

NORMATIVA TÉCNICA DE GIMNASIA RÍTMICA

2017/2018

Categorías:

- Prebenjamín: Nacidas en los años 2012 (solo conjunto y gran grupo) 2011 -20 10
- Benjamín: nacidas en los años 2009 - 2008
- Alevín: nacidas en los años 2007 -20 06
- Infantil: nacidas en los años 2005 - 2004
- Cadete: nacidas en los años 2003 a 1998

Se permite subir a las gimnastas a una categoría superior a las suya (Presentando un papel firmado por sus padres/tutores de consentimiento). Siempre y cuando se encuentren en el último año de la categoría que en realidad les corresponde.

Fases de competición:

- Local
- Provincial (Según la delegación)
- Autonómica: Para todas las categorías.

Sistema de competición:

- Categoría Prebenjamín: Individual, conjuntos y gran grupo
- Categoría Benjamín: Individual, tríos, conjuntos y gran grupo
- Categoría Alevín: Individual, tríos, conjuntos y gran grupo
- Categoría Infantil: Individual, tríos, conjuntos y gran grupo
- Categoría Cadete: Individual, tríos, conjunto y gran grupo

Modalidades:

- Individual: Una sola gimnasta realiza el ejercicio.
- Tríos: Tres gimnastas realizan el ejercicio.
- Conjuntos: 5 o 6 gimnastas realizarán el ejercicio.
- Grupo/Gran grupo: 7 a 9 (No clasifican para el Campeonato Provincial) y de 10 a 20 gimnastas.

Vestimenta:

Todas las gimnastas deberán utilizar maillot con ó sin medias, y deberán utilizar punteras ó en su defecto descalzas (vestimenta propia de esta modalidad). También estará permitido el uso de maillots con faldas (Ver código FIG)

En los tríos, conjuntos y gran grupo las gimnastas deberán ir vestidas idénticamente.

No se permiten accesorios en los maillots que sobresalgan claramente del maillot (pajaritas, corbatas, capas...).

En el caso de conjuntos o grandes grupos mixtos podrá existir una pequeña diferencia entre el maillot usado por las niñas y los niños (las niñas ir con falda y el niño con mono) pero manteniendo diseño y colorido del maillot.

Música:

En todas las modalidades se deberá respetar las normas de la música del código F.I.G. (sin ser música cantada), excepto en los grandes grupos que se podrá utilizar música con palabras (cantada).

Normativa:

Se seguirá el código de puntuación de la F.I.G. edición del 2017-2020, en cuanto a aspectos generales, con las modificaciones, restricciones y adaptaciones que se detallan a continuación

APARATOS, Y TIEMPOS DE LOS EJERCICIOS

CATEGORÍA	MODALIDAD	APARATO	MEDIDAS	TIEMPO	MUSICA
PREBENJAMÍN	Individual	Manos Libres		1:00 a 1:15	No cantada
	Conjuntos	Manos Libres		1:45 a 2:00	No cantada
	Gran Grupo	Manos Libres		1:45 a 2:00	Podrá ser cantada
BENJAMÍN	Individual	Manos Libres		1:00 a 1:15	No cantada
	Trios	3 pelotas	15 cm. Mínimo de diametro	1:45 a 2:00	No cantada
	Conjuntos	5 o 6 pelotas	15 cm. mínimo de diametro	1:45 a 2:00	No cantada
	Gran Grupo	Aparato Original		1:45 a 2:00	Podrá ser cantada
ALEVÍN	Individual	Pelota		1:15 a 1:30	No cantada
	Trios	1 pelota y 2 aros	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Conjuntos	3 aros / 2 o 3 pelotas	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Gran Grupo	Aparato Original		1:45 a 2:00	Podrá ser cantada
INFANTIL	Individual	Aro	Normativa FIG Junior	1:15 a 1:30	No cantada
	Trios	2 cuerdas / 1 aro	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Conjuntos	5 pares de Mazas	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Gran Grupo	Aparato Original		2:00 a 2:15	Podrá ser cantada
CADETE	Individual	Mazas	Normativa FIG Junior	1:15 a 1:30	No cantada
	Trios	2 aros / 1 cinta	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Conjuntos	3 aros / 2 o 3 cintas	Normativa FIG Junior	1:45 a 2:00	No cantada
	Gran Grupo	Aparato Original		2:00 a 2:15	Podrá ser cantada

PREBENJAMÍN INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,00 a 1,15.

Programa técnico: Manos libres.

DIFICULTAD (D) PREBENJAMÍN INDIVIDUAL:

Dificultad Manos Libres	
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 4	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 4: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado únicamente por el Sub-grupo D1

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

PREBENJAMÍN CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 5 o 6

Programa técnico: Manos libres.

