

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**CATEGORÍA BENJAMÍN: 5 Manos Libres**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2012 que se detalla a continuación:

## **1. DIFICULTAD 1**

### **1.1 GENERALIDADES**

1.1.1 Cada ejercicio de conjunto puede tener como máximo, 8 dificultades \* para un valor de **4.80** puntos.

*\*Las dificultades repartidas del siguiente modo:*

*En los ejercicios de Manos Libres los 4 grupos corporales obligatorios deben estar representados de manera equilibrada, ningún grupo puede no estar representado, mínimo una (1) dificultad de cada grupo, y máximo dos (2) de cada grupo.*

1.1.2 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) sobre la ficha oficial, la sucesión de 8 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

### **1.2 VALOR DE LAS DIFICULTADES**

1.2.1 Los valores de las dificultades que se tomarán en consideración para la Categoría. BENJAMÍN son los siguientes:

- Todas las **dificultades aisladas** de nivel: **A = 0.10 ptos; B = 0.20 ptos; C = 0.30 ptos; D = 0.40 ptos; E = 0.50 ptos; F = 0.60 ptos.**

### **1.3 NOTA DE DIFICULTAD 1**

1.3.1 La nota de Dificultad para la Cat. Benjamín será de **0.00 a 4.80** ptos.

Por ejemplo, en una composición de máximo nivel, el reparto de la nota de Dificultad es el siguiente:

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

- 8 Dificultades de nivel F (0,60) = 4.80 ptos. máximo

### **1.5 PENALIZACIONES:**

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 8 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 8 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas
2. En M. Libres: 0,30 puntos por menos de una (1) o más de dos (2) dificultades de algún grupo. Sólo las primeras dificultades ejecutadas y que entren en la norma serán evaluadas.
3. Por dificultades B o más, ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,30 puntos por ficha incorrecta.
4. Si a lo largo del ejercicio el conjunto presenta más de un <tour lento> cada tres dificultades sucesivas o más de un <tour lento> de equilibrio o de flexibilidad : 0,30 ptos por composición incorrecta.
5. Si las 5 gimnastas ejecutan simultáneamente 3 o más dificultades corporales diferentes.
6. Por cada dificultad mixta no reglamentaria: 0.30 puntos (y serán anuladas).
7. Si la suma de la dificultad corporal o el valor de una dificultad es incorrecto: 0.30.ptos.
8. Si la ficha contiene un símbolo incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

## **2. DIFICULTAD 2**

### **2.1 Ejercicio de Manos Libres:**

Cada ejercicio de Manos Libres tendrá un valor máximo de 4.00 puntos. (1pto Originalidad - 3 puntos de Colaboración)

**Las originalidades en Manos Libres (1 punto máximo)**, podrán ser bonificadas del modo siguiente, a criterio de cada juez de D2 en el momento de la competición:

1. 0.10 por cada elemento corporal original
2. 0.10 por cada enlace de movimientos original
3. 0.10 por cada colaboración sin "riesgo corporal" original
4. 0.20 por cada colaboración con "riesgo corporal" original

**Los elementos de Colaboración (3 puntos máximo)**, puede obtenerse por los siguientes elementos de manos libres con o sin "riesgo corporal":

1. Por cada elemento de colaboración sin "riesgo corporal" : C = 0.10
2. Por cada elemento con paso por encima, debajo o a través de las compañeras sin inversión:  $\diamond = 0.20$ .
3. Por cada elemento de colaboración que comporte un "riesgo corporal" para la relación entre las gimnastas del tipo siguiente:

Saltar por encima de una compañera o varias compañeras y ejecutar inmediatamente después una voltereta, inversión o vuelta picada ("tour plongé").



## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

Pasar a través de una compañera varias compañeras con un salto seguido de una/s voltereta/s, inversión o vuelta picada (“tour plongé”).



