

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

EXIGENCIAS TECNICAS EJERCICIOS DE CONJUNTO NIVEL C

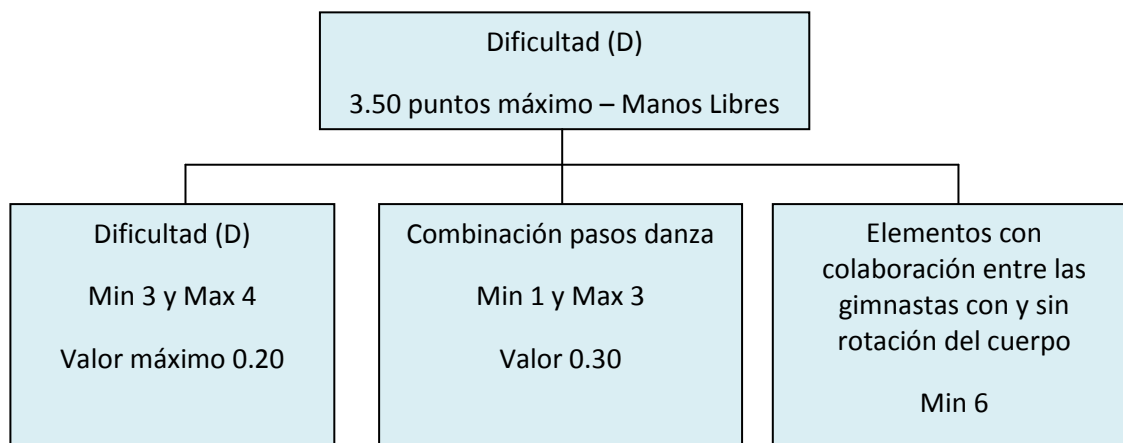
CATEGORIA PREBENJAMIN

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2013 que se detalla a continuación:

5 MANOS LIBRES

1. DIFICULTAD

1.1.GENERALIDADES



1.1.1 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.

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.20

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para la serie 0.30.

1.1.4 El ejercicio no podrá contener más de tres combinaciones de pasos de danza.

1.1.5 El ejercicio deberá presentar un mínimo de 6 colaboraciones entre gimnastas, de las cuales máximo 3 de riesgo corporal sin ayuda.

1.1.6 El valor máximo de la nota final de dificultad será 3,50 puntos.

1.1.7 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

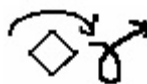
NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.2. EJERCICIO DE MANOS LIBRES

- Cada ejercicio de manos libres tendrá un valor máximo de 3.50 puntos (1.80 puntos de colaboración).
- Los elementos de Colaboración (1.80 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 dinámico de rotación del cuerpo con la ayuda de la(s) compañera(s)/apoyo/elevación: **CR**= 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 y ejecutar inmediatamente después una voltereta, inversión o vuelta picada ("tour plongé").



Pasar a través de una compañera 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 tres colaboraciones con riesgo corporal** (de 0.90 puntos a 1.20 puntos)

Nota 1: Las pasadas no son válidas para los elementos de colaboración con riesgo corporal.



federación
aragonesa
de gimnasia

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.3.PENALIZACIONES:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 4 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 4 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. En la ficha / ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
3. En la ficha / ejercicio más de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de más y no cuenta la dificultad que no entre en las normas) 0.30 puntos
4. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
5. Por calculo incorrecto del valor total de todas las Dificultades, o por el valor de cada componente de la Dificultad. 0.30 puntos.
6. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
7. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos.
8. En la ficha más de 3,50 puntos en la nota final de Dificultad de Manos Libres. 0.30 puntos (todos los valores que no entren en la norma serán anulados).
9. Por cada elemento de colaboración ausente: 0.30 puntos
10. Si la Ficha/ejercicio contiene más de 3 colaboraciones de riesgo: 0.30 puntos por cada, solo las 3 primera colaboraciones de riesgo serán evaluadas
11. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

MUSICA

No se permite la música cantada con palabras

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:
D + EJ = NOTA FINAL MÁXIMA

