



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Torneio Brasiliense Individual de Ginástica

Regulamento Técnico - 2026

CAPÍTULO I - Das finalidades

Art. 1º Promover o desenvolvimento e massificação da Ginástica Rítmica no DF, bem como proporcionar às ginastas a oportunidade de se prepararem para os Torneios Regionais e Nacionais.

CAPÍTULO II – Da participação

Art. 2º É aberta a participação no TBGR a escolas, clubes, associações ou demais entidades filiadas ou vinculadas à FBG.

Art. 3º É permitida a participação no TBGR de:

I. Ginastas filiadas ou vinculadas às escolas, clubes, associações ou demais entidades filiadas ou vinculadas à FBG;

II. Ginastas que participaram da Copa Brasília de GR, Copa Brasília de Conjuntos, Copa das Estrelas, Jogos Escolares do DF, Jogos da Juventude, Jogos Escolares Brasileiros ou Seletiva para Gymnasiade e Torneios Brasilienses, Regionais e Nacionais no ano vigente e anos anteriores.

III. Ginastas que participam ou participaram dos Campeonatos Brasiliense de Conjuntos e Brasileiro de Conjuntos Ilona Peuker em todas as categorias e que não estão inseridas no Artigo 4º.

IV. Ginastas que se encontram há pelo menos 2 (dois) anos afastadas do Campeonatos Brasilienses e Brasileiros de Ginástica Rítmica individual (a contar da última participação em competição). Nesse caso, a inscrição deverá ser realizada no Nível I.

Art. 4º Não poderão participar do TBGR:

I. Ginastas que participaram de qualquer Torneio Internacional e ou Campeonato Internacional reconhecido pela FIG (em formato presencial).

II. Ginastas que fizeram parte da Seleção Brasileira Individual e/ou de Conjunto.

III. Ginastas que participaram de seletivas para compor a seleção brasileira permanente ou transitória nas provas individuais e/ou conjunto.

IV. Ginastas que tenham participado, nos últimos 2 (dois) anos, dos Campeonatos Brasilienses e Brasileiros de Ginástica Rítmica individual, salvo as que se enquadram no inciso IV do artigo 3º.

V. Ginastas individuais que participarem dos Campeonatos Brasileiros e Brasilienses (individual) nas categorias pré-infantil, infantil, juvenil e adulto no mesmo ano (2025).

CAPÍTULO III – Das categorias, provas e níveis

Art. 5º As categorias serão de acordo com a faixa etária abaixo:



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

CATEGORIA	FAIXA ETÁRIA	SUBDIVISÃO	ANO DE NASCIMENTO
Mirim	8 e 9 anos	-	2018 - 2017
Pré-infantil	10 e 11 anos	10 anos 11 anos	2016 - 2015
Infantil	12 e 13 anos	12 anos 13 anos	2014 - 2013
Juvenil	14 e 15 anos	Nível I Nível II	2012 - 2011
Adulta	16 anos ou mais	Nível I Nível II	2010 e abaixo

Art. 6º O Torneio Brasiliense Individual será dividido nos seguintes níveis para todas as categorias:

I. Nível I:

- a) Ginastas de 10 e 11 anos na categoria Pré-infantil;
- b) Ginastas de 12 e 13 anos da categoria infantil;
- c) Ginastas das categorias juvenil e adulto: ginastas que participaram em qualquer Torneio Regional (CBG) no Nível II e obtiveram classificação geral (somatório das duas provas) acima dos 50% do ranking geral;
- d) Categorias infantil e juvenil: ginastas que competiram no Nível I em Torneios Regionais/Nacionais (CBG) em qualquer categoria (exceto pré-infantil), em qualquer ano;
- e) Categorias juvenil e adulta: ginastas que se encontram há pelo menos 04 (anos) anos afastadas dos Campeonatos Brasilienses e Brasileiros de Ginástica Rítmica individual.
- f) Categoria adulto: ginastas que participaram do Torneio Regional em 2025 e obtiveram classificação geral (somatório das duas provas) acima dos 50% do ranking geral.