DIFICULTAD (D) PREBENJAMÍN CONJUNTOS:

Dificultad 6,00 puntos máximo - Manos Libres		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 4	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin rotación del cuerpo Min. 6 (0.10 – 0.30)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 4: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

PREBENJAMÍN GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00

Gimnastas: 10 o más (hasta un máximo de 20)

Programa técnico: Manos libres.

Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) PREBENJAMÍN GRAN GRUPO:

Dificultad		
6.00 puntos máximo - Manos Libres		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 4	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin rotación del cuerpo Min. 6

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 4: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

BENJAMÍN INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,00 a 1,15.

Programa técnico: Manos libres.

DIFICULTAD (D) PREBENJAMÍN INDIVIDUAL:

Dificultad Manos Libres	
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado únicamente por el Sub-grupo D1

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

BENJAMÍN CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 5 o 6

Programa técnico: 5 o 6 pelotas

DIFICULTAD (D) BENJAMÍN CONJUNTOS:

Dificultad				
6.00 puntos máximo - 5 o 6 Pelotas				
DIFICULTAD		Combinación Pasos Danza	Elementos dinámicos con rotación	Elementos de Colaboración con o sin rotación
D. Corporal	D. Con Intercambio			
Min. y Max. 3	Min. y Max. 3	Valor 0.30		

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 4 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

BENJAMÍN GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00

Gimnastas: 10 o más (hasta un máximo de 20)

Programa técnico: Aparato Original.

Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) BENJAMÍN GRAN GRUPO:

Dificultad 6.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato Min. 6 (0.10 – 0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

ALEVÍN INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Pelota

DIFICULTAD (D) ALEVÍN INDIVIDUAL:

Dificultad 6.00 puntos máximo - Pelota			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	Elementos dínamicos con rotación Max. 1	Dificultades de Aparato Max. 6 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 - D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

ALEVÍN CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 5 o 6

Programa técnico: 3 aros (70 cm. Mínimo) / 2 o 3 pelotas

DIFICULTAD (D) ALEVÍN CONJUNTOS:

Dificultad				
6.00 puntos máximo - 3 Aros / 2 o 3 Pelotas				
DIFICULTAD		Combinación Pasos Danza	Elementos dinámicos con rotación	Elementos de Colaboración con o sin rotación
D. Corporal	D. Con Intercambio			
Min. y Max. 3	Min. y Max. 3	Valor 0.30	Max. 1	Min. 4

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 4 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ALEVÍN GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00

Gimnastas: 10 o más (hasta un máximo de 20)

Programa técnico: Aparato Original.

Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) ALEVÍN GRAN GRUPO:

Dificultad 6.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato Min. 6 (0.10 – 0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

INFANTIL INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Aro

DIFICULTAD (D) INFANTIL INDIVIDUAL:

Dificultad 6.00 puntos máximo - Aro			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	Elementos dinámicos con rotación Max. 1	Dificultades de Aparato Max. 6 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 - D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

INFANTIL CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 5 o 6

Programa técnico: 5 pares Mazas

DIFICULTAD (D) INFANTIL CONJUNTOS:

Dificultad				
6.00 puntos máximo – 5 Pares Mazas				
DIFICULTAD		Combinación Pasos Danza	Elementos dinámicos con rotación	Elementos de Colaboración con o sin rotación
D. Corporal	D. Con Intercambio			
Min. y Max. 3	Min. y Max. 3	Valor 0.30		

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 4 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

INFANTIL GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 2,00 a 2,15

Gimnastas: 10 o más (hasta un máximo de 20)

Programa técnico: Aparato Original.

Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) INFANTIL GRAN GRUPO:

Dificultad 6.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato Min. 6 (0.10 – 0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento)

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

CADETE INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Mazas

DIFICULTAD (D) CADETE INDIVIDUAL:

Dificultad 6.00 puntos máximo - Mazas			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	Elementos dinámicos con rotación Max. 1	Dificultades de Aparato Max. 6 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 - D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

CADETE CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 5 o 6

Programa técnico: 3 aros (70 cm. Mínimo) – 2 o 3 Cintas

DIFICULTAD (D) CADETE CONJUNTOS:

Dificultad				
6.00 puntos máximo - 3 Aros – 2 o 3 Cintas				
DIFICULTAD		Combinación Pasos Danza	Elementos dinámicos con rotación	Elementos de Colaboración con o sin rotación
D. Corporal	D. Con Intercambio			
Min. y Max. 3	Min. y Max. 3	Valor 0.30	Max. 1	Min. 4
Valor máximo 0.50 *	Valor máximo 0.50			

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 4 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

CADETE GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 2,00 a 2,15

Gimnastas: 10 o más (hasta un máximo de 20)

Programa técnico: Aparato Original.

Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) CADETE GRAN GRUPO:

Dificultad 6.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	Combinación Pasos Danza Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato Min. 6 (0.10 – 0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Más de 2 dificultades de algún grupo corporal (solo contarán las que entren en la norma)
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos)..

