



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Ginástica Artística Masculina 2026

Regulamento Provisório Torneio Brasileiro

- Nível 5 - Competição de solo, salto e barra;
- Nível 4 e 3 - Competição de solo, salto, paralelas simétricas e barra;
- Nível 2 - Competição de solo, cogumelo, argolas, salto, paralelas e barra;
- Nível 1 - Competição de solo, cavalo c/ alças, argolas, salto, paralela e barra;
- O ginasta é obrigado a competir no mesmo nível nos diversos aparelhos;
- Ginastas que participaram de Campeonatos Brasileiros só poderão participar nos níveis 1, 2 e 3.
- Premiação: Para os 6 primeiros ginastas em cada categoria por nível, para os demais ginastas a medalha de participação.
- Categorias
 - Pré-infantil B - 07 a 09 anos
 - Pré-infantil A - 09 a 11 anos
 - Infantil - 12 a 14 anos
 - Juvenil - 14 a 17 anos
 - Adulto - 18 anos ou mais

CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS

Nível 5 - ESTREANTE	
SOLO	Tablado oficial ou pista de 15 metros
SALTO	Plano alto de colchões com 1,00 m
BARRA	1,50 m do colchão

- O mini-tramp poderá ser utilizado na prova de salto

Nível 4 – PRINCIPIANTE	
SOLO	Tablado oficial ou pista de 15 metros
SALTO	Plano alto de colchões com 1,10 m
PARALELAS	Livre para toda a equipe até 180 cm do colchão
BARRA	1,50 m do colchão

Nível 3 – INICIANTE	
SOLO	Tablado oficial ou pista de 15 metros
SALTO	Mesa com 1,15m a 1,35m do chão
PARALELAS	Livre para toda equipe até 180 cm do colchão
BARRA	1,50 m do colchão

Nível 2 – INTERMEDIÁRIO	
SOLO	Tablado oficial ou pista de 15 metros
COGUMELO	Diâmetro de 45 a 65 cm e com altura de 55 a 85 cm do colchão
ARGOLAS	2,20 m do colchão
SALTO	Mesa com 1,15 a 1,35 m do chão
PARALELAS	Livre para toda a equipe até 1,80m do colchão
BARRA	2,20m do colchão



FEDERAÇÃO BRASILIENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Nível 1 - AVANÇADO	
SOLO	Tablado oficial ou pista de 15 metros
CAVALO COM ALÇAS	1,00 m do colchão, permitido uso da tampa de plinto
ARGOLAS	2,40m do colchão
SALTO	Plano alto de colchões com 1,10 com 1,15 a 1,35 m do chão
PARALELAS	Livre para toda a equipe até 1,80 m do colchão
BARRA	150 cm do colchão

Solo

Nível 1	Nível 2	Nível 3
Torneio Nacional – Avançado	Torneio Nacional – Intermediário	Torneio Nacional – Iniciante

Nível 4 – Principiante	Valor
Avião	1,00
Parada rolamento à frente, seguido de	1,00
Reversão de pernas afastadas seguida de Rodante	2,00
Oitava parada a parada com os braços estendidos	1,00
Afastamento das pernas lateralmente, descer a posição sentada, cachorrinho 2"	2,50
Esquadro afastado 2"	0,50
Corrida sobre passo rodante flick	2,00

Nível 5 – estreante	Valor
Avião	1,00
Parada rolamento à frente, seguido de	1,00
Roda (estrela), seguido de roda e união das pernas	2,00
Rolamento para trás carpado com pernas unidas	2,00
Afastamento das pernas lateralmente, descer a posição sentada, cachorrinho 2"	1,00
Vela, retorno grupado a posição fundamental	1,00
Corrida sobre o passo rodante	2,00



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Salto

Nível 1	Nível 2	Nível 3
Torneio Nacional – Avançado	Torneio Nacional – Intermediário	Torneio Nacional – Iniciante

Nível 4 - Principiante

Salto a parada de mãos com queda de costas em plano alto de colchões com 1,10m (valor 20,00)

Nível 5 - Estreante

Salto a parada de mãos sobre a mesa com queda de costas em plano alto de colchões com 1,0 m (valor 20,00)

Barra

Nível 1	Nível 2	Nível 3
Torneio Nacional – Avançado	Torneio Nacional – Intermediário	Torneio Nacional – Iniciante

Nível 4 - Principiante

Valor

Oitava	3,00
Lançamento na linha do ombro	2,00
Giro de quadril	3,00
Saída em sub-lançamento	2,00

Nível 5 - estreante

Valor

Oitava	5,00
Saída em sub-lançamento	5,00
Ou	
Saída para trás	3,00

Paralelas simétricas

Nível 1	Nível 2	Nível 3
Torneio Nacional – Avançado	Torneio Nacional – Intermediário	Torneio Nacional – Iniciante

Nível 4 – Principiante

Valor

Subida ao apoio entre os barros 2"	1,00
Esquadro com pernas unidas 2"	3,00
Subida ao apoio com os pés nos barros	1,00
3 Balanços no apoio na linha do ombro atrás	3,00
Saída lateral para frente ou para trás	2,00