II. Nível II:

- a) Ginastas de 10 e 11 anos na categoria Pré-infantil;
- b) Ginastas de 12 e 13 anos na categoria Infantil;
- c) Ginastas que não obtiveram classificação geral (somatório das duas provas) acima dos 50% do ranking geral (exceto para a categoria adulto) no Torneio Regional;
- d) Categorias juvenil e adulto: ginastas que nunca participaram do Regional e/ou as ginastas que não se classificaram nas normas do nível I.
- e) Categoria adulto: ginastas que participaram do Torneio Regional em 2025 e não obtiveram classificação geral (somatório das duas provas) acima dos 50% do ranking geral.

III. Nível III

- a) Todas as ginastas que participaram do TBGR nos Níveis III e IV em anos anteriores.
- b) Ginastas que nunca participaram do Torneio Brasiliense/Regional/Nacional/Campeonato Brasiliense individual nos níveis I e II e/ou as ginastas que não se classificaram nas normas dos níveis I e II.

CAPÍTULO IV - Da composição das equipes

Art. 7º Cada entidade poderá competir com no máximo 30 ginastas distribuídas para os níveis I e II. No nível III a quantidade é ilimitada.



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Parágrafo único: Cada ginasta só poderá participar de uma categoria (sem poder subir de categoria) e de um nível durante o ano.

Art. 8º Cada entidade só poderá competir com uma equipe.

CAPÍTULO V – Das categorias e aparelhos

Art. 9º Os eventos locais cumprirão o que diz a seguir:

CATEGORIA	APARELHOS		
	Níveis I e II	Nível III Etapa 1	Nível III Etapa 2
Mirim (8 e 9 anos)	-	Mãos Livres	Bola
Pré-infantil (10 e 11 anos)	Mãos Livres e Corda	Mãos Livres	Corda
Infantil 12 anos	Mãos Livres e Arco	Mãos Livres	Arco
Infantil 13 anos	Maças e Arco	Mãos Livres	Arco
Juvenil (14 e 15 anos)	Arco e Maças	Mãos Livres	Arco
Adulta (a partir de 16 anos)	Bola e Fita	Mãos Livres	Bola

CAPÍTULO VI – Da competição e regras de desempate

Art.10. Haverá somente o concurso I.

Art. 11. Haverá recurso apenas nos níveis I e II. No nível III, as técnicas poderão solicitar a conferência de notas de dificuldade (soma e digitação) diretamente à diretora de arbitragem, após comunicar à diretora de competição. Em caso de correção de nota, esta será feita imediatamente após a constatação de erro de soma e/ou digitação.

Parágrafo único: Esclarecimentos gerais sobre coreografias poderão ser feitos apenas ao final da competição.

Art. 12. As regras de desempate e demais casos não especificados neste Regulamento seguirão o Regulamento Técnico Específico do Torneio Regional e Nacional de Ginástica Rítmica da Confederação Brasileira de Ginástica e o Código de Pontuação Oficial vigente da modalidade.

Art. 13. Casos omissos serão resolvidos pelo Comitê Técnico da modalidade.

CAPÍTULO VII - Das composições / séries

Art. 14. Os programas (exercícios) e as exigências quanto à composição das séries de todas as categorias dos níveis I e II seguirão o regulamento técnico do Torneio Regional e Nacional de Ginástica Rítmica da Confederação Brasileira de Ginástica e o Código Oficial de Pontuação da modalidade.

Parágrafo único: Nos níveis I e II as ginastas deverão apresentar os 2 (dois) exercícios de acordo com o regulamento de cada categoria; não será autorizada a inscrição e participação de ginastas em 1 (uma) prova somente.

