



XII. OLIMPIADE HELSINKI

1940

GINNASTICA

COMITATO D'ORGANIZZAZIONE





XII. OLIMPIADE HELSINKI 1940

GINNASTICA

COMITATO D'ORGANIZZAZIONE

Helsinki, Fabianinkatu 23

Indirizzo telegrafico: Olympia, Helsinki

Helsinki 1939

Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Kirjapainon Oy.

COMITATO INTERNAZIONALE OLIMPICO

FONDATORE:

Barone *Pierre de Coubertin* †

PRESIDENTE:

Conte *de Baillet-Latour*

MEMBRI:

Africa del Sud	<i>Henry Nourse</i> <i>E. W. Lindbergh</i>
America Centrale	..	<i>P. J. de Matheu</i>
Argentina	<i>R. C. Aldao</i> <i>Horacio Bustos Morón</i>
Australia	<i>James Taylor</i> <i>Sir Harold Luxton</i>
Belgio	Conte <i>de Baillet-Latour</i> Barone <i>de Trannoy</i>
Boemia e Moravia	..	Consigle <i>Jiri Guth-Jarkovsky</i>
Brasile	<i>Arnaldo Guinle</i> Dott. <i>Ferreira Santos</i> <i>Antonio Prado jr.</i>
Bulgaria	S. E. <i>Stephan G. Tschaprachikov</i>
Canadà	<i>James G. Merrick</i> Sir <i>George McLaren Brown</i>
Cile	vacante
Cina	S. E. Dott. <i>C. T. Wang</i> Dott. <i>H. H. Kung</i>
Cuba	Dott. <i>Miquel A. Moenck</i>
Danimarca	S. A. R. Principe <i>Axel di Danimarca</i>
Egitto	S. E. <i>Mohamed Taher Pascha</i>
Estonia	<i>Joakim Puhk</i>

Finlandia	<i>Ernst Krogius</i> <i>J. W. Rangell</i>
Francia	<i>Albert Glandaz</i> <i>Marchese de Polignac</i> <i>François Piétri</i>
Germania	<i>S. A. Adolf Friedrich</i> , Duca di Mecklemburgo Dott. <i>Karl Ritter von Halt</i> Generale <i>W. v. Reichenau</i>
Giappone	Conte <i>Michimasa Soyeshima</i> Dott. <i>M. Nagai</i> Dott. <i>Sh. Takaishi</i>
Grecia	<i>Angelo C. Bolanachi</i>
India	<i>G. D. Sondhi</i>
Inghilterra	Lord <i>Aberdare</i> Lord <i>Burghley</i> Sir <i>Noel Curtis Bennett</i>
Irlanda	<i>J. J. Keane</i>
Italia	Conte Ing. <i>Alberto Bonacossa</i> Conte <i>Paolo Thaon de Revel</i> Lgt. Generale <i>G. Vaccaro</i>
Jugoslavia.....	Gen. <i>S. S. Djoukitch</i> Proff. Dott. <i>Fr. Bučar</i>
Lettonia	<i>Janis Dikmanis</i>
Liechtenstein	<i>S. A. François Joseph</i> di Liechtenstein
Messico.....	<i>Marte R. Gomez</i>
Monaco.....	Conte <i>de Gautier-Vignal</i>
Norvegia	<i>Thomas Fearnley</i>
Nuova Zelanda	Dott. <i>A. E. Porritt</i>
Olanda	Colonnello <i>P. W. Scharroo</i> Barone <i>A. Schimmelpenninck van der Oije</i>

Perù	S. E. Dott. <i>Alfredo Benavides</i>
Polonia	S. E. M. <i>Ignace Matuszewski</i> Generale Dott. <i>Rouppert</i>
Portogallo	Conte <i>de Penha-Garcia</i>
Romania	<i>Georges A. Plagino</i>
Spagna	Barone <i>de Guell</i> Conte <i>de Vallellano</i>
Svezia	Conte <i>Clarence von Rosen</i> <i>J. Sigfrid Edström</i>
Svizzera.....	Col. <i>Henri Guisan</i>
Stati Uniti.....	<i>William M. Garland</i> <i>Avery Brundage</i> <i>Frederic René Coudert</i>
Turchia.....	<i>Rechid Saffet Atabinen</i>
Ungheria	Sen. <i>Jules de Muzsa</i> <i>N. von Horthy jr.</i>
Uruguay	<i>Joaquin Serratoso Cibils</i>

COMITATO ESECUTIVO:

Conte *de Baillet-Latour*, Presidente
J. Sigfrid Edström, Vicepresidente
 Marchese *de Polignac*
 Lord *Aberdare*
 Conte Ing. *Bonacossa*
Avery Brundage
 Dott. *Karl Ritter von Halt*
 Ten. Col. *A. G. Berdez*, Segretario, «Mon Repos»,
 Lausanne
W. Klingeberg, Segr. agg. / esperto tecnico

XII. OLIMPIADE HELSINKI 1940

Patrono:

Il Presidente della Repubblica di Finlandia

KYÖSTI KALLIO

COMITATO D'ORGANIZZAZIONE

- J. W. Rangell*, Membro del C.O.I. (Presidente)
Ernst Krogus, Membro del C.O.I.
Urho Kekkonen, Presidente del Comitato Olimpico
Finlandese
Lgt. Generale *Hugo Österman*
Mauno Pekkala
E. von Frenckell
Johan Helo
Ten.-Col. *V. A. M. Karikoski* (Segretario Generale)

COMITATO
OLIMPICO FINLANDESE

PRESIDENTE:

Urho Kekkonen

VICE-PRESIDENTE:

J. W. Rangell

SEGRETARIO GENERALE:

Lauri Miettinen

MEMBRI:

- Ernst Krogius*, Membro del C.O.I.
Colonello *Voldemar Oinonen* (Ministero della Difesa Nazionale)
Arvo I. Salminen (Ministero della Istruzione Pubblica)
Tauno Aarre (Sci)
Toivo Aro (Nuoto)
Leo Backman (Canoe)
E. von Frenckell (Calcio)
Walter Jakobsson (Sport del ghiaccio)
Yrjö Kaloniemi (Sci)
Ten.-Col. *V. A. M. Karikoski* (Scherma)
Kauko Karvonen (Hockey)
Heikki Lehmusto (Lotta)
Ten.-Col. *K. E. Levälähti* (Ginnastica)

Ten.-Col. *M. Liesi* (Tiro a segno)
Ville Mattinen (Lotta)
Bruno Nyberg (Sollevamento pesi)
Yrjö Nykänen (Ginnastica)
Capitano *Lauri Pihkala* (Atletica leggera)
M. Rydman (Ippica)
Viktor Smeds (Pugilato)
J. O. Söderhjelm (Vela)
Arvo Tanila (Atletica leggera)
Lauri Tanner (Federazione Centrale per l'Atletica
e per la Ginnastica)
Väinö Teivaala (Atletica leggera)
E. Tilus (Ciclismo)
Armas Villamo (Canottaggio)

DEFINIZIONE DEL DILETTANTE

DELLA FEDERAZIONE INTERNAZIONALE DI GINNASTICA

Non sono considerati dilettanti ma professionisti, coloro che praticano la ginnastica artistica esibendosi in pubblici spettacoli mediante retribuzione o partecipando a gare in cui vi siano premi individuali in denaro.