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con Manos Libres = 3.50 + 10.00 = 13.50 pts.



federación
aragonesa
de gimnasia

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

EXIGENCIAS TECNICAS EJERCICIOS DE CONJUNTO NIVEL C

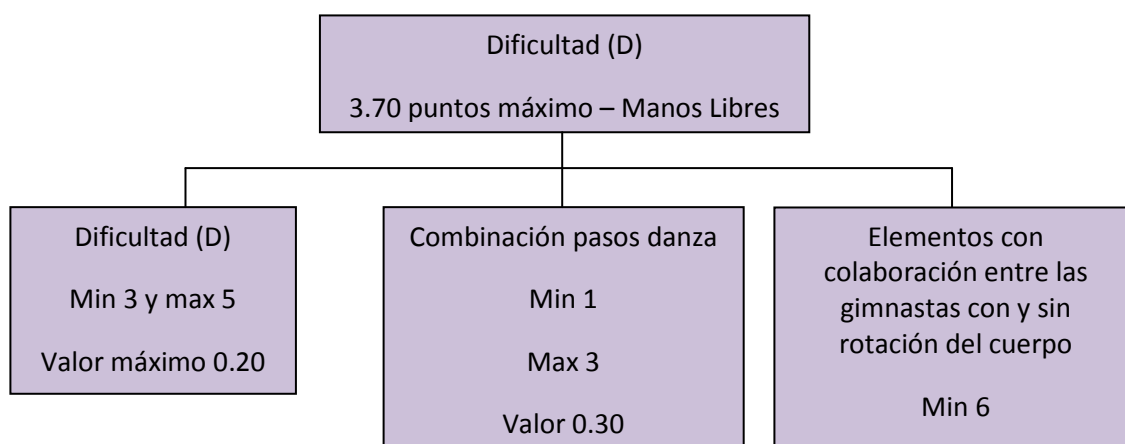
CATEGORIA BENJAMIN

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2013 que se detalla a continuación:

5 MANOS LIBRES

1. DIFICULTAD

1.1.GENERALIDADES



1.1.1 Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 5: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.20

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para la serie 0.30.

1.1.4 El ejercicio no podrá contener más de tres combinaciones de pasos de danza.

1.1.5 El ejercicio deberá presentar un mínimo de 6 colaboraciones entre gimnastas, de las cuales máximo 3 de riesgo corporal sin ayuda.

1.1.6 El valor máximo de la nota final de dificultad será 3,70 puntos.

1.1.7 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

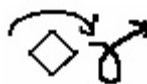
NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.2.EJERCICIO DE MANOS LIBRES

- Cada ejercicio de manos libres tendrá un valor máximo de 3.70 puntos (1.80 puntos de colaboración).
- Los elementos de Colaboración (1.80 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 dinámico de rotación del cuerpo con la ayuda de la(s) compañera(s)/apoyo/elevación: **CR**= 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 y ejecutar inmediatamente después una voltereta, inversión o vuelta picada ("tour plongé").



Pasar a través de una compañera 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 tres colaboraciones con riesgo corporal** (de 0.90 puntos a 1.20 puntos)

Nota 1: Las pasadas no son válidas para los elementos de colaboración con riesgo corporal.



federación
aragonesa
de gimnasia

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.3.PENALIZACIONES:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 5 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 5 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. En la ficha / ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
3. En la ficha / ejercicio más de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de más y no cuenta la dificultad que no entre en las normas) 0.30 puntos
4. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
5. Por calculo incorrecto del valor total de todas las Dificultades, o por el valor de cada componente de la Dificultad. 0.30 puntos.
6. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
7. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos.
8. En la ficha más de 3,70 puntos en la nota final de Dificultad de Manos Libres. 0.30 puntos (todos los valores que no entren en la norma serán anulados).
9. Por cada elemento de colaboración ausente: 0.30 puntos
10. Si la Ficha/ejercicio contiene más de 3 colaboraciones de riesgo: 0.30 puntos por cada, solo las 3 primera colaboraciones de riesgo serán evaluadas
11. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