Art. 15. As ginastas do nível III Etapa 2 deverão apresentar um exercício de acordo com as especificações abaixo:



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Categoria	Nº de Dificuldades Corporais (DB) (Mínimo 1 pivot na meia ponta)	Dificuldade Corporal (DB) (Mínimo 1 em grand écart)	Elemento Dinâmico de Rotação (R) Permitido: R1, R2 e R3	Dificuldades de Aparelho (DA)
Mirim BOLA	1 de cada GC + até 1 livre = Máximo 4	Valor máximo de 0,40 cada	Máximo 1 R; Mínimo 1 R com chainé	Mínimo 1 Máximo 5
Pré-infantil CORDA	1 de cada GC + até 2 livres = Máximo 5	Valor máximo de 0,50 cada	Máximo 2 R; Mínimo 1 R com chainé	Mínimo 1 Máximo 6
Infantil ARCO	1 de cada GC + até 2 livres = Máximo 5	Valor máximo de 0,50 cada	Máximo 2 R; Mínimo 1 R com chainé	Mínimo 1 Máximo 8
Juvenil ARCO	1 de cada GC + até 3 livres = Máximo 6	Valor máximo de 0,50 cada	Máximo 3 R; Mínimo 1 R com chainé	Mínimo 1 Máximo 10
Adulto BOLA	1 de cada GC + até 3 livres = Máximo 6	Valor máximo de 0,50 cada	Máximo 3 R; Mínimo 1 R com chainé	Mínimo 1 Máximo 10

I. O exercício deverá conter **no mínimo UMA dificuldade DE CADA Grupo Corporal – GC** (Salto, Equilíbrio e Rotação) conforme especificados no Código Internacional de Pontuação **Penalidade: 0,30** pela ausência de cada grupo corporal ou onda.

II. É **OBRIGATÓRIO** que se realize **no mínimo UM pivô na meia ponta**, dentro do grupo corporal de rotação. **Penalidade: 0,30** pela ausência do pivô obrigatório.

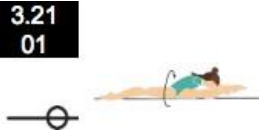
III. Cada **dificuldade corporal (DB)** deverá respeitar o valor máximo de cada categoria: 0,40 para a categoria mirim; 0,50 para as demais categorias. Se uma ginasta apresenta uma dificuldade maior do que o valor permitido, essa dificuldade não será avaliada e terá uma penalização de 0,30.

IV. É **OBRIGATÓRIA** a execução de **no mínimo UMA dificuldade corporal (DB) em grand écart** (com espacato em 180°), exemplo: salto espacato, equilíbrio espacato lateral com ajuda, rotação em grand ecart com ajuda) em equilíbrio, rotação ou salto. **Penalidade de 0,30** pela ausência dessa dificuldade. Seguem abaixo exemplos de dificuldades em grand écart:



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

SALTO	 Salto "Espacate" (ejambé), pernas estendidas e abrindo em 180°		 Salto espacato lateral, impulso com um ou dois pés
EQUILÍBRIO	 Grand écart (espacato frontal) com ajuda	 Grand écart (espacato) lateral com ajuda	 Grand écart (espacato) para trás com ajuda
ROTAÇÃO	 Rotação em grand écart (espacato) com ajuda, tronco flexionado à frente (Sem valor extra para rotações adicionais)		

V. É obrigatória a execução de **no mínimo UM elemento dinâmico de rotação (R)**, sendo R1, R2 ou R3. Em todas as categorias é obrigatória a realização de um (R) com chainé. **Penalidade de 0,30** pela ausência de (R) e **0,30** pela ausência de (R) com chainé.

VI. A quantidade máxima de elementos dinâmicos de rotação (R) é de 1 para a categoria mirim, 2 para as categorias pré-infantil e infantil e 3 para as categorias juvenil e adulto. Se uma ginasta apresenta **mais elementos dinâmicos de rotação (R) que o permitido**, este(s) não será(ão) avaliado(s) e terá uma **penalização de 0,30**.

VII. O exercício deverá conter **no mínimo uma dificuldade de aparelho (DA)** conforme especificados no Código Internacional de Pontuação. **Penalidade: 0,30** pela ausência de no mínimo uma DA.

VIII. Cada exercício deve ter um **número mínimo de alguns elementos técnicos do aparelho**, conforme a tabela abaixo (COP #3.3 parte I e #5.2 anexo), ver Código de Pontuação vigente. **Penalidade: 0,30** por cada elemento ausente.

