



## **“Guia” para preencher a ficha de Bônus de Apresentação Técnica corretamente.**

Importante observar:

- Deduções servem para fichas preenchidas incorretamente;
- A ficha deve ser escrita usando tinta preta e enviada para o organizador em formato **word**;
- É proibido enviar a ficha de bônus técnico ou obrigatórios scaneada (foto);
- O Formulário deve ser assinado/**DATILOGRAFADO** tanto pelo treinador quanto pelo atleta. Se o atleta não tiver um treinador reconhecido pela IPSF apenas a sua assinatura será suficiente;
- Apenas os bônus listados serão avaliados.

A ficha divide-se em três partes:

1. Detalhes pessoais dos atletas no topo da ficha com assinatura no final;
2. Códigos de bônus individuais – elementos a serem avaliados no meio da ficha;
3. Pontos de bônus Geral – Uso apenas para árbitros no final da ficha.

Detalhes pessoais do(s) atleta(s)

### **Divisão:**

Coloque a divisão na qual o atleta está competindo, dentre as seguintes opções: Amador, Profissional e Elite.

### **Categoria:**

Coloque a categoria na qual o atleta está competindo, dentre as seguintes opções: Seniores, Masters (40+ / 50+), Duplas, Junior ou Novato, e Masculino, Feminino ou Misto.

**Assinatura de Treinador / Atleta(s):**

Essa ficha deve ser assinada tanto pelo treinador quanto pelo atleta. Caso o atleta não tenha um treinador reconhecido pela IPSF, sua própria assinatura será considerada suficiente.

**Federação:** Adicionar a Federação Membro da IPSF em seu país.

**Códigos de Bônus Individuais**

<b>Código</b>	<b>Descrição</b>	<b>Valor de Ponto por Bônus</b>	<b>Pontos Máximos</b>
<b>AC</b>	Pegadas acrobáticas	+0.5	+1.0
<b>SP/SP</b>	Combinação de dois giros de 720º cada em pole giratório	+0.5	+2.0
<b>SP/SP/SP</b>	Combinação de três giros de 720º cada em pole giratório	+1.0	+1.0
<b>SP/ST</b>	Combinação de dois giros de 360º cada em pole estático	+0.5	+2.0
<b>SP/SP/ST</b>	Combinação de 3 giros de 360º cada em pole estático	+1.0	+2.0
<b>SP/E/ST</b>	Combinação de giros com outros elementos no pole estático	<b>0.5</b>	
<b>D</b>	Quedas	+0.2	+1.0
<b>DC</b>	Combinações dinâmicas em pole estático ou giratório	+0.5	+3.0
<b>FO</b>	<i>Flip</i> para fora ou <i>flip</i> para o pole	+1.0	+1.0
<b>JO</b>	Salto para fora ou salto para o pole	+0.2	+1.2
<b>F</b>	<i>Flip</i> no pole	+1.5	+1.5
<b>RG</b>	Recapturas	+0.2	+0.8

\* O número máximo de pontos combinados permitidos para giros combinados no pole giratório é 2.0.

\* O número máximo de pontos combinados permitidos para giros combinados no pole estático é 2.0

*Esse documento é parte da série "Como Fazer" da IPSF*

#### Códigos de Bônus para Duplas

Código	Descrição	Valor de Ponto por Bônus	Pontos Máximos
AC/SYN	Pegadas acrobáticas em sincronia	+0.5	+1.0
FO	<i>Flip</i> para fora ou <i>flip</i> para o pole	+1.0	+1.0
SP/SYN	Combinação de giros com outros giros em sintonia	+0.5	+1.0
SP/E/SYN	Combinação de giros com outros elementos em sintonia	+0.5	+1.0
D/SYN	Quedas em sintonia	+0.2	+1.0
JO/SYN	Salto para fora ou salto para o pole em sincronia	+0.5	+1.2
PCT	Pegar o parceiro do pole ou jogar o parceiro para o pole	+0.4	+0.8
RG/SYN	Recapturas em sincronia	+0.2	+1.0
DC/SYN	Combinações dinâmicas sincronizadas em pole estático ou giratório	+0.5	+2.0

#### O que completar na ficha?

##### Ordem:

Se refere aos bônus técnicos que o atleta decide realizar em sua coreografia.

Ordem No. 1 = primeiro bônus técnico realizado na coreografia.

Ordem No. 2 = segundo bônus técnico realizado na coreografia, etc.

##### Código de Bônus:

O(s) atleta(s) deve(m) preencher o Código de Bônus relacionado aos bônus que ele(s) deseja(m) realizar, de acordo com o Código de Pontos. É importante listá-los na sequência correta em que serão executados na coreografia. Se um atleta decidir combinar dois ou mais

bônus técnicos, ele deve escrevê-los na mesma caixa. Combinações de 2 ou 3 bônus técnicos podem ser escritas na mesma linha; sequências longas de bônus técnicos podem ser escritas em diversas linhas. O que for realizado primeiro na combinação, deve ser listado primeiro lugar (Veja o exemplo de formulários de pontuação).

\* Os bônus e seus códigos são encontrados na seção de bônus técnico em bônus individuais.

**Valor Técnico:**

O(s) atleta(s) deve(m) preencher o valor técnico dos bônus técnicos. É importante que o atleta preencha corretamente o valor técnico que corresponde ao bônus técnico que ele escolheu. Se o atleta decidir combinar dois ou mais bônus técnicos, ele deve escrever os valores técnicos na mesma caixa. O que for realizado primeiro na combinação deve ser listado primeiro.

\* Os bônus e seus valores técnicos são encontrados na seção de bônus técnico e bônus individuais.

*Esse documento é parte da série "Como Fazer" da IPSF*