Realizar una inversión sobre una/unas compañera/s (un sólo apoyo)



Los elementos de colaboración citados anteriormente son válidos, sólo si todas las gimnastas participan en ellos, incluso con roles diferentes.

- 0.30 si solamente 1 ó 2 gimnastas ejecutan el rol más arriesgado.
- 0.40 si 3 ó más de 3 gimnastas ejecutan el rol más arriesgado.

Se podrá realizar como **máximo seis colaboraciones con riesgo corporal** (de 1.80 pts a 2.40 pts.)

**Nota 1:** Los elementos originales deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición.

### **2.2 PENALIZACIONES:**

1. Si sobre la ficha el valor de una colaboración es incorrecto 0.30 pts.

## **3. ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG.

### **3.1 NOTA DE ARTÍSTICO:**

La nota de artístico será: De 0.00 a 10.00 puntos.

## **4. EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG

### **4.1 NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de 0 a 10 puntos

**LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:**

**$(D1+D2)/2 + \text{Art} + \text{EJ} = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$**

**Ejercicio de Manos Libres =  $(4.80+4.00)/2 + 10.00 + 10.00 = 24.40$  pts.**

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**CATEGORÍA ALEVÍN: 3 pelotas/ 2 aros**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2012 que se detalla a continuación:

## **1. DIFICULTAD 1**

### **1.1 GENERALIDADES**

1.1.1 Cada ejercicio de conjunto puede tener como máximo, 8 dificultades \* para un valor de **6.40** puntos.

*\*Las dificultades repartidas del siguiente modo:*

En los ejercicios de 3 pelotas/ 2 aros deberán presentar obligatoriamente 4 dificultades de intercambio, las 4 dificultades restantes, hasta completar las 8 dificultades permitidas, a libre elección, no obstante todos los grupos corporales (salto, giro, equilibrio, flexibilidad/onda) deberán estar representados, mínimo por una dificultad corporal aislada o de intercambio.

1.1.2 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) sobre la ficha oficial, la sucesión de 8 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

### **1.2 VALOR DE LAS DIFICULTADES**

1.2.1 Los valores de las dificultades que se tomarán en consideración para la Categoría. ALEVÍN son los siguientes:

- Todas las **dificultades aisladas** de nivel: **A = 0.10 ptos; B = 0.20 ptos; C = 0.30 ptos; D = 0.40 ptos; E = 0.50 ptos ; F = 0.60; G = 0.70; H = 0.80**
- Todas las **dificultades de intercambio** (máximo 1 dificultad corporal por intercambio): **D= 0.40 ptos; E= 0.50 ptos; F= 0.60 ptos; G = 0.70 ptos; H = 0.80 ptos.**

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

### **1.3 NOTA DE DIFICULTAD 1**

La nota de Dificultad para la Cat. ALEVÍN será de **0.00 a 6.40 ptos.**

Por ejemplo, en una composición de máximo nivel, el reparto de la nota de Dificultad es el siguiente:

- 8 Dificultades de nivel H (0,80) = 6.40 ptos. máximo

### **1.4 PENALIZACIONES:**

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 8 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 8 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Si el ejercicio no contiene 4 intercambios: 0,30 puntos.
3. Si el intercambio contiene más de dos dificultades: 0.30 puntos x cada (será anulado).
4. Por cada grupo corporal no representado, al menos en una (1) dificultad: 0,30 puntos.
5. Por dificultades B o más, ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,30 puntos por ficha incorrecta.
6. Si a lo largo del ejercicio el conjunto presenta más de un <tour lento> cad tres dificultades sucesivas o más de un <tour lento> de equilibrio o de flexibilidad : 0,30 ptos por composición incorrecta.
7. Si las 5 gimnastas ejecutan simultáneamente 3 o más dificultades corporales diferentes.
8. Por cada dificultad mixta no reglamentaria: 0.30 puntos (y serán anuladas).
9. Si la suma de la dificultad corporal o el valor de una dificultad es incorrecto: 0.30.ptos.
10. Si la ficha contiene un símbolo incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

## **2. DIFICULTAD 2**

### **2.1 Ejercicio con aparato 3 PELOTAS/ 2 AROS:**

Cada ejercicio tendrá un valor máximo de 7 puntos. Repartidos del modo siguiente.

