliação |
|---------------------|---|--|---|
| Minis 6/7 anos | No deck (em rolo de praticável ou colchão de ginástica) | Rolamento à frente engrupado (de pé para de pé); rolamento atrás engrupado, em plano inclinado (de pé para de pé); roda; subida a apoio facial invertido (pino) e regresso à posição vertical (subida livre, 3 segundos de manutenção da posição); com o DMT montado de forma a que toda a lona fique na horizontal, rolamento saltado para plano elevado (com pelo menos 0,60cm), com recepção em <i>plat dos</i> ou sentado (realizando 2 a 4 passos de corrida de chamada ou até 5 extensões); 5 bolinhas (ao ritmo de 1 por segundo, sem tocar com os pés no solo a não ser no final da 5ª repetição); prancha (15 segundos). A roda e o pino podem ser realizados com ajuda do treinador, caso em que à nota do elemento serão deduzidos 50%. | Insucesso = 0 Sucesso = 5 a 10 |
| | Borda da piscina | Extensão à frente; extensão atrás; meia pirueta à frente; meia pirueta atrás; rolamento à frente com partida de cócoras; rolamento atrás com partida de cócoras; salto engrupado à frente; mergulho à frente. O rolamento atrás com partida de cócoras e o mergulho à frente podem ser executados com ajuda, caso em que à nota final serão deduzidos 50%. | Insucesso = 0 Sucesso = 5 a 10 |
| | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | Salto de extensão à frente; salto engrupado à frente; salto encarpado à frente, de pernas juntas ou afastadas (atenção que o salto de estrela será contado como um insucesso), realizando 2 a 4 passos ou até 5 extensões. Para competir neste aparelho é necessário competir, também, no deck e na borda da piscina. | Regras FINA com painel de juízes reduzido |
| Cadetes 8/9 anos | No deck (em rolo de praticável ou colchão de ginástica) | Rolamento à frente engrupado ou encarpado de pernas juntas, (de pé para de pé); rolamento atrás engrupado (de pé para de pé); roda; subida a apoio facial invertido (pino) e regresso à posição vertical (subida livre, 3 segundos de manutenção da posição); com o DMT montado de forma a que toda a lona fique na horizontal, 3/4 de mortal à frente, com recepção em <i>plat dos</i> em plano elevado com pelo menos 60cm, realizando 2 a 4 passos ou até 3 extensões; 10 bolinhas (ao ritmo de 1 por segundo, sem tocar com os pés no solo a não ser no final da 10ª repetição); prancha (30 segundos). O pino pode ser realizado com ajuda do treinador (apenas no equilíbrio/manutenção da posição), caso em que à nota do elemento serão deduzidos 50%. | Insucesso = 0 Sucesso = 5 a 10 |
| | Borda da piscina | Extensão à frente; extensão atrás; meia pirueta à frente; meia pirueta atrás; pirueta à frente; rolamento à frente com partida de cócoras; rolamento atrás com partida de cócoras; salto engrupado à frente; salto encarpado à frente; salto engrupado atrás; salto encarpado atrás; salto engrupado à frente com entrada na água em posição engrupada (rabo primeiro); salto encarpado à frente, com entrada na água em posição encarpada (rabo primeiro); salto engrupado atrás, com entrada na água em posição engrupada (rabo primeiro); salto encarpado atrás, com entrada na água em posição encarpada (rabo primeiro); mergulho à frente (1/2 mortal); mergulho atrás (1/2 mortal); mortal à frente (sem corrida). O mergulho atrás pode ser realizado com ajuda do treinador, caso em que à nota final serão deduzidos 50%. | Insucesso = 0 Sucesso = 5 a 10 |
| | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | Salto engrupado à frente; salto engrupado atrás; salto encarpado (pernas unidas) à frente; salto encarpado atrás (pernas unidas); salto mortal à frente ou salto mortal à frente com meia pirueta (realizando 2 a 4 passos ou um máximo de 5 saltos de extensão de preparação). Para competir neste aparelho é necessário competir, também, no deck e na borda da piscina. | Regras FINA com painel de juízes reduzido |
| Infantis 10/11 anos | Vd, página seguinte | | |

| Categorias | Aparelho | Elementos a executar | Avaliação |
|-----------------------|--------------------------------------|---|---|
| Infantis 10/11 anos | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | 3 saltos de, no mínimo, 2 grupos distintos (5,4 dif.) + 2 saltos de 2 grupos distintos (4,4 dif.) No mínimo terá de haver saltos de 2 grupos. As entradas de cabeça não são permitidas. | Regras FINA com painel de juízes reduzido Regras FINA |
| Juvenis 12/13 anos | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | 3 saltos de 3 grupos distintos (5,4 dif.) + 3 saltos de 3 grupos distintos (6,9 dif.) No mínimo terá de haver saltos de 3 grupos. As entradas de cabeça não são permitidas. | |
| Juniores B 14/15 anos | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | 4 saltos de, no mínimo, 3 grupos distintos (7,5 dif.) + 3 saltos de 3 grupos distintos (sem limite de dif.) No mínimo terá de haver saltos de 3 grupos. As entradas de cabeça não são permitidas. | |
| Juniores A 16/18 anos | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | 5 saltos de, no mínimo, 4 grupos distintos (9,0) + 3 saltos de 3 grupos distintos (sem limite de dif.) No mínimo terá de haver saltos de 4 grupos. As entradas de cabeça não são permitidas. | |
| Seniores | DMT (em piscina de 2,20m a 3,00m) | 5 saltos de grupos diferentes, sem limite de dificuldade As entradas de cabeça não são permitidas. | |

7. NOTAS FINAIS

Esta competição não terá provas de apuramento nem mínimos de participação.

Haverá apenas provas individuais.

Serão aplicadas as Regras FINA, sujeitas às condicionantes da tabela referida no ponto 6. e às que resultem de falta de condições materiais ou humanas.

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada categoria.

8. CASOS OMISSOS

A resolução de eventuais casos omissos será da competência da Direcção da ASSAPO.

9. DISPOSIÇÃO FINAL

Este documento, publicado a 27/06/2018 revoga qualquer edição anterior que possa existir.