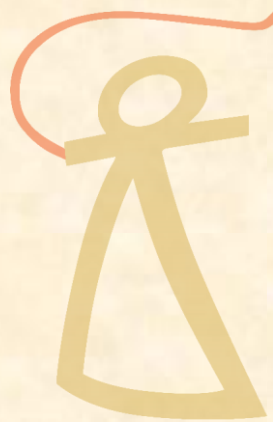





## GIMNASIA RÍTMICA 2020


# EXIGENCIAS TÉCNICAS V COPA GR TANIT ISLA DE IBIZA







Se aplicará **CÓDIGO FIG 2017-2020** para todos los Niveles Escuelas, Escolar y Federado.


Nota ejecución Escuelas y Escolar sobre 13 puntos. Base y Federado B sobre 11 puntos.



<b>INDIVIDUAL NIVEL ESCUELAS/ESCOLAR INICIAL ML</b> Código FIG Junior en vigor		
CATEGORÍA	PROMESAS, INICIACIÓN, BENJAMIN, ALEVIN, INFANTIL	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 2,60 puntos	—
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 7 dificultades de valor más alto se contabilizan.  Valor total máximo de las dificultades corporales 0,20	0,30 menos de 3 BD  0,30 p/c dif. mayor de 0,20
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal	0,30 p/c uno que falte
	Mínimo 2 Máximo 4	0,30 menos de 2
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodillas o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música libre máximo 1'. Se permite música cantada.	

<b>TRIO NIVEL ESCUELAS/ESCOLAR INICIAL ML</b> Código FIG Junior en vigor		
Categoría	PROMESAS, INICIACIÓN, BENJAMIN, ALEVIN	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 5,60 puntos (mínimo 4 colaboraciones)	— 0,30 menos de 4
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 7 dificultades de valor más alto se contabilizan  Valor total máximo de las dificultades corporales 0,20	0,30 menos de 3 BD  0,30 p/c dif. mayor de 0,20
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal ejecutada simultáneamente o en rápida sucesión	0,30 p/c uno que falte 0,30 no simultánea o rápida sucesión
	Mínimo 1 Máximo 4	0,30 menos de 1
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodilla o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música libre 1'. Se permite música cantada.	

<b>INDIVIDUAL NIVEL ESCUELAS/ESCOLAR INICIAL APARATO</b> Código FIG Junior en vigor		
CATEGORIA	CADETE	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 5.7puntos	—
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 7 dificultades de valor más alto se contabilizan Valor total máximo de las dificultades corporales 0,20	0,30 menos de 3 BD 0,30 p/c dif. mayor de 0,20
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal	0,30 p/c uno que falte
GRUPOS TECNICOS DE APARATO	Mínimo 1 elemento de cada grupo técnico fundamental	0,30 p/c uno que falte
	Mínimo 2 Máximo 4	0,30 menos de 2
	Máximo 3 Posibilidad de hacer R1 (Valor 0.10)	0,30 menos de 1
DIFICULTAD APARATO	Valor: 0,20, 0,30, 0,40 (FIG). Máximo 4.	AD No Min/Máx
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodilla o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música libre 1´-1´15. Se permite música cantada.	

<b>TRIO NIVEL ESCUELAS/ESCOLAR INICIAL APARATO</b> Código FIG Junior en vigor		
CATEGORIA	INFANTIL, CADETE Y JUVENIL	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 6 puntos  (mínimo 3 colaboraciones)	—  0,30 menos de 3
DIFICULTADES	Máx 6 (1 a elección) 3 BD + 2 ED Valor total máximo de las dificultades corporales 0,2	0,30 menos de 3 BD 0,30 menos de 2 ED 0,30 p/c dif. mayor de 0,20
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal ejecutada simultáneamente o en rápida sucesión	0,30 p/c uno que falte 0,30 no simultánea o rápida sucesión
	Mínimo 1 Máximo 4	0,30 menos de 1
	Máximo 1. Posibilidad de hacer R1 (Valor 0.10)	0,30 mas de 1
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodillas o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música libre 1´15. Se permite música cantada.	

<b>INDIVIDUAL NIVEL ESCOLAR MEDIO ML</b> Código FIG Junior en vigor		
CATEGORIA	INICIACIÓN Y BENJAMÍN,	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 3,30 puntos	—
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 7 dificultades de valor más alto se contabilizan Valor total máximo de las dificultades corporales 0.3	0,30 menos de 3 BD  0,30 p/c dif. mayor de 0,30
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal	0,30 p/c uno que falte
	Mínimo 2 Máximo 4	0,30 menos de 2
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodillas o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música de 1'15" a 1'30". Se permite música cantada.	