- Colaboración entre las gimnastas
- Maestría sin lanzamiento
- Maestría con lanzamiento
- Elementos de Riesgo (2 R máximo en todo el ejercicio)
- Originalidades (según Código FIG punto 2.6.2 y 2.6.3)

**Nota 1:** Los 7.00 puntos de la MAESTRÍA se reparten, según Código FIG, a libre elección entre los apartados existentes.

**Nota 2:** Los elementos originales deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. + 0.10 por cada nueva relación gimnasta-aparato (más 0.10, en el caso de elemento de riesgo) (punto 2.6.2).

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

**Nota 3:** Los elementos originales de colaboración deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. Valores según Código FIG (punto 2.6.3).

### **2.2 PENALIZACIONES:**

1. Si sobre la ficha el valor de una dificultad de aparato o elemento de maestría es incorrecto 0.30 pts.
2. Si la ficha contiene un símbolo de dificultad de aparato incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

## **3. ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG.

### **3.1 NOTA DE ARTÍSTICO:**

La nota de artístico será: De 0.00 a 10.00 puntos.

## **4. EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG.

### **4.1 NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de 0 a 10 puntos.

**LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:**

**$(D1+D2)/2 + \text{Art} + \text{EJ} = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$**

**Ejercicio con aparato =  $(6.40 + 7.00) / 2 + 10.00 + 10.00 = 26.70$  pts.**

**NOTA: Autorizada la pelota de 18 cm de diámetro.**

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**CATEGORÍA INFANTIL: 5 aros**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2012 que se detalla a continuación:

## **1. DIFICULTAD 1**

### **1.1 GENERALIDADES**

1.1.1 Cada ejercicio de conjunto puede tener como máximo, 10 dificultades \* para un valor de **7.00** puntos.

*\*Las dificultades repartidas del siguiente modo:*

En un ejercicio de 5 aros deberán presentar obligatoriamente 4 dificultades de intercambio, las 6 dificultades restantes, hasta completar las 10 dificultades permitidas, a libre elección, no obstante todos los grupos corporales (salto, giro, equilibrio, flexibilidad/onda) deberán estar representados, mínimo por una dificultad corporal aislada o de intercambio.

1.1.2 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) sobre la ficha oficial, la sucesión de 10 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

### **1.2 VALOR DE LAS DIFICULTADES**

1.2.1 Los valores de las dificultades que se tomarán en consideración para la Cat. INFANTIL son los siguientes:

- Todas las **dificultades de nivel A = 0.10 pts; B = 0.20 pts; C = 0.30 pts; D = 0.40 pts; E = 0.50 pts; F = 0.60 pts; G = 0.70 pts; H = 0.80 pts; I = 0.90 pts; J= 1.00 pts.**
- Todas las **dificultades de intercambio** (máximo 1 dificultad corporal por intercambio): **D= 0.40 pts; E= 0.50 pts; F= 0.60 pts; G = 0.70 pts; H = 0.80 pts; I = 0.90 pts; J= 1.00 pts.**

### **1.3 NOTA DE DIFICULTAD 1**

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

La nota de Dificultad 1 para la Categoría INFANTIL será de **0.00 a 7.00 puntos** máximo.