I professori di ginnastica che nelle scuole insegnano esclusivamente il programma elementare di educazione fisica ed oltre a questo insegnamento anche altre materie, non sono considerati professionisti secondo la presente definizione.

GINNASTICA

DAL 29 AL 31 LUGLIO 1940 ALLO STADIO
OLIMPICO

L'elenco generale delle prove, alle quali parteciperà ciascuna nazione dovrà essere inviato entro il giorno 8 Giugno 1940.

Le iscrizioni nominative e definitive individuali o di squadra, dovranno essere inviate entro il 14 Luglio 1940.

Dopo questa data non saranno ammesse né modifiche né aggiunte di sorta.

Federazioni Competenti

Fédération Internationale de Gymnastique

Presidente: *Conte Adam Zamoyski* (Polonia)

Segretario Generale: *Charles Thoeni*, rue de Lyon 48,
Genève (Suisse)

Presidente della Commissione Tecnica: Ten. Col.
A. Huguenin, Boulevard de la Forêt 7, La Rosiaz
s/Lausanne (Svizzera).

Suomen Voimisteluliitto

(Federazione Finlandese di Ginnastica)

Presidente: Ten. Col. *K. E. Levälähti*.

Segretario: *P. Teräsvirta*

Indirizzo: Simonkatu 12 A, Helsinki (Finlandia)

PROGRAMMA

Il programma di ginnastica dei Giochi Olimpici comprende 12 prove composte di 10 esercizi agli attrezzi e 2 esercizi a corpo libero. La classifica sarà così suddivisa:

- A. *Concorso a squadre* (classifica per nazioni)
 - 1) sul risultato complessivo delle 12 prove.
- B. *Concorso Individuale*
 - 1) sul risultato complessivo delle 12 prove.
 - 2) ad ogni singolo attrezzo e per gli esercizi a corpo libero.

A. CONCORSO A SQUADRE

Iscrizioni

Ogni nazione è autorizzata ad iscrivere una squadra di otto ginnasti i quali parteciperanno a tutte le prove. Per determinare il risultato finale agli effetti della classifica per nazioni, si sommano i punti ottenuti dai sei migliori ginnasti di ogni singola squadra in ciascuno degli esercizi agli attrezzi ed a corpo libero. I due atleti che hanno ottenuto il minor punteggio negli esercizi agli attrezzi ed a corpo libero sono eliminati nel computo dei punti totali del concorso per nazioni, ma il loro punteggio è valido per la classifica individuale agli attrezzi ed a corpo libero.

1) Concorso su dodici esercizi:

Questo concorso comprende un esercizio obbligatorio ed un esercizio libero alla sbarra, alle parallele, al cavallo con maniglie, al cavallo in lungo (volteggi) agli anelli ed a corpo libero.

Premi

- Primo Premio: Diploma alla squadra vincitrice, Medaglia Olimpica in vermeil e diploma per ogni membro della squadra.
- Secondo Premio: Diploma alla squadra seconda classificata. Medaglia Olimpica d'argento e diploma per ogni membro della squadra.
- Terzo Premio: Diploma alla squadra terza classificata, Medaglia Olimpica di bronzo e diploma per ogni membro della squadra.

B. CONCORSI INDIVIDUALI (campionati individuali)

1) Concorso su dodici esercizi

La classifica per il concorso individuale su dodici prove è basata sui risultati ottenuti nel concorso su dodici prove disputato a squadre. Il totale dei punti ottenuti nei 12 esercizi (sei obbligatori e sei liberi) forma la base per stabilire la graduatoria dei vincitori nel concorso individuale complessivo.

I partecipanti ai campionati individuali del concorso su dodici prove devono far parte di una delle squadre nazionali iscritte. Altre iscrizioni non sono accettate.

2) Concorso su ogni attrezzo ed a corpo libero separatamente. Queste gare individuali si disputano alla sbarra, alle parallele al cavallo con maniglie, al cavallo in lungo (salto) agli anelli e agli esercizi a corpo libero.

I partecipanti devono far parte di una squadra nazionale. Altre iscrizioni non sono accettate.

I punti ottenuti negli esercizi obbligatori e liberi del concorso a squadre su 12 prove (attrezzi e corpo libero) servono pure come base per la classifica dei campionati individuali ai diversi attrezzi e negli esercizi a corpo libero.

Premi

Primo premio: Medaglia Olimpica vermeil e diploma.
Secondo premio: Medaglia Olimpica d'argento e diploma.
Terzo premio: Medaglia Olimpica di bronzo e diploma.

Norma Generale

Valgono i regolamenti tecnici della Federazione Internazionale di Ginnastica.

In caso di divergenze d'opinioni nell'interpretazione dei regolamenti il testo francese soltanto avrà validità.

ORARIO

Lunedì, 29 Luglio 1940

Ore 8 — Stadio Olimpico

Le squadre eseguiranno successivamente, nell'ordine assegnato dalla sorte, i seguenti esercizi:

- 1) Cavallo in lungo (esercizio obbligatorio)
- 2) Cavallo con maniglie (esercizio obbligatorio)
- 3) Anelli (esercizio obbligatorio)
- 4) Corpo libero (esercizio obbligatorio)

Martedì, 30 Luglio 1940

Ore 8 — Stadio Olimpico

Le squadre eseguiranno nello stesso ordine loro assegnato il giorno precedente i seguenti esercizi:

- 5) Cavallo in lungo (esercizio libero)
- 6) Parallele (esercizio obbligatorio)
- 7) Sbarra (esercizio obbligatorio)
- 8) Corpo libero (esercizio libero)

Mercoledì, 31 Luglio 1940

Ore 8 — Stadio Olimpico

Tutte le squadre ad eccezione delle quattro, che si trovano in testa alla classifica dopo gli esercizi eseguiti nei giorni precedenti, eseguiranno i seguenti esercizi. Inizierà la squadra che figura ultima in classifica dopo i primi due giorni e terminerà la squadra classificata quinta.

