

<b>EXIGENCIAS TÉCNICAS : EJERCICIOS DE CONJUNTOS</b>
<b>CATEGORÍA BENJAMIN</b>

⇒ **DIFICULTAD**

**1. GENERALIDADES**

1.1 Cada ejercicio de conjunto puede tener 10 dificultades como máximo, para un valor de **3,00 puntos**.

1.2. Para los ejercicios de Manos Libres los 4 grupos corporales deben estar representados (mínimo 1 dificultad por cada grupo corporal). Las otras 6 dificultades corporales a elección. Debe existir un reparto equilibrado de todos los grupos corporales.

<b>MANOS LIBRES</b>
4 Grupos Corporales: SALTO EQUILIBRIO, GIRO, FLEXIBILIDAD/ONDAS

1.3. Las dificultades siguientes quedan prohibidas:

- Las dificultades con “tour lento” sobre la rodilla
- Las dificultades de giro sobre la rodilla
- Las dificultades exunitarias definidas por el Código
- Los giros con cambio de forma

⇒ **Penalización:** 0.50 por ejecución de una dificultad prohibida.

1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito sobre la ficha oficial con la sucesión de 10 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

**2. VALOR DE LAS DIFICULTADES**

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

- Todas las dificultades de nivel **A** = 0.10 pts; **B** = 0.20 pts ; **C** = 0.30

**3. NOTA DE DIFICULTAD**

3.1. La nota de Dificultad para la Categoría Benjamín será de **0.00 a 3.00 pts**. Por ejemplo, en una composición de máximo nivel, el reparto de la nota de Dificultad es el siguiente:

- 10 dificultades aisladas de valor máximo **0.30 pts** = **3.00 pts**.
- TOTAL DIFICULTAD = **3.00 pts** máximo

## Penalizaciones:

1. Si el ejercicio contiene más de 10 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 10 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Si el ejercicio contiene menos de una dificultad por cada grupo corporal obligatorio: 0,50 puntos.
3. Por dificultades ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,50 puntos por ficha incorrecta.
4. Si a lo largo del ejercicio la gimnasta presenta más de un <<tour lento>>por cada tres dificultades sucesivas: 0,50 puntos por composición incorrecta.
5. Por cada dificultad prohibida

**Aplicación Código FIG 2007**⇒ **VALOR ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los siguientes aspectos:

**1. NOTA DE VALOR ARTÍSTICO****1.1. Ejercicios de Manos Libres**

El valor artístico tendrá un valor máximo de **8.00** pts. Repartidos del modo siguiente:

<b>MÚSICA</b>	<b>1.00 pts</b>	
<b>COREOGRAFÍA</b>	<b>7.00 pts =</b>	
	<b>Comp. Base</b>	4.00 pts.
	<b>C.A.P.</b>	3.00 pts =
	<b>Colaboración:</b>	2.00 pts
	<b>Originalidad</b>	1.00 pts

**Nota:**

- *Los 4.00 puntos de la Composición de Base deben cubrir amplia y estrictamente todos los aspectos muy detallados de una composición de conjuntos (sin aparato) penalizables por el Artístico.*
- *2.00 punto máximo de Colaboración puede obtenerse por los siguientes apartados de manos libres:*

*Por cada elemento de colaboración sin lanzamiento: **C = 0.10***

*Por cada elemento de colaboración que comporte un "riesgo corporal" para la relación entre las gimnastas del tipo siguiente:*

**Generalidad:**

**Paso por encima, por debajo, o a través de una o varias compañeras+ riesgo corporal**

- 1) *saltar por encima de una o varias compañeras y ejecutar inmediatamente después de una voltereta, inversión o vuelta picada ("tour plongé").*



2) pasar “a través” de una o varias compañeras con un salto seguido de una voltereta, inversión o vuelta picada (“tour plongé”).



3) cruce de las gimnastas una sobre la otra, durante elementos de inversiones ejecutados por todas las gimnastas.