### **1.4 PENALIZACIONES:**

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 10 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 10 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Si el ejercicio no contiene 4 intercambios: 0,30 puntos.
3. Si el intercambio contiene más de dos dificultades: 0.30 puntos x cada (será anulado).
4. Por cada grupo corporal no representado: 0,30 puntos.
5. Por cada dificultad B o más, ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,30 puntos por ficha incorrecta.
6. Si a lo largo del ejercicio el conjunto presenta más de un <tour lento> cad tres dificultades sucesivas o más de un <tour lento> de equilibrio o de flexibilidad : 0,30 ptos por composición incorrecta.
7. Si las 5 gimnastas ejecutan simultáneamente 3 o más dificultades corporales diferentes.
8. Por cada dificultad mixta no reglamentaria: 0.30 puntos (serán anuladas).
9. Si la suma de la dificultad corporal o el valor de una dificultad es incorrecto: 0.30.ptos.
10. Si la ficha contiene un símbolo incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

## **2. DIFICULTAD 2**

### **2.1 Ejercicio con aparato 5 aros:**

Cada ejercicio tendrá un valor máximo de 10 puntos. Repartidos del modo siguiente.

- Colaboración entre las gimnastas
- Maestría sin lanzamiento
- Maestría con lanzamiento
- Elementos de Riesgo (2 R máximo en todo el ejercicio)
- Originalidades (según Código FIG punto 2.6.2 y 2.6.3)

**Nota 1:** Los 10.00 puntos de la MAESTRÍA se reparten, según Código FIG, a libre elección entre los apartados existentes.

**Nota 2:** Los elementos originales deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. + 0.10 por cada nueva relación gimnasta-aparato (más 0.10, en el caso de elemento de riesgo) (punto 2.6.2).

**Nota 3:** Los elementos originales de colaboración deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. Valores según Código FIG (punto 2.6.3).



**NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos  
Comité N. de Jueces**

**2.2 PENALIZACIONES:**

1. Si sobre la ficha el valor de una dificultad de aparato o elemento de maestría es incorrecto 0.30 pts.
2. Si la ficha contiene un símbolo de dificultad de aparato incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

**3. ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG

**3.1 NOTA DE ARTÍSTICO:**

La nota de artístico será: De 0.00 a 10.00 puntos.

**4. EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG

**4.1 NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de 0 a 10 puntos.

**LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:**

$$(D1+D2)/2 + \text{Art} + \text{EJ} = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$$

$$\text{Ejercicio con aparato} = (7.00 + 10.00) / 2 + 10.00 + 10.00 = 28.50 \text{ pts.}$$

**NOTA: Para todos los aparatos se aplicará la Normativa referente a aparatos FIG.**

**NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos**  
**Comité N. de Jueces**

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**CATEGORÍA JUNIOR- 3 aros/ 2 pares de mazas**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2012 que se detalla a continuación:

## **1. DIFICULTAD 1**

### **1.1 GENERALIDADES**

1.1.1 Cada ejercicio de conjunto puede tener como máximo, 10 dificultades \* para un valor de **7.00** puntos.

*\*Las dificultades repartidas del siguiente modo:*

En un ejercicio de 3 aros y 2 pares de mazas deberán presentar obligatoriamente 4 dificultades de intercambio, las 6 dificultades restantes, hasta completar las 10 dificultades permitidas, a libre elección, no obstante todos los grupos corporales (salto, giro, equilibrio, flexibilidad/onda) deberán estar representados, mínimo por una dificultad corporal aislada o de intercambio.

1.1.2 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) sobre la ficha oficial, la sucesión de 10 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

### **1.2 VALOR DE LAS DIFICULTADES**

1.2.1 Los valores de las dificultades que se tomarán en consideración para la Cat. JUNIOR son los siguientes:

- Todas las **dificultades de nivel A = 0.10 ptos; B = 0.20 ptos; C = 0.30 ptos; D = 0.40 ptos; E = 0.50 ptos; F = 0.60 ptos; G = 0.70 ptos; H = 0.80 ptos; I = 0.90 ptos; J= 1.00 ptos.**
- Todas las **dificultades de intercambio: D= 0.40 ptos; E= 0.50 ptos; F= 0.60 ptos; G = 0.70 ptos; H = 0.80 ptos; I = 0.90 ptos; J= 1.00 ptos.**

### **1.3 NOTA DE DIFICULTAD 1**

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

La nota de Dificultad 1 para la Categoría JUNIOR será de **0.00 a 7.00 puntos** máximo.