- 9) Cavallo con maniglie (esercizio libero)
- 10) Anelli (esercizio libero)
- 11) Parallele (esercizio libero)
- 12) Sbarra (esercizio libero)

Ore 18 — Stadio Olimpico

Le quattro squadre, che avranno ottenuto il maggiore punteggio nei primi due giorni, eseguiranno gli stessi esercizi che figurano nel programma del mattino e nello stesso ordine. Inizierà la squadra classificata al quarto posto e terminerà la squadra che si trova in testa alla classifica.

DISPOSIZIONI GENERALI

Concorsi per squadre individuali

La squadra di ciascuna delle nazioni concorrenti si troverà sotto la direzione di un Direttore fuori rango per tutta la durata delle prove. Le attribuzioni del direttore sono limitate a condurre la squadra davanti alla giuria e da una prova all'altra. Prima dell'esecuzione degli esercizi egli deve controllare se gli attrezzi sono regolarmente piazzati e se sono in buono stato; durante l'esecuzione egli deve tenersi vicino all'attrezzo per prevenire eventuali incidenti, ma non potrà aiutare il ginnasta durante l'esecuzione degli esercizi. Il suo nome e la sua carica sono indicati nella lista nominativa dei ginnasti formanti la squadra. Il suo lavoro non è classificato. Egli è l'intermediario fra la giuria e la squadra.

L'ordine di esecuzione degli esercizi durante i primi due giorni sarà stabilito mediante sorteggio, che si svolgerà come segue:

I biglietti portanti ciascuno il nome di una nazione partecipante, saranno mescolati in un'urna. Una sola persona non interessata estrarrà separatamente un biglietto per volta. L'ordine nel quale i biglietti saranno estratti dall'urna stabilisce l'ordine di esecuzione.

Le squadre arrivano e partono in formazione. Tutti i giurati delle prove e le squadre partecipanti al

concorso dovranno trovarsi in tempo sul terreno ai posti loro assegnati.

Gli esercizi obbligatori alla sbarra ed alle parallele potranno essere invertiti totalmente o soltanto in parte. Gli esercizi al cavallo con maniglie e gli esercizi obbligatori a corpo libero possono essere anche invertiti, ma solo totalmente.

Agli attrezzi (ad eccezione dei volteggi al cavallo) ogni ginnasta potrà ripetere un esercizio obbligatorio, che ritenga di aver sbagliato o mancato purché ne dia subito comunicazione alla giuria, solamente in questo caso la seconda esecuzione avrà valore e deve essere eseguita prima che la squadra passi ad un altro attrezzo. L'esercizio obbligatorio a corpo libero non potrà essere ripetuto. Nei volteggi al cavallo, sia obbligatorio che liberi il ginnasta ha diritto di svolgere due esecuzioni, di cui la migliore ha valore. Gli esercizi liberi (ad eccezione dei volteggi al cavallo) non si possono ripetere.

Il giudizio è definitivo dopo ogni esercizio.

Ogni ginnasta che fa parte di una squadra deve eseguire un esercizio libero differente da quello dei propri compagni di squadra.

I ginnasti troppo piccoli, che non possono arrivare da soli alla sbarra o agli anelli mediante un salto, possono essere sollevati dal direttore della squadra. I movimenti di entrata alle parallele possono farsi con l'aiuto di una pedana di 10 cm. di altezza.

Il ginnasta che abbandona la sua squadra senza autorizzazione della giuria non potrà rientrare in squadra.

Durante gli esercizi i ginnasti non potranno sostituire i loro compagni. I ginnasti dovranno tener conto delle osservazioni della giuria.

Ogni indisposizione ed ogni incidente dovrà essere immediatamente segnalato dal direttore e constatato dal medico di servizio.

L'interruzione del Concorso non potrà durare più di mezz'ora.

Il costume di lavoro deve essere uniforme per tutti i ginnasti di una squadra; i componenti di una stessa squadra dovranno portare un segno distintivo comune. Tale costume non potrà essere modificato durante il lavoro.

Tutti i reclami dovranno essere presentati non appena prodottosi la causa che li ha originati. Al reclamo si darà corso secondo le norme generali dei Giochi Olimpici.

Giuria

La Giuria è costituita a cura della Commissione Tecnica della Federazione Internazionale di Ginnastica.

Ogni nazione che parteciperà effettivamente ai concorsi di ginnastica, dovrà designare da 2 a 4 esperti per adempire alle funzioni di membri della giuria. I loro nomi e relativi titoli, unitamente al loro indirizzo dovranno essere pubblicati entro il 15 Giugno 1940. La lista nominativa dei membri della giuria dovrà essere inviata contemporaneamente all'iscri-

zione della squadra e cioè entro l'8 Giugno 1940. Nel caso che il numero dei giurati non fosse sufficiente, il paese organizzatore completerà i posti vacanti.

Ogni nazione è responsabile della competenza e dell'equità dei membri da esso designati per la giuria. Ogni membro della giuria deve solennemente impegnarsi a classificare solamente l'esecuzione degli esercizi senza riguardo alla persona ed alla nazione. Allo scopo di fissare un criterio di giudizio al massimo possibile uniforme e per far compiere ai membri della giuria un esperimento pratico sul sistema di classifica stabilito, il Presidente della Commissione Tecnica della Federazione Internazionale di Ginnastica convocherà i membri della giuria a due riunioni la prima delle quali sarà dedicata ai giurati degli esercizi obbligatori e la seconda a quelli degli esercizi liberi. La data e la località di queste riunioni saranno fissate ulteriormente.

I membri della giuria non hanno diritto ad alcuna diaria, né al rimborso delle spese di viaggio. La giuria d'appello sarà formata dal Presidente della Federazione Internazionale di Ginnastica, dal Presidente della Commissione Tecnica della F.I.G., dal direttore tecnico delle gare, dal capo del Segretariato nonché dal Presidente della Giuria in questione.

Classifica

La classifica ha luogo per ogni esercizio. Per ogni esercizio è addetta una giuria formata da quattro

membri oltre ad un supplente. Il Presidente ha il diritto di escludere il giurato che non classifica gli esercizi in modo perfettamente corretto, e farlo sostituire dal supplente che deve trovarsi sempre presente sul campo durante lo svolgimento delle gare. Ogni giuria è assistita da un segretario e da computisti.