MUSICA

No se permite la música cantada con palabras

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:
 $D + EJ = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con Manos Libres = $3.70 + 10.00 = 13.70$ pts.



federación
aragonesa
de gimnasia

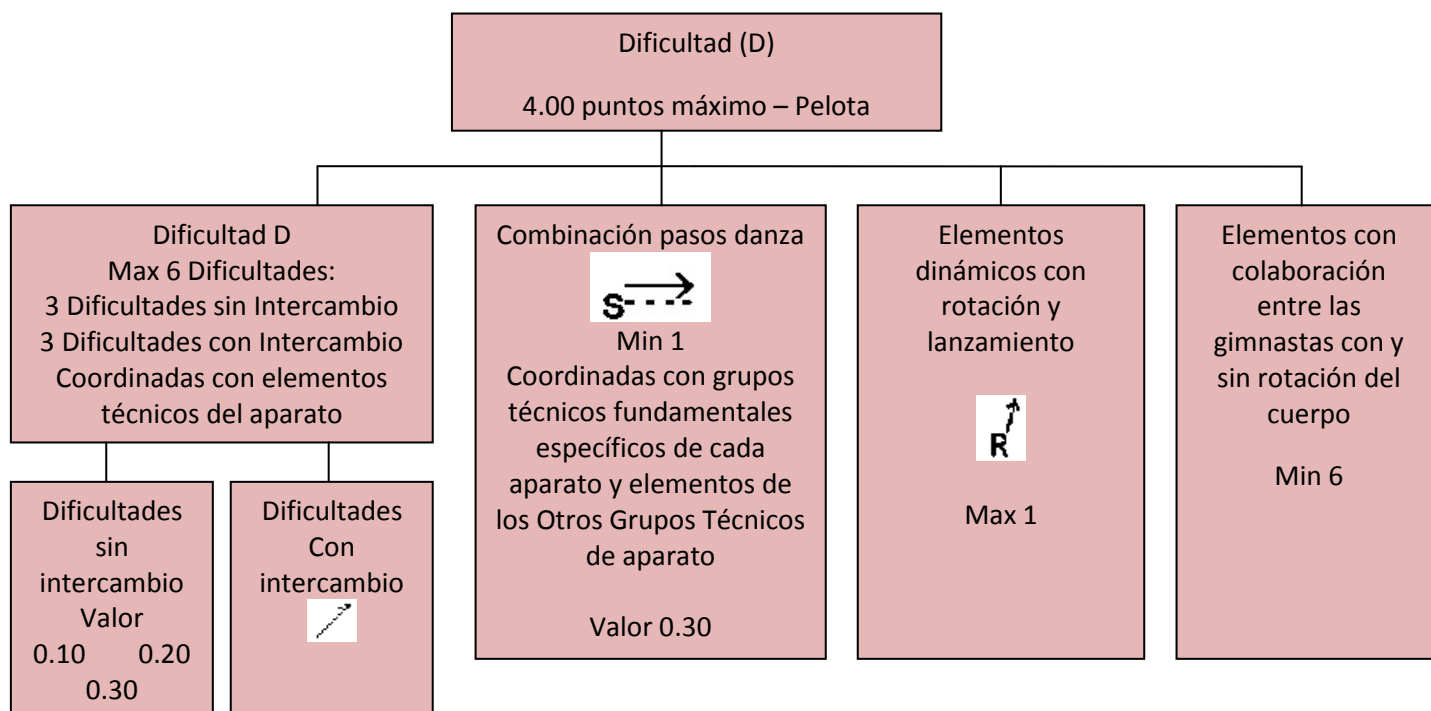
EXIGENCIAS TECNICAS EJERCICIOS DE CONJUNTO NIVEL C
CATEGORIA ALEVIN




Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2013 que se detalla a continuación:

5 PELOTAS

1. DIFICULTAD

1.1.GENERALIDADES



1.1.1 El ejercicio de conjunto debe estar representado por todos los grupos corporales ( ;  ; ) con 1 Dificultad de cada grupo.

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30.

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para la serie 0.30.