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.
- 

**NOTA: No se puede aplicar el Código 2007 en lo que respecta a las colaboraciones al ser un ejercicio de ML y no existir la relación con el aparato.**

- 1.00 punto de Originalidad : Las originalidades en Manos Libres, podrán ser bonificadas del modo siguiente, a criterio de cada juez de Artístico, 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 la **coreografía** original (adaptación del ejercicio a la música extraordinaria)
  - 4) 0.10 por la **interpretación** de la música original (expresión corporal conjunta extraordinaria)
  - 5) 0.10 por cada **colaboración sin** “riesgo corporal” original
  - 6) 0.20 por cada **colaboración con** “riesgo corporal” original

**Nota:** Los apartados 3) y 4) serán valorados y añadidos por la juez de Artístico. El valor de estos dos conceptos (máx. 0.10+0.10) se sumará al total de las demás originalidades evaluadas (hasta 1.00 punto máx., aunque el total aritmético sea superior).

## 2. ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Se autoriza la utilización de todos los elementos acrobáticos del Código FIG. El número de elementos acrobáticos para la Categoría. Benjaminn será como máximo de 3 elementos diferentes: aislados o en serie de 3 elementos idénticos máximo.

**Nota:** Todo elemento acrobático aislado podrá enlazarse con otro elemento o dificultad corporal.

### Penalizaciones:

- Por elemento acrobático aislado o en serie **suplementario: 0.20**

**Nota:** Cada conjunto debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial **FIG** (modelo de la RFEG).

**⇒ EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG.

**1. NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de **0.00 a 10.00** pts. (las jueces darán solamente el total de las penalizaciones).

<p style="text-align: center;"><b>LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:</b> <b>D + Art / 2 + EJ</b> <b>NOTA FINAL MÁXIMA:</b> <b>Ejercicio de Manos Libres = 3.00 + 8.00 / 2 = 5.50 + 10.00 = 15.50</b> <b>ptos.</b></p>
---

<b>EXIGENCIAS TÉCNICAS : EJERCICIOS DE CONJUNTOS</b>
<b>CATEGORÍA ALEVÍN</b>

⇒ **DIFICULTAD**

1.1 Cada ejercicio individual puede tener 12 dificultades como máximo, para un valor de **4.80 puntos**.

1.2. En un ejercicio cada conjunto deberá presentar 4 intercambios como mínimo. Los grupos corporales obligatorios para los aparatos de las gimnastas individuales no son obligatorios para el conjunto, no obstante todos los grupos corporales deben ser utilizados de una forma equilibrada.

<b>PELOTA</b>
FLEXIBILIDAD/ONDAS

1.3. Las dificultades siguientes quedan prohibidas:

- Las dificultades con “tour lento” sobre la rodilla
- Las dificultades de giro sobre la rodilla
- Las dificultades exunitarias definidas por el Código
- Los giros con cambio de forma

⇒ **Penalización:** 0.50 por ejecución de una dificultad prohibida.

**2. VALOR DE LAS DIFICULTADES**

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

**Todas las dificultades de nivel A = 0.10 ptos; B = 0.20 ptos; C = 0.30 ptos; D = 0.40.**

**3. NOTA DE DIFICULTAD**

3.1. La nota de Dificultad para la Cat. Alevín será de **0.00 a 4.80 ptos**.

Por Ejemplo, 12 Dificultades de nivel **D (0.40) = 4.80 ptos. máximo** .

<b>Penalizaciones Dificultad</b>	<b>0.50</b>
	Si la ficha tiene más de 12 dificultades (sólo las 12 primeras serán evaluadas)
	Si la ficha tiene menos de 4 dificultades de intercambio.
Código FIG	Si un intercambio tiene más de 2 dificultades corporales
	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada
	Valor de dificultad no permitido inscrito en la ficha
	Si la ficha no tiene reparto equilibrado de los diferentes grupos corporales

<b>Ficha incorrecta</b>	<b>0,50</b>
<b>Aplicación Código FIG</b>	

**Nota:** Cada conjunto debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial **FIG** (modelo de la RFEG).

## ⇒ **ARTÍSTICO**

### 1.1. Ejercicio con aparato (PELOTA):

El Artístico tendrá un valor máximo de **9.00 pts.** Repartidos del modo siguiente:

<b>MÚSICA</b>	<b>1.00 pts.</b>
<b>COREOGRAFÍA</b>	<b>8.00 pts.</b>
- Composición de base	2.00 pts.
- CAP	<b>6.00 pts.</b>

**Nota 1:** Los **6.00 puntos** de las CAP se reparten, según Código actual, a libre elección entre los apartados existentes: Originalidad, Utilización-Aparato y Maestría.