I giurati classificano indipendentemente l'uno dall'altro.

Punteggio

Tutti gli esercizi sono classificati da 0 a 10 punti, con frazioni di quarti di punto da 0 a 8 e di decimi di punto da 8 a 10. Ogni giurato può assegnare fino a 10 punti.

Il più alto ed il più basso dei quattro punteggi non saranno tenuti in considerazione nel computo dei punti da assegnare al concorrente. Il risultato definitivo (classifica) si otterrà facendo la media degli altri due punteggi.

La differenza fra questi due punteggi non dovrà essere superiore a un punto da 0 a 9, e di mezzo punto da 9 a 10, purchè uno dei punteggi sia superiore o uguale a 9. Se tale caso si verificasse, il segretario addetto all'attrezzo interessato dovrà subito segnalarlo al Presidente della Giuria. Questi cercherà di mettere d'accordo i due giurati; se non potrà raggiungere tale accordo, deciderà personalmente.

*Esercizi a corpo libero, esercizi agli
attrezzi e volteggi al cavallo in lungo*

Gli esercizi obbligatori e quelli liberi saranno giudicati se possibile, da differenti giurie.

La giuria comunica ad alta voce il numero dei punti assegnati ad ogni esercizio eseguito.

Per gli esercizi a corpo libero, per ogni esercizio agli attrezzi e per i volteggi al cavallo in lungo vengono assegnati:

a) *a ciascuno esercizio obbligatorio*

- 0 punti per mancata esecuzione
- 2 punti per esecuzione difettosa
- 4 punti per esecuzione mediocre
- 6 punti per esecuzione soddisfacente
- 8 punti per esecuzione buona
- 10 punti per esecuzione perfetta.

b) *a ciascun esercizio libero*

- 2 punti per la bellezza e la combinazione dell'esercizio
- 3 punti per la difficoltà

e inoltre

- 1 punto per esecuzione soddisfacente
- 3 punti per esecuzione buona
- 5 punti per esecuzione perfetta.

Il numero massimo di punti che una squadra può ottenere è dunque il seguente:

Esercizi a corpo libero, esercizi agli attrezzi e volteggi al cavallo in lungo:

- a) esercizi obbligatori 10 punti \times 6 ginnasti = 60 punti
 b) esercizi liberi 10 punti \times 6 ginnasti = 60 punti
-
- 120 punti

In totale per gli esercizi a corpo libero, per gli esercizi agli attrezzi e per i volteggi al cavallo in lungo

$$120 \times 6 = 720 \text{ punti}$$

Il giudizio della giuria è definitivo e inappellabile. I documenti che hanno servito a stabilirlo sono rimessi, dopo la proclamazione, al Presidente del Comitato Organizzatore che pubblica i risultati.

VOLTEGGI AL CAVALLO IN LUNGO

Cavallo in lungo senza maniglie—esercizio obbligatorio

Lunghezza del cavallo m. 1,80, altezza sulla groppa m. 1,30, sul collo m. 1,35, altezza della pedana rigida cm. 10.

La distanza della pedana sarà tenuta in considerazione da ogni giurato secondo la seguente tabella:

- Distanza di m. 1,00 deduzione punti 0
- distanza di m. 0,90 deduzione punti $1\frac{1}{2}$
- distanza di m. 0,80 deduzione punti $1\frac{1}{2}$
- distanza di m. 0,70 deduzione punti $2\frac{1}{2}$

Ogni ginnasta potrà fare due volteggi spostando a suo piacimento la distanza della pedana. Non è ammesso però di diminuire la distanza dopo il primo volteggio.

I membri della giuria assegneranno un punteggio per ciascuno dei due volteggi, ma soltanto il migliore punteggio sarà valido.

Cavallo in lungo senza maniglie — esercizio libero

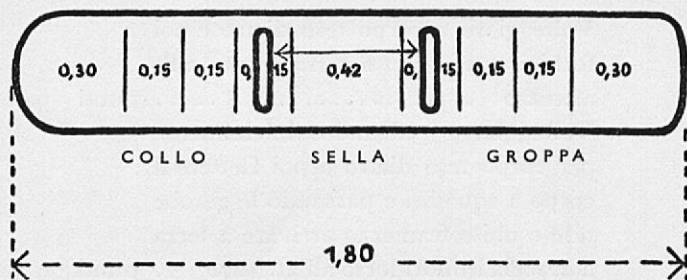
Lunghezza del cavallo m. 1,80, altezza m. 1,30, altezza della pedana rigida cm. 10. La distanza della pedana è libera.

L'assegnazione dei punti sarà basata sui seguenti fattori:

1. Il punto d'appoggio delle mani
2. la difficoltà del volteggio
3. la bellezza e la sicurezza dell'esecuzione.

Punto d'appoggio

Su ciascuna estremità del cavallo saranno segnate con due linee trasversali le zone di 30 cm. cadauna sulle quali deve avvenire l'appoggio delle mani. Inoltre saranno stabilite sul collo e sulla groppa tre zone di 15 cm. che saranno parimenti segnate con linee trasversali. L'utilizzazione di queste zone come punto d'appoggio diminuirà il punteggio del salto di un punto per zona. Il punteggio massimo potrà, quindi essere assegnato soltanto nel caso che solo la zona di 30 cm. sia stata utilizzata come punto d'appoggio.



Difficoltà

I volteggi al cavallo in lungo sono classificati in base alla difficoltà secondo la tabella seguente. Il massimo dei punti che può essere assegnato per un volteggio perfettamente eseguito è indicato a fianco di ciascun volteggio.

A. Con appoggio delle mani sul collo del cavallo (estremità lontana)

1. Saltare all'appoggio teso orizzontale di passaggio e volteggiare l'attrezzo a gambe divaricate infuori, arrivo a terra in avanti, dorso all'attrezzo .. punti 7.00
2. Volteggiare con passaggio frammezzo gambe unite e flesse avanti punti 7.50
3. Volteggiare a corpo teso, gambe flesse indietro punti 8.00
4. Volteggiare a corpo teso indietro e poi forbici arrivo a terra fianco destro o sinistro verso l'attrezzo punti 8.50

5. Volteggiare a corpo teso dietro e poi forbici con arrivo a terra fronte all'attrezzo punti 9.00
6. Volteggiare, passando inizialmente per corpo teso dietro e poi flettere il corpo a squadra e passando le gambe tese e unite framezzo arrivare a terra a braccia infuoridorso all'attrezzo .. punti 9.50
7. Volteggiare passando per la verticale ritta e poi capovolta avanti (rovesciata e arrivo a terra, dorso all'attrezzo .. punti 10.00
8. Volteggiare passando inizialmente corpo teso indietro poi ad arco con gambe tese e unite. Arrivo a terra dorso verso il collo dell'attrezzo (planche) punti 10.00