TRIOS (BENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL Y CADETE)

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.

Gimnastas: 3

Programa técnico: VER SEGÚN CATEGORÍAS

DIFICULTAD (D) TRIOS:

Dificultad				
6.00 puntos máximo - 5 o 6 Aros				
DIFICULTAD		Combinación Pasos Danza	Elementos dinámicos con rotación	Elementos de Colaboración con o sin rotación
D. Corporal	D. Con Intercambio			
Min. y Max. 3	Min. y Max. 3	Valor 0.30		

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 4 elementos de colaboración. 3 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

0.30	
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad "prohibida" ejecutada (No se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 4 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo D1 – D2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Código F.I.G. 2017). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ACLARACIONES

COLABORACIÓN SIN APARATO (EJERCICIO DE M.L.):

Aquella acción en la que el éxito depende de todas las gimnastas (todas las gimnastas tienen que participar en la acción, bien a la vez, o bien por subgrupos).

EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN EN MANOS LIBRES SERÁ DE 0,10 CUANDO NO EXISTA INVERSIÓN

EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN EN MANOS LIBRES CON INVERSIÓN (POR ENCIMA, POR DEBAJO O A TRAVES) SERA DE 0,30. NO SE PODRÁ REALIZAR ESTA COLABORACIÓN EN SUBGRUPOS (En caso de realizarse en subgrupos aunque haya inversión el valor final será de 0,10)

Entre una colaboración y otra se deberá cambiar de formación.

Nota: Hay un máximo de 3.00 por Colaboraciones, pero se puede llevar más de 3.00 puntos.

GRANDES GRUPOS - Valoración de los ejercicios

Elección del aparato

Categoría Prebenjamín: Manos Libres (sin aparato)

Resto de las categorías:

Se podrá utilizar un aparato de rítmica de los conocidos, pero también se podrá utilizar uno o varios aparatos originales a elección de la entrenadora, siempre y cuando el aparato no ofrezca ningún riesgo para las gimnastas que lo utilizan.

Deberá ser posible utilizar el aparato para realizar algún elemento con él, no deberá ser de mero adorno.

Ejemplos de aparatos posibles:

Abanico, sombrero, paraguas, gasa...

Ejemplos de aparatos no posibles:

Silla, objeto punzante peligroso, objetos con fuego...

DIFICULTAD

Según código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Autonómica de escolares 2017-18.

Como no es posible valorar una dificultad de aparato pues no se sabe el aparato que se va a utilizar, se valorará solo las colaboraciones entre las gimnastas.

COLABORACIÓN SIN APARATO (APARATO ORIGINAL):

.- Colaboración: Aquella acción en la que el éxito depende de todas las gimnastas (todas las gimnastas tienen que participar en la acción, bien a la vez, o bien por subgrupos).

EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN SIN PERDIDA DE CONTACTO CON EL APARATO SERÁ DE 0,10

EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN CON PERDIDA DE CONTACTO CON EL APARATO (BIEN POR LANZAMIENTO, RODAMIENTO, BOTE...) SERÁ DE 0,20

Nota: Hay un máximo de 3.00 por Colaboraciones, pero se puede llevar más de 3.00 puntos.

FALTAS ARTISTICAS

Se valorará según código FIG, aplicando todas las penalizaciones posibles, en cuanto a la música, formaciones, colaboraciones, utilización del cuerpo, enlaces...

En cuanto al manejo del aparato se valorará la utilización del aparato original. Las juezes valorarán de 0 a 1 punto el manejo de aparato, dando mejor puntuación cuanto más se utilice el aparato original y de la forma más variada posible.

Ejemplo:

En un ejercicio con sombrero las gimnastas no realizan ningún movimiento con el sombrero (solo lo llevan puesto sobre la cabeza) – se les restará 1 punto en cuanto a la valoración del aparato original.

En un ejercicio con sombrero las gimnastas unicamente se ponen y se quitan el sombrero y como mucho realizan una transmisión entre las gimnastas – se les restará entre un 0,75 y un 0,25 en la utilización del aparato.

En un ejercicio con sombrero las gimnastas transmiten el sombrero de diferentes formas, lanzan el sombrero, rotan el sombrero en la mano... dejándolo estático en muy pocas ocasiones – se restará entre un 0,25 y un 0,00 según la riqueza de la utilización del aparato original.

FALTAS TÉCNICAS

Según código FIG en cuanto a la técnica corporal, formaciones...

Se penalizará 0,30 por aparato estático cada vez que el aparato original esté por más de 2 movimientos totalmente quieto.

Ejem aparato estático: Un sombrero puesto sobre la cabeza durante la preparación de un giro y durante el giro.

Ejem no estático: Durante la preparación del giro la gimnasta realiza un pequeño lanzamiento del sombrero y durante el giro se lo pone en la cabeza.