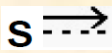
<b>INDIVIDUAL NIVEL ESCOLAR MEDIO APARATO</b> Código FIG Junior en vigor		
CATEGORIA	ALEVIN, INFANTIL, CADETE Y JUVENIL	<b>PENALIZACIÓN</b>
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 6,40 puntos	—
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 7 dificultades de valor más alto se contabilizan Valor total máximo de las dificultades corporales 0.3 <i>2 BD con mano no dominante con elementos Técnicos Fundamentales o no Fundamentales. (pelota y cinta)</i>	0,30 menos de 3 BD  0,30 p/c dif. mayor de 0,30  0,30 menos de 2
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal	0,30 p/c uno que falte
GRUPOS TECNICOS DE APARATO	Mínimo 1 elemento de cada grupo técnico fundamental	0,30 p/c uno que falte
	Mínimo 2 Máximo 4	0,30 menos de 2
	Máximo 3. Posibilidad de hacer R1 (Valor 0,10) CATEGORIA ALEVIN	0,30 menos de 1
DIFICULTAD APARATO	Valor: 0,20, 0,30, 0,40 (FIG). Máximo 4.	AD No Min/Máx
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Más de 1 tour lento (prohibido sobre rodillas o en cosaco)	0,30 p/c
MÚSICA	Música de 1'15" a 1'30". Se permite música cantada.	

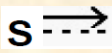
#### **NIVEL SUPERIOR /FEDERADO B/BASE**

Normativa Técnica RFEG Modalidad Individual Nivel Base. Excepto valor dificultades 0,50. Pen. 0,30 p/>

#### **MODALIDAD CONJUNTOS**

Normativa Técnica RFEG Modalidad Conjuntos Nivel Base. MIRAR EXIGENCIAS TÉCNICAS 2020 RFEG.

<b>GRAN GRUPO ML ESCUELAS</b>	
CATEGORIAS	(2006-2014)
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 3,8 (MISMAS PENALIZACIONES TRIOS ML)
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 6 dificultades de valor más alto se contabilizan  Valor total máximo de las dificultades corporales 0,10
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 de cada grupo corporal
	Mínimo 1 Máximo 4
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Mas de 1 tour lento ( prohibido sobre rodillas o en cosaco)
EJECUCIÓN	Será sobre 15 puntos
MUSICA	Música de 1´45 a 2´00. Se permite música cantada
COLABORACIONES	Se pueden añadir las colaboraciones de conjunto de manos libres sin sobrepasar MAXIMO HASTA 2 PUNTOS. Mínimo 4. (0,10-0,20)

<b>GRAN GRUPO APARATO ESCUELAS/ESCOLAR</b>	
CATEGORIAS	(2009 y anteriores)
COMPOSICIÓN	Valor máximo: 5 (MISMAS PENALIZACIONES TRIOS APARATOS)
DIFICULTADES	Mínimo 3 dificultades Las 6 dificultades de valor más alto se contabilizan  Valor total máximo de las dificultades corporales 0,3
GRUPOS CORPORALES	Mínimo 1 máximo 2 dificultades de cada grupo corporal
	Mínimo 1 Máximo 4
ELEMENTOS PROHIBIDOS	1. La caída de rodillas desde un salto 2. Mas de 1 tour lento ( prohibido sobre rodillas o en cosaco)
EJECUCIÓN	Será sobre 15 puntos
MUSICA	Música de 1´45 a 2´00. Se permite música cantada
COLABORACIONES	Se pueden añadir las colaboraciones de conjunto de manos libres sin sobrepasar MAXIMO HASTA 2 PUNTOS. Mínimo 4. (0,10-0,20)

## INFORMACIÓN GRAN GRUPO

### VALORACION DEL EJERCICIO.

CATEGORIA ESCUELAS (2006-2014): Manos Libres

CATEGORÍA ESCUELAS/ ESCOLARES (2009 y anteriores): Aparato a elección (rítmica u original)

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

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

- El valor de cada colaboración en manos libres sera de 0,10 cuando no exista inversión.
- El valor de cada colaboración en manos libres con inversión (por encima, por debajo o a través) sera de 0,20. 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 deberá cambiar de formación.

**NOTA:** HAY UN MÁXIMO DE 2.00 POR COLABORACIONES.

### **GRAN GRUPOS – Aparato a elección (rítmica u original): MAYORES**

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 el, no deberá ser de mero adorno.

Ejemplos de aparatos posibles: Abanico, sombrero, gasa...

Ejemplos de aparatos no posibles: Silla, objeto punzante peligroso...

### DIFICULTAD

Según código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa FGIB 2017-2018.

Las dificultades corporales se valoraran siempre y cuando lleven cualquier movimiento con el aparato elegido. No hay dificultades por intercambio.

- El