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

## **2.ELEMENTOS ACROBÁTICOS**

Según Código FIG.

**Nota:** Cada conjunto debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial **FIG** (modelo de la RFEG).

## ⇒ **EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG.

### **1. NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de **0 a 10.00** puntos (las juezes darán solamente el total de las penalizaciones).

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE :

$D + \text{Art} / 2 + \text{EJ}$

NOTA FINAL MÁXIMA:

Ejercicio con aparato =  $(4.80 + 9.00) / 2 = 6.90 + 10.00$   
= **16.90** ptos

<b>EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS CONJUNTOS</b>
<b>CATEGORÍA INFANTIL</b>

## ⇒ DIFICULTAD

### 1. GENERALIDADES

- 1.1. Cada ejercicio de conjunto puede tener 12 dificultades como máximo, por un valor de **6.00** pts.
- 1.2. Las dificultades de intercambio deben de ser 4 como mínimo. Los intercambios cuentan como 1, 2 o 3 dificultades, 1 intercambio con un elemento corporal (=1 dificultad) con 1 dificultad corporal (=2 dificultades) o 2 dificultades corporales (=3 dificultades).
- 1.3. Las dificultades siguientes quedan prohibidas:
  - Las dificultades con “tour lento” sobre la rodilla
  - Las dificultades de giro sobre la rodilla
  - Las dificultades exunitarias definidas por el Código
  - Giros con cambio de forma

⇒ **Penalización:** 0.50 por ejecución de una dificultad prohibida.

### 2. VALOR DE LAS DIFICULTADES

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



Todas las dificultades corporales o de intercambio de nivel: **A = 0.10 pts;**  
**B = 0.20 pts;** **C = 0.30 pts;** **D = 0.40 pts.;** **E = 0.50 pts.**

### 3. NOTA DE DIFICULTAD

- 3.1. La nota de Dificultad para la Cat. INFANTIL será de **0.00 a 6.00** pts.  
 Por ejemplo, 12 dificultades de valor **0.50 pts = 6.00 pts**

<b>Penalizaciones Dificultad</b>	<b>0.50</b>
Se aplicará en todas las penalizaciones Código FIG	Si la ficha tiene más de 12 dificultades (sólo las 12 primeras serán evaluadas)
	Por falta de uno o más intercambios en la ficha.
	Por cada dif. “prohibida” ejecutada
	Valor de dificultad corporal o de intercambio no permitido inscrito en la ficha
<b>Ficha incorrecta</b>	<b>0.50</b>

**Código FIG**⇒ **ARTÍSTICO**

Se aplicará el Código FIG.

**1. NOTA DE VALOR ARTÍSTICO****1.1. Ejercicio con aparato (Pelota)**

El Artístico tendrá un valor máximo de **9.00** pts. repartidos del modo siguiente:

<b>MÚSICA</b>	<b>1.00 puntos</b>
<b>COREOGRAFÍA</b>	<b>8.00 puntos</b>
Composición base	2.00 puntos
C.A.P.	6.00 puntos

Nota 1: Los **6.00** puntos de las CAP se reparten, según Código 2005, a libre elección entre los apartados existentes: Originalidad, Colaboración, Utilización – Aparato y Maestría.

Nota 2: Los elementos o dificultades originales deberán ser inscritos en la ficha con el símbolo correspondiente y evaluados a criterio de cada juez de Artístico durante la competición.

**2. ELEMENTOS ACROBÁTICOS**

Se aplicará el Código FIG.

Nota: Cada conjunto debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial FIG (modelo de la RFEG)..

⇒ **EJECUCIÓN**

Se aplicará el Código FIG.

**1. NOTA DE EJECUCIÓN**

La nota de ejecución será: de **0.00 a 10.00** puntos (las juezes darán solamente el total de las penalizaciones).

<p>LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE :</p> <p><b>D + Art / 2 + EJ</b></p> <p>NOTA FINAL MÁXIMA</p> <p>Ejercicio con aparat = (6.00 + 9'00) / 2 = 7.50 + 10.00 = <b>17.50</b> pts</p>
--