1.1.4 El ejercicio no podrá contener más de tres combinaciones de pasos de danza.

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

- 1.1.5 El ejercicio deberá presentar un mínimo de 6 colaboraciones entre gimnastas, con o sin rotación.
- 1.1.6 El valor máximo de la nota final de dificultad será 4 puntos.
- 1.1.7 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

1.2. PENALIZACIONES:

2. Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
3. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades sin intercambio: 0.50 puntos.
4. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades con intercambio: 0.50 puntos
5. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos
6. La ficha/ejercicio tiene mas de 1 R^{\uparrow} : 0.50 puntos
7. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
8. Ejecución simultánea de 3 o más Dificultades Corporales diferentes por las 5 gimnastas durante Dificultades sin intercambio: 0.30 puntos
9. Si sobre la ficha es incorrecta la suma del valor total de todas las dificultades o el valor de una dificultad : 0.30 puntos
10. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
11. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos
12. Ausencia de 3 tipos diferentes de lanzamientos o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos
13. Ausencia de un grupo de movimientos de aparato o corporales. 0.30 puntos
14. Por cada elemento de Colaboración ausente (además de los intercambios). 0.30 puntos

2. EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

MUSICA

No se permite la música cantada con palabras

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:
D + EJ = NOTA FINAL MÁXIMA

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con 5 Pelotas = 4.00 + 10.00 = 14.00 pts.



NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

EXIGENCIAS TECNICAS EJERCICIOS DE CONJUNTO NIVEL C

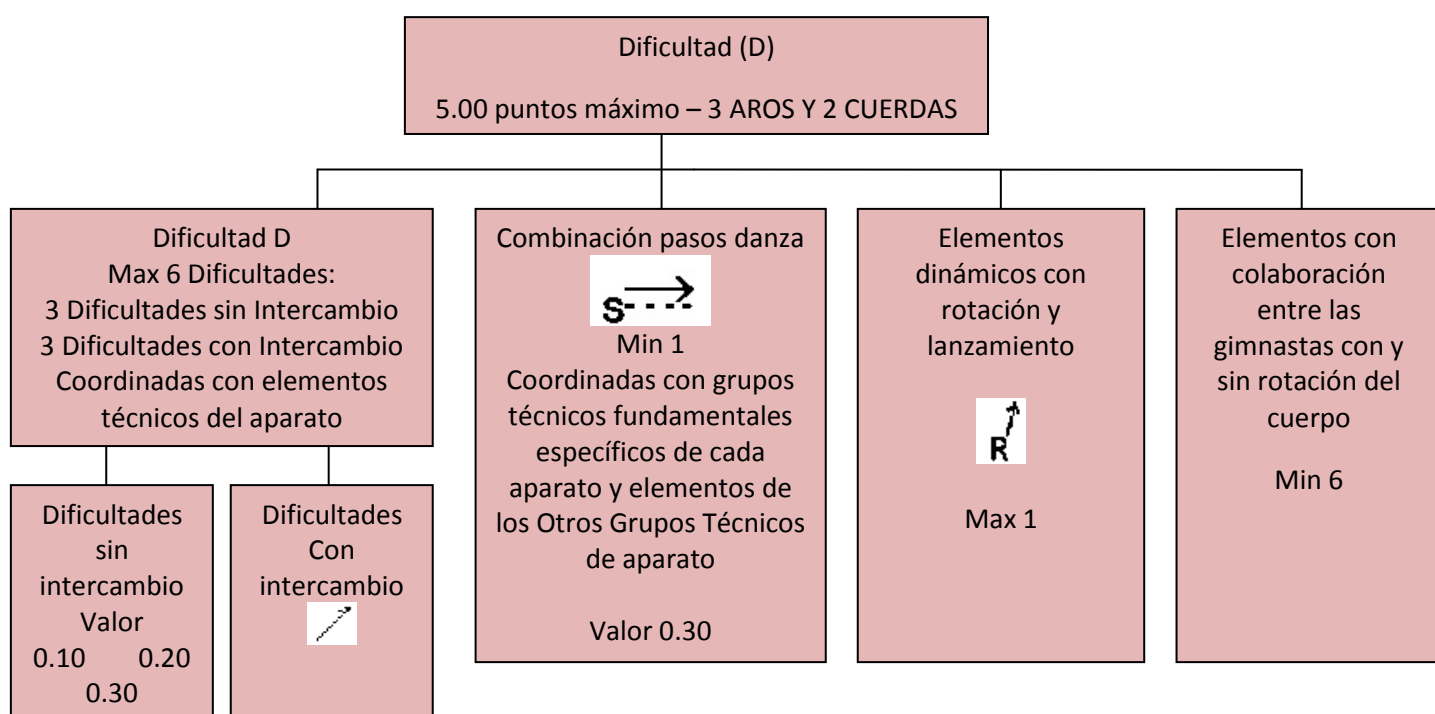
CATEGORIA INFANTIL




Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2013 que se detalla a continuación:

3 AROS Y 2 CUERDAS

1. DIFICULTAD

1.2.GENERALIDADES



1.1.8 El ejercicio de conjunto debe estar representado por todos los grupos corporales (; ; ) con 1 Dificultad de cada grupo.

1.1.9 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30.

1.1.10 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para la serie 0.30.

1.1.11 El ejercicio no podrá contener más de tres combinaciones de pasos de danza.

1.1.12 El ejercicio deberá presentar un mínimo de 6 colaboraciones entre gimnastas, con o sin rotación.

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.1.13 El valor máximo de la nota final de dificultad será 5 puntos.

1.1.14 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

14.2. PENALIZACIONES:

15. Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
16. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades sin intercambio: 0.50 puntos.
17. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades con intercambio: 0.50 puntos
18. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos
19. La ficha/ejercicio tiene mas de 1 R^{\uparrow} : 0.50 puntos
20. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
21. Ejecución simultánea de 3 o más Dificultades Corporales diferentes por las 5 gimnastas durante Dificultades sin intercambio: 0.30 puntos
22. Si sobre la ficha es incorrecta la suma del valor total de todas las dificultades o el valor de una dificultad : 0.30 puntos
23. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
24. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos
25. Ausencia de 3 tipos diferentes de lanzamientos o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos
26. Ausencia de un grupo de movimientos de aparato o corporales. 0.30 puntos
27. Por cada elemento de Colaboración ausente (además de los intercambios). 0.30 puntos

2. EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

MUSICA

No se permite la música cantada con palabras

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:
D + EJ = NOTA FINAL MÁXIMA

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con 5 Pelotas = 5.00 + 10.00 = 15.00 pts.



