

B Benjamines

M Masculino

F Femenino

Gimnasia rítmica



ADECUACIONES AL REGLAMENTO

Nota General: Todas las modificaciones definitivas aportadas al Código GR FIG 2013, entrantes en vigor a nivel internacional a partir de enero 2014, serán aplicables a nivel nacional en lo que respecta a todas las categorías salvo en algunos puntos que establece la Normativa Escolar 2013 a continuación.

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS CATEGORIA BENJAMÍN A Y B

⇒ APARATOS

5 ó 6 MANOS LIBRES

⇒ DURACIÓN

Cada ejercicio de conjunto podrá tener una duración mínima de 1`45" y máxima de 2`00"

⇒ DIFICULTAD D

1. GENERALIDADES

- 1.1. Cada ejercicio de conjuntos puede tener mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6.
- 1.2. En el ejercicio de conjuntos de manos libres, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
- 1.3. Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como mínimo una Combinación de pasos de Danza, Valor único para cada combinación 0.30. Máximo 4 combinaciones.
- 1.4. Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente 6 Elementos de Colaboración.
- 1.5. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.6. La nota máxima será un 10
- 1.7. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 6 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. Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

Gimnasia rítmica

ADECUACIONES AL REGLAMENTO



3. COLABORACIONES SIN APARATO (EJERCICIO DE MANOS LIBRES):

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 comparte un "riesgo corporal" para la relación entre las gimnastas del tipo siguiente:

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



2) Pasar a través de una compañera con un salto seguido de una/s voltereta/s, inversión o vuelta picada ("tour plongé").



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



Los eltcipan 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.

⇒ EJECUCION

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

A Alevines

M Masculino

F Femenino

Gimnasia rítmica



ADECUACIONES AL REGLAMENTO

EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS CATEGORÍA ALEVÍN B

⇒ APARATOS

MANOS
LIBRES

PELOTA

3 manos libres y 3 pelotas ó 2 manos libers y 3 pelotas

⇒ DURACIÓN

Cada ejercicio de conjunto podrá tener una duración mínima de 2` 15" y máxima de 2` 30"

⇒ DIFICULTAD D

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. La nota máxima será un 10
- 1.6. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ EJECUCION

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

A Alevines

M Masculino

F Femenino

Gimnasia rítmica

ADECUACIONES AL REGLAMENTO



EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS CATEGORÍA ALEVÍN A

⇒ APARATOS

PELOTAS

5 ó 6 pelotas

⇒ DURACIÓN

Cada ejercicio de conjunto podrá tener una duración mínima de 2` 15" y máxima de 2` 30"

⇒ DIFICULTAD D

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. La nota máxima será un 10
- 1.6. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ EJECUCION

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

Gimnasia rítmica



ADECUACIONES AL REGLAMENTO

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS CATEGORÍA INFANTIL A y B

⇒ APARATOS

AROS

5 ó 6 aros

⇒ DURACIÓN

Cada ejercicio de conjunto podrá tener una duración mínima de 2` 15" y máxima de 2` 30"

⇒ DIFICULTAD D

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoria 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoria 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoria realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. La nota máxima será un 10
- 1.6. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ EJECUCION

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

Gimnasia rítmica



ADECUACIONES AL REGLAMENTO

EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS CATEGORÍA CADETE A y B

⇒ APARATOS

CUERDA

4, 5 ó 6 cuerdas

⇒ DURACIÓN

Cada ejercicio de conjuntos podrá tener una duración mínima de 2` 15" y máxima de 2` 30"

⇒ DIFICULTAD D

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 4 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. La nota máxima será un 10
- 1.6. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 8 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 4 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ EJECUCION

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