B. Con appoggio delle mani sulla sella (Centro)

1. Volteggiare dorsalmente da sinistra a destra (o da destra a sinistra) punti 7.00
2. Volteggiare passando per la verticale ritta con un quarto di di rotazione a destra (o a sinistra) in perno sul braccio destro (o sinistro) posando la mano sinistra (o destra) in avanti sul collo e rovesciata laterale a sinistra (o a destra) con arrivo a terra davanti al collo fianco sinistro (o destro) verso l'attrezzo punti 9.00

3. Volteggiare passando per la verticale ritta con un quarto di giro (durante il volo) a sinistra o a destra (verticale parallela all'asse di lunghezza del cavallo) e rovesciata laterale con arrivo a terra davanti al collo fianco verso l'attrezzo punti 10.00

C. *Con appoggio delle mani sulla groppa (estremità vicina)*

1. Volteggiare con corpo eretto, gambe divaricate braccia infuori punti 8.50
2. Volteggiare con gambe unite e flessie avanti punti 8.50
3. Volteggiare con forbici a gambe tese e con un quarto di giro a sinistra o a destra punti 9.00
4. Volteggiare con forbici a gambe tese mezzo giro e arrivo a terra con fronte verso il collo e braccia infuori punti 9.50
5. Volteggiare corpo teso gambe unite e flessie indietro braccia infuori punti 10.00
6. Volteggiare corpo teso gambe unite e tese avanti punti 10.00
7. Volteggiare con forbici a gambe tese e mezzo giro iniziale e compiendo un altro mezzo giro terminale per arrivare a terra dorso verso il collo dell'attrezzo, braccia infuori punti 10.00

Bellezza e sicurezza

La bellezza e la sicurezza sono i più alti requisiti di una esecuzione perfetta. Un arrivo a terra ben equilibrato procura uno speciale vantaggio.

La valutazione generale del volteggio ha inizio dal primo passo della rincorsa. Il cambiamento del passo durante la rincorsa costituisce un fallo.

Attrezzi

Ogni squadra è autorizzata a servirsi dei propri attrezzi durante le gare purché essi rispondano alle prescrizioni della Federazione Internazionale di Ginnastica. Detti attrezzi saranno trasportati e installati a rischio e pericolo e a spese della rispettiva nazione e saranno messi a disposizione delle squadre che desidereranno servirsene.

GIOCHI

OLIMPICI DEL 1940 AD HELSINKI, FINLANDIA ESERCIZI OBBLIGATORI

1. *Sbarra* — Esercizio obbligatorio.

Dimensioni: Sbarra in acciaio, diametro mm. 28—30;
altezza m. 2,40,

Posizione iniziale: di fronte un po' indietro dalla sbarra. (1) Saltare alla sospensione a braccia flesse, impugnatura palmare, (pollici infuori) piccolo preslancio avanti, indietro, indi grande slancio avanti (2) indietro e passando per l'appoggio frontale (senza toccare la sbarra) slanciare le gambe tese e unite sopra sbarra a sinistra, sotto mano sinistra (3), riprendere l'impugnatura sinistra portandosi avanti alla sospensione dorsale tesa (4) oscillare indietro e con mezzo giro a destra, lasciando l'impugnatura sinistra, avvicinare la punta dei piedi alla sbarra e con impugnatura dorsale (5), sbalzappoggio, compiere un giro d'appoggio avanti (6), slanciarsi indietro alla verticale a braccia ritte di passaggio, e con mezzo giro a sinistra in perno sul braccio destro risultare in verticale a braccia ritte con impugnatura palmare (7—8), gran volta avanti (un giro e tre quarti) al secondo giro, con salto di mano, riprendere l'impugnatura dorsale all'appoggio frontale, corpo elevato all'orizzontale (9), abbassando le gambe slanciarsi

per avantalto sotto sbarra (10a), compiere mezzo giro a sinistra spostando la mano destra all'impugnatura dorsale (la sinistra risulta palmare) (10b), e con forte slancio avanti (10c) salire alla verticale a braccia ritte di passaggio cambiando la mano sinistra all'impugnatura dorsale (11), gran volta indietro, e subito divaricando le gambe, posare i piedi sulla sbarra (12), rotazione indietro in tale atteggiamento, distendersi ancora alla verticale a braccia ritte spostando nello stesso tempo la mano destra in croce sulla sinistra (13) con mezzo giro a destra, cambiando la mano sinistra all'impugnatura palmare (14), gran volta avanti (tre quarti di giro) e passando per l'appoggio frontale, senza toccare la sbarra (15), superare la sbarra in atteggiamento divaricato e saltare avanti a terra (staccata). Dorso alla sbarra gambe semipiegate, braccia infuori (16). In prima.

L'esercizio va eseguito con continuità, senza fermate, e può essere invertito totalmente o in parte.

2. *Sbarra* — Esercizio libero.

3. *Parallele* — Esercizio obbligatorio.

Dimensioni: altezza m. 1,60; lunghezza da m. 3,30 a 3,50;
distanza fra gli staggi da cm. 42 a cm. 46 —
staggi di forma ovale.

Posizione iniziale: esternamente di fronte agli staggi,
impugnatura mista (mano sinistra palmare).

Saltare all'appoggio ritto di passaggio, slanciando le
gambe unite e tese a destra sopra gli staggi e con

$\frac{1}{4}$ di giro a sinistra, in perno sul braccio sinistro portarsi all'appoggio ritto frammezzo, gambe a squadra (1) — mantenendo le braccia ritte e le gambe tese a squadra elevarsi alla verticale (2) — Abbassare velocemente le gambe indietro slanciarsi per avanti-alto e abbandonando le impugnature compiere una capovolta — volo a corpo teso (salto mortale) e cadere in appoggio sulle ascelle (3), nel conseguente slancio avanti, con forte colpo di petto e con mzezo giro a sinistra (dietro fronte) salire all'appoggio ritto frammezzo (4), mantenere le braccia ritte e slanciando le gambe avanti cadere indietro (con le spalle) all'appoggio brachiale a tutta squadra equilibrata (5) slanciappoggio indietro, staccata avanti (6), con arrivo all'appoggio a braccia piegate (7) e con forte slancio indietro salire alla verticale a braccia ritte, (8) — abbassare le gambe indietro, cadere indietro alla sospensione a tutta squadra (9) e con forte estensione del corpo, abbandonando le impugnature, con capovolta indietro, arrivare all'appoggio sulle ascelle (controkippe) (10), nel conseguente slancio avanti, con forte colpo di petto salire all'appoggio ritto frammezzo (11) slancio indietro e salire alla verticale a braccia ritte di passaggio e con perno sul braccio destro mantenendo il corpo verticale, compiere $\frac{1}{2}$ giro a destra e con il corpo ad arco saltare a terra, gambe semipiegate mano destra impugna lo staggio, braccio sinistro infuori (12). In prima (13).

La lineeta indica (—) indica fermata.

L'esercizio può essere invertito totalmente o in parte.

4. *Parallele* — Esercizio libero.
5. *Anelli* — Esercizio obbligatorio

Dimensioni: Altezza del castello m. 5,50; altezza da terra degli anelli m. 2,40—2,50; diametro interno degli anelli cm. 18; diametro della impugnatura m. 28; anelli di legno. Gli anelli possono essere fissati a cinghie di cuoio mobili applicate nella parte inferiore delle corde.

Posizione iniziale: sospensione tesa; impugnatura normale o carpeà (facoltativa).

Elevarsi a corpo teso alla verticale in sospensione (1), flettere il corpo alla sospensione a tutta squadra equilibrata e di seguito con forte estensione del corpo salire alla verticale a braccia ritte (2) — Abbassare lentamente le gambe indietro a corpo teso, passare all'orizzontale in appoggio (3) piegare le braccia e lentamente con capovolta indietro ritornare all'appoggio a braccia piegate e stendendo le braccia infuori, fermarsi all'appoggio in croce — (da 1 a 2 secondi) (4) — Flettere le braccia e discendere indietro alla sospensione frontale orizzontale di passaggio (5), slanciarsi indietro, voltabraccia dietro, arrivando alla sospensione a tutta squadra (6), stendersi per avanti-alto e con slancio indietro salire all'appoggio a braccia ritte (slanciappoggio) (7), oscillare le gambe avanti e mantenendosi in appoggio, con slancio indietro salire alla verticale a braccia ritte (8) — Piegare le braccia e discendere verticalmente e lentamente, a corpo teso,

alla verticale in sospensione (9) flettere il corpo alla sospensione a tutta squadra equilibrata stendersi subito avanti (10) slancio indietro, voltabraccia dietro e nell'arrivare alla sospensione a tutta squadra divaricare le gambe e, abbandonando gli anelli, (staccata avanti) saltare a terra, gambe semipiegate, braccia infuori (11). In prima. (12)

La lineetta (—) indica fermata.

6. *Anelli* — Esercizio libero

7. *Cavallo con maniglie* — Esercizio Obbligatorio

Dimensioni — lunghezza m. 1,80 — larghezza c/m 35—37; distanza fra le maniglie c/m 42; altezza delle maniglie dal suolo m. 1,20 e c/m 12 dalla groppa. Le maniglie sono di legno, con la parte superiore orizzontale per una lunghezza di 8—9 cm.

Posizione iniziale — di fronte a sinistra, mano sinistra sul collo. mano destra impugna maniglia di sinistra (1)

Con impulso da terra sottentrare gambe unite a sinistra (2) sottuscirle a destra (3) e con un quarto di giro a destra, spostando la mano destra sul collo, traslocazione trasversale sul collo in appoggio sulle due mani (4), con altro quarto di giro a destra in perno sul braccio destro, sottentrare gambe unite, a sinistra sopra la maniglia sinistra, spostando la mano sinistra sulla maniglia sinistra (iniziale), appog-

gio frontale (fronte inverso) (5) sottuscire gambe unite a destra (6), spostare la mano destra sulla maniglia sinistra e la mano sinistra sulla maniglia destra, (iniziale) sottentrando gambe unite a sinistra, appoggio dorsale (fronte inverso) (7) sottuscire gamba sinistra a destra (incrociata) (8), oscillare la gamba sinistra trasversalmente sopra la groppa e infuori della maniglia sinistra (9) e con un quarto di giro a destra, sottuscire la gamba destra a destra, spostando la mano destra sulla maniglia destra (iniziale) appoggio delle due mani con impugnatura palmare all'appoggio trasversale (10) un quarto di giro a destra e passando la gamba destra sopra la groppa (11) sottentrare gambe unite a sinistra, spostando la mano sinistra sulla maniglia sinistra, appoggio dorsale (fronte iniziale) (12) sottuscire gambe unite a destra (13) sottentrarle a sinistra (14) sottuscirle a destra (15) sottentrare gamba sinistra a sinistra (16) incrociare le gambe a destra sopra la maniglia (forbice frontale a destra) (17) incrociarle ancora a sinistra sopra la maniglia (forbice frontale a sinistra) (18) sottentrare gamba destra a destra, appoggio dorsale (fronte iniziale) (19) sottuscire gambe unite a sinistra (20) sottentrarle a destra (21) sottuscirle a sinistra (22) sottentrare gamba sinistra a destra (incrociata) (23) incrociare le gambe a sinistra sopra la maniglia (forbice dorsale a sinistra) (24) sottuscire gamba destra a destra (25) sottentrare gambe unite a sinistra (26) sottuscirle a destra (27) sottentrarle a sinistra (28) sottuscirle a destra (29) sottentrarle a

sinistra e con mezzo giro in perno sul braccio destro, spostare la mano sinistra sulla groppa, appoggio dorsale in groppa, (fronte inverso) (30) sottuscire gambe unite a destra (31) sottentrarle a sinistra e con mezzo giro a destra in perno sul braccio destro, spostando la mano sinistra sulla maniglia sinistra, appoggio dorsale in centro (32) sottuscire gambe unite a destra (33) e con un quarto di giro a destra saltare a terra corpo ad arco, fianco sinistro all'attrezzo, gambe semipiegate braccia infuori (34) In prima.

L'esercizio deve essere eseguito con continuita', senza fermate e puo' essere invertito solo totalmente.

8. *Cavallo con maniglie* — Esercizio libero.
9. *Esercizio a corpo libero* — Esercizio obbligatorio.

Esecuzione continua fluida e senza scatti.