federación
aragonesa
de gimnasia

NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

EXIGENCIAS TECNICAS EJERCICIOS DE CONJUNTO NIVEL C

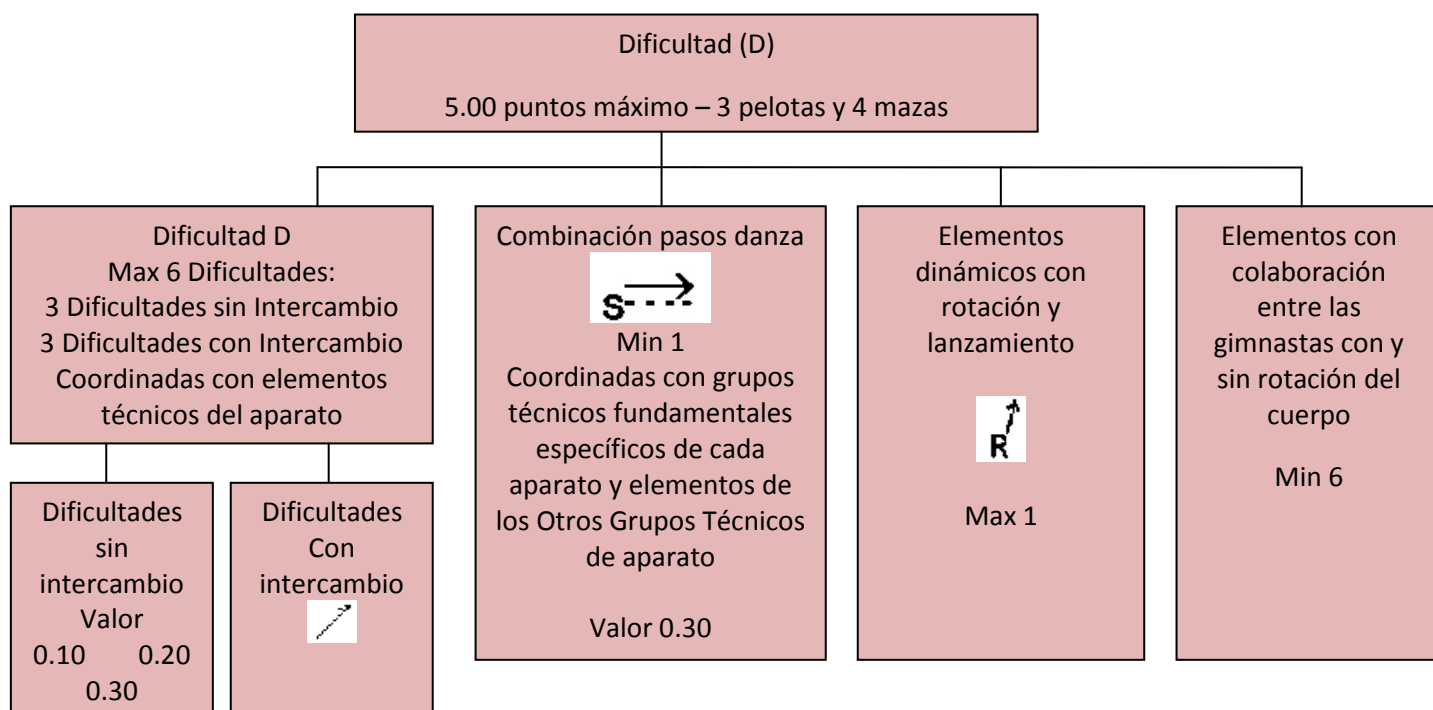
CATEGORIA CADETE




Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2013 que se detalla a continuación:

3 PELOTAS Y 4 MAZAS

1. DIFICULTAD

1.3.GENERALIDADES



1.1.15 El ejercicio de conjunto debe estar representado por todos los grupos corporales ( ;  ; ) con 1 Dificultad de cada grupo.

1.1.16 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30.

1.1.17 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para la serie 0.30.

1.1.18 El ejercicio no podrá contener más de tres combinaciones de pasos de danza.

1.1.19 El ejercicio deberá presentar un mínimo de 6 colaboraciones entre gimnastas, con o sin rotación.

1.1.20 El valor máximo de la nota final de dificultad será 5 puntos.



NORMATIVA G.R. 2013 TORNEO DE PROMOCION

Comité Técnico

1.1.21 Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

27.2. PENALIZACIONES:

28. Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
29. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades sin intercambio: 0.50 puntos.
30. La ficha/ejercicio tiene menos de 3 dificultades con intercambio: 0.50 puntos
31. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos
32. La ficha/ejercicio tiene mas de 1 R : 0.50 puntos
33. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
34. Ejecución simultánea de 3 o más Dificultades Corporales diferentes por las 5 gimnastas durante Dificultades sin intercambio: 0.30 puntos
35. Si sobre la ficha es incorrecta la suma del valor total de todas las dificultades o el valor de una dificultad : 0.30 puntos
36. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
37. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos
38. Ausencia de 3 tipos diferentes de lanzamientos o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos
39. Ausencia de un grupo de movimientos de aparato o corporales. 0.30 puntos
40. Por cada elemento de Colaboración ausente (además de los intercambios). 0.30 puntos

2. EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

MUSICA

No se permite la música cantada con palabras

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:
D + EJ = NOTA FINAL MÁXIMA

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con 5 Pelotas = 5.00 + 10.00 = 15.00 pts.



federación
aragonesa
de gimnasia