CORDA (pré-infantil)	BOLA (mirim, adulto)	ARCO (infantil e juvenil)
1 (uma) escapada	1 (um) rolamento em 2 segmentos	1 (um) rolamento em 2 segmentos
1 (uma) série de saltitos por dentro da corda	1 (um) movimento em oito	1 (uma) rotação do arco em torno do seu eixo
1 (uma) recuperação dos 2 nós da corda ao mesmo tempo (para pequenos ou grandes lançamentos)	1 (uma) quicadas	1 (uma) passagem através do arco



FEDERAÇÃO BRASILENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

IX. O exercício deverá conter **no mínimo dois passos de dança** de 8 segundos, conforme o Código de Pontuação vigente da modalidade. Durante os passos de dança, não poderão ser realizados elementos pré-acrobáticos, lançamentos altos, dificuldades de aparelho e dificuldades corporais com valor de 0,20 ou mais. **Penalidade de 0,30** no Artístico pela ausência de pelo cada passo de dança.

Art. 17. As deduções de Artístico e Execução seguirão as tabelas de penalizações do Código de Pontuação vigente da modalidade (tabela C 12 e D 2).

Art. 18. É permitido música com palavras para todas as provas (aparelhos) e níveis, desde que seu conteúdo esteja de acordo com a idade das ginastas e dentro das normas éticas. **Penalidade de 0,30** no Artístico por música não conforme as regras.

CAPÍTULO VIII - Da premiação e classificação

Art. 19. Serão distribuídos medalhas e troféus da seguinte forma:

I. Medalhas de participação para todas as ginastas não premiadas.

II. Nos níveis I e II, serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 6º lugar, por aparelho e individual geral por categoria e nível.

III. No nível III, nas categorias Mirim e Pré-Infantil, a classificação individual geral será dividida em 3 blocos de ginastas, correspondendo o 1º bloco à medalha de ouro, o 2º bloco à medalha de prata e o 3º bloco à medalha de bronze. Se a divisão dos blocos não corresponder a um número exato, o critério de acomodação seguirá a ordem: ouro, prata e bronze. Nas categorias infantil, juvenil e adulto, serão premiadas com medalhas as ginastas classificadas do 1º ao 6º lugar, por aparelho.

Parágrafo único: Caso a ginasta não complete sua série, ela receberá uma medalha de participação.

IV. Para a premiação por equipe, haverá uma premiação (troféu) para os níveis I e II e subdivisões (somados, única premiação). Serão computados somente os 8 (oito) melhores resultados de cada entidade, de acordo com a tabela do inciso V. Em caso de empate, será considerada campeã a entidade que tiver o maior número de primeiros lugares (ranking geral). Persistindo o empate, serão considerados os segundos lugares e assim sucessivamente. Para os níveis I e II e subdivisões contarão as classificações do individual geral.

V. Para o nível III (troféu) haverá premiação por equipe separadamente em cada etapa. Para a contagem de pontos, serão computados os 8 (oito) melhores resultados de acordo com a tabela do inciso V.

VI. Troféu para as três primeiras entidades que obtiverem os três maiores somatórios de pontos, de acordo com as classificações abaixo:



FEDERAÇÃO BRASILIENSE DE GINÁSTICA

CNPJ Nº 00.468.983/0001-95

Ranking	Torneio Brasiliense de GR		
Classificação	NÍVEL I	NÍVEL II	NÍVEL III etapa I e II
1º LUGAR	50 pontos	40 pontos	30 pontos
2º LUGAR	48 pontos	38 pontos	28 pontos
3º LUGAR	46 pontos	36 pontos	26 pontos
4º LUGAR	44 pontos	34 pontos	24 pontos
5º LUGAR	42 pontos	32 pontos	22 pontos
6º LUGAR	40 pontos	30 pontos	20 pontos
7º LUGAR	36 pontos	26 pontos	16 pontos
8º LUGAR	34 pontos	24 pontos	14 pontos
9º LUGAR	32 pontos	22 pontos	12 pontos
10º LUGAR	30 pontos	20 pontos	10 pontos