La lineetta (—) indica fermata. (Posizioni ben segnate e ferme) Posizione iniziale: In prima (1)

1. Due passi avanti di corsa (sinistro, destro) pre-salto avanti, battuta a piè pari e salto in alto slanciando le gambe divaricate avanti a squadra e portando avanti le braccia, toccare i piedi con le mani (2).
2. abbassando e riunendo le gambe arrivare a terra e subito saltare avanti alla verticale a braccia ritte di passaggio (3),
3. con vivacità abbassare le gambe ancora indietro e arrivare a terra, gambe semipiegate braccia

indietro (4); e di scatto salto in alto sul posto corpo ad arco braccia in alto, palme avanti (5), e con circonduzione delle braccia per dietro-basso arrivo e con circonduzione delle braccia per dietro-basso arrivo a terra a gambe semiepiegate braccia avanti, palme indentro (6), un giro e un quarto di circonduzione (ossia durante il salto in alto slanciare le braccia per avanti in alto e durante l'arrivo a terra portarle, per dietro basso, avanti),

4. rizzare le gambe e abbassando le braccia, portarle per infuori, in alto (palme indentro) le dita si toccano (7),
5. affondo sinistro infuori (busto inclinato in linea con la gamba destra tesa) braccia infuori palme in basso, sguardo a destra (8);
6. e posando la mano destra a terra ruotare a destra di fianco alla verticale di passaggio (ruota) (9), per arrivare alla posizione orizzontale di fianco sulla gamba destra, braccio sinistro in alto in prolungamento del corpo, braccio destro teso, in basso, mano destra a contatto della gamba destra (10), —
7. abbassare il braccio sinistro di fianco posando la mano sulla coscia sinistra e portare il braccio destro in alto, palma in alto (11), —
8. un quarto di giro a destra risultando all'orizzontale frontale (di passaggio) in appoggio sulla gamba destra, braccia infuori palme in basso (12), per la via più breve,

9. raddrizzando il busto slanciare la gamba sinistra avanti e compiere (sugli antipiedi) mezzo giro a destra slanciando le braccia per basso avanti in alto (13) posare la gamba sinistra piegata indietro a doppia distanza flettendo il busto avanti e abbassando le braccia slanciarle per dietroalto (14)
10. rizzare la gamba sinistra e sollevarla indietro raddrizzando il busto e slanciando le braccia per avanti in alto palme avanti (atteggiamento ad arco (15 a), affondo sinistro avanti flettendo il busto indietro (sguardo in alto) (15 b), (la gamba destra è leggermente piegata),
11. piegare la gamba destra posando la gamba sinistra tesa indietro sulla punta del piede e abbassando le braccia per avanti mani a terra; (busto inclinato in linea con la gamba tesa) (16),
12. raddrizzare il busto rizzando la gamba destra, due piccoli e rapidi passi avanti (sinistro e destro) e saltellare una volta sul piede destro slanciando la gamba sinistra avanti e le braccia per avanti oblique in alto (17),
13. posare la gamba sinistra avanti e con appoggio delle mani a terra capovolgersi avanti ad arco, (rovesciata) (18), arrivando a terra gambe semipiegate (19),
14. con saltello sul posto fermarsi all'orizzontale frontale in appoggio sulla gamba sinistra braccia infuori palme in basso (20) —
15. slanciare il braccio sinistro in alto e il destro

- indietro aderente alla gamba destra (palme indietro) —
16. raddrizzare il busto slanciando la gamba destra avanti e portando il braccio destro per avanti in alto (21) e
 17. saltare sul posto con mezzo giro a sinistra e slanciando la gamba sinistra avanti (gambe tese e unite durante il volo) cadere in verticale a braccia ritte (di passaggio) (22).
 18. piegare le braccia, flettere il busto avanti e posando la nuca a terra con capovolta avanti sul dorso arrivare seduti, braccia per fuori in alto (23 a), flettere elasticamente il busto avanti braccia avanti basso, mani sui piedi (23 b);
 19. capovolgersi indietro sul dorso e con appoggio delle mani a terra (24) salire alla verticale a braccia ritte di passaggio (25),
 20. flettendo il corpo a squadra, divaricare la gambe infuori (26), e abbassarle indietro fino a posare i piedi a terra, le mani restano ferme.
 21. rovesciarsi indietro sulle scapole e riunendo le gambe abbassarle verso la testa (ginocchi vicino al viso, mani appoggiate sulle cosce) (27),
 22. balzare avanti a tutt'arco per giungere alla posizione di busto eretto, gambe semipiegate; braccia avanti (28),
 23. rizzare le gambe portando le braccia in alto, palme indietro (29) e affondo sinistro avanti, ruotando il busto a sinistra e flettendolo indietro, e portando le braccia infuori, palme in basso (30),

24. un quarto di giro a sinistra e spostando la gamba sinistra infuori a sinistra, affondo sinistro infuori e flettendo il busto a destra portare le braccia in alto, palme indentro, (le mani si toccano) (31),
25. raddrizzare il busto abbassando le braccia infuori busto inclinato in linea della gamba destra tesa (32),
26. un quarto di giro a destra, in prima (la gamba sinistra resta ferma) (33),
27. flettere il busto avanti portando le braccia indietro-alto (34),
28. piegare e rizzare leggermente le gambe (movimento elastico) raddrizzando il busto e portando le braccia per avanti in alto (35),
29. affondo destro avanti, rizzare e piegare la gamba destra con circonduzioni delle braccia, (destro indietro e sinistro avanti) (36),
30. mezzo giro a sinistra, piegare e rizzare la gamba sinistra con circonduzioni delle braccia come sopra, destro indietro e sinistro avanti (37) alla fine delle circonduzioni riunire il piede sinistro indietro, braccia in alto (38),
31. circonduzione indietro delle braccia e di scatto con capovolta indietro ad arco saltare in appoggio sulle mani alla verticale di passaggio per arrivare a gambe semipiegate braccia indietro (flic-flac) (39),
32. di scatto saltare in alto sul posto, in atteggiamento ad arco slanciare le braccia per avanti in alto e con un quarto di giro a destra arrivare

a terra, gambe semipiegate, braccia infuori palme
in basso, rizzare le gambe in prima (fronte avanti)
(40—41—42),

L'esercizio può essere invertito solo totalmente.

10. *Esercizio a corpo libero* — Esercizio libero.

La superficie posta a disposizione è stata di metri
8×8. La durata dell'esecuzione è limitata fra un
minuto (minimo) e due minuti (massimo).

11. *Salto-volteggio al cavallo in lungo*
(Obbligatorio)

Lunghezza del cavallo m. 1,80 = Pedana rigida di
cm. 10.

Altezza della groppa (estremità vicina) m. 1,30

Altezza del collo (estremità lontana) m. 1,35

Queste due altezze sono misurate sulla linea verticale
che passa fra le gambe.

Zona di posa delle mani sul collo (estremità lontana):
50 cm. misurati dalla linea verticale che passa all'-
estremità del collo.

Penalizzazione per la posa delle mani:

a) posando qualsiasi parte delle mani sulla linea
di demarcazione della zona di appoggio dedu-
zione di punti 1

b) se le mani vengono posate completamente indietro
di tale linea deduzione di punti 2

Distanza della pedana misurata dalla linea verticale
che passa all'estremità della groppa.

Distanza di m. 1	=	punti 10
„ „ m. 0,90	=	„ 9,50
„ „ m. 0,80	=	„ 8,50
„ „ m. 0,70	=	„ 7,50

Descrizione del volteggio obbligatorio: con posa delle mani sul collo (estremità lontana); saltare a corpo teso e nel posare le mani sul collo, flettere il corpo a squadra (carpa) e passare a gambe unite e tese sopra il collo per arrivare a terra dorso all'estremità, gambe semipiegate, braccia infuori. In prima.

Il volteggio può essere eseguito due volte, sia mantenendo la pedana alla stessa distanza sia allontanandola per il secondo salto.

I volteggi vengono tutti e die classificati; vale la migliore classifica.

12. *Salto-volteggio al cavallo in lungo* —
Esercizio libero.

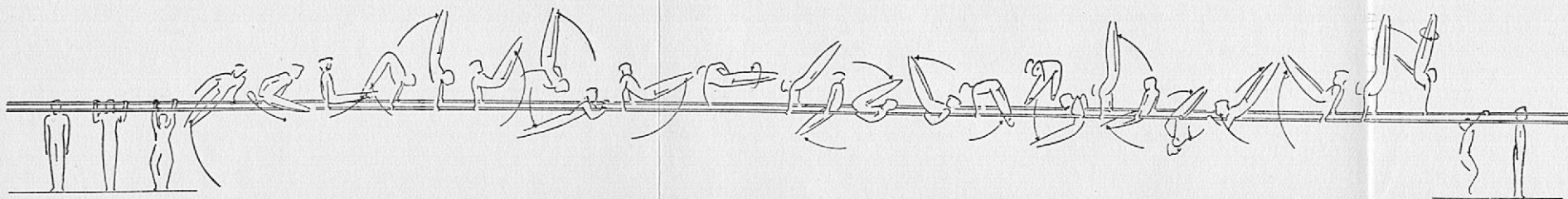
OSSERVAZIONI

ESERCIZI OBBLIGATORI

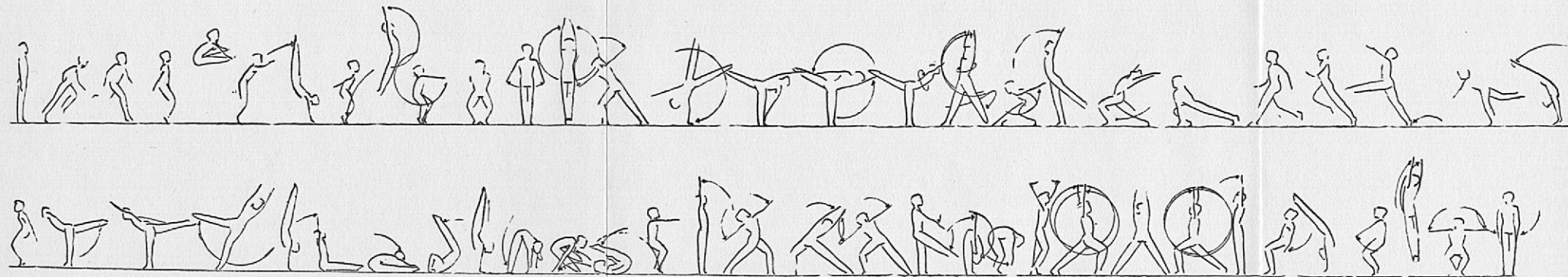
Sbarra



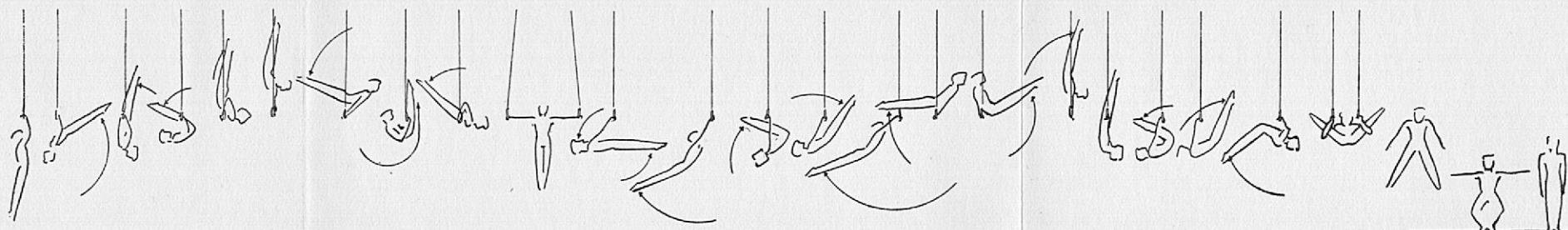
Parallele



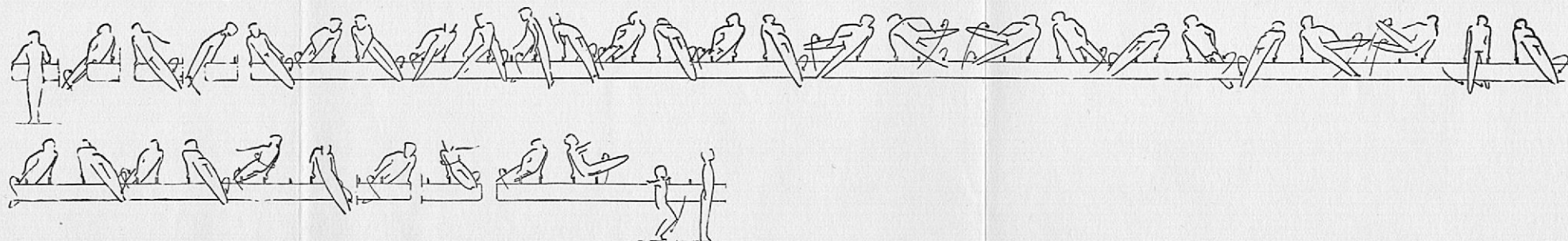
Esercizio a corpo libero



Anelli



Cavallo con maniglie



Volteggio al cavallo in lungo