### **1.4 PENALIZACIONES:**

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 10 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 10 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Si el ejercicio no contiene 4 intercambios: 0,30 puntos.
3. Por cada grupo corporal no representado: 0,30 puntos.
4. Por cada dificultad B o más, ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,30 puntos por ficha incorrecta.
5. Si a lo largo del ejercicio el conjunto presenta más de un <tour lento> cad tres dificultades sucesivas o más de un <tour lento> de equilibrio o de flexibilidad : 0,30 pts por composición incorrecta.
6. Si las 5 gimnastas ejecutan simultáneamente 3 o más dificultades corporales diferentes.
7. Por cada dificultad mixta no reglamentaria: 0.30 puntos (serán anuladas).
8. Si la suma de la dificultad corporal o el valor de una dificultad es incorrecto: 0.30.ptos.
9. Si la ficha contiene un símbolo incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

## **2. DIFICULTAD 2**

### **2.1 Ejercicio con aparato 3 aros y 2 pares de mazas:**

Cada ejercicio tendrá un valor máximo de 10 puntos. Repartidos del modo siguiente.

- Colaboración entre las gimnastas
- Maestría sin lanzamiento
- Maestría con lanzamiento
- Elementos de Riesgo (2 R máximo en todo el ejercicio)
- Originalidades (según Código FIG punto 2.6.2 y 2.6.3)

**Nota 1:** Los 10.00 puntos de la MAESTRÍA se reparten, según Código FIG, a libre elección entre los apartados existentes.

**Nota 2:** Los elementos originales deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. + 0.10 por cada nueva relación gimnasta-aparato (más 0.10, en el caso de elemento de riesgo) (punto 2.6.2).

**Nota 3:** Los elementos originales de colaboración deberán ser inscritos en la ficha de DIFICULTAD 2 con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados a criterio de cada juez durante la competición. Valores según Código FIG (punto 2.6.3).

### **2.2 PENALIZACIONES:**

## **NORMATIVA GR 2012 Ejercicios Conjuntos Comité N. de Jueces**

1. Si sobre la ficha el valor de una dificultad de aparato o elemento de maestría es incorrecto 0.30 pts.
2. Si la ficha contiene un símbolo de dificultad de aparato incorrecto pero la dificultad es ejecutada correctamente, es válida pero se aplicara una penalización de 0,10

### **3. ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG

#### **3.1 NOTA DE ARTÍSTICO:**

La nota de artístico será: De 0.00 a 10.00 puntos.

### **4. EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG

#### **4.1 NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de 0 a 10 puntos.

**LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:**

$$(D1+D2)/2 + \text{Art} + \text{EJ} = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$$

$$\text{Ejercicio con aparato} = (7.00 + 10.00) / 2 + 10.00 + 10.00 = 28.50 \text{ pts.}$$

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**CATEGORÍA SENIOR: 3 pelotas+ 2 cintas**

**Se aplicará el código FIG.**

**Nota 1:** Los elementos y colaboraciones originales deberán ser inscritos en la ficha con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados según Código FIG a criterio de cada juez durante la competición.

**Nota 2:** Para todos los aparatos se aplicará la Normativa referente a aparatos FIG

**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS**  
**1ª CATEGORÍA: 5 pares de mazas**

**Se aplicará el código FIG.**

**Nota 1:** Los elementos y colaboraciones originales deberán ser inscritos en la ficha con el símbolo y valor correspondiente, y evaluados según Código FIG a criterio de cada juez durante la competición.

**Nota 2:** Para todos los aparatos se aplicará la Normativa referente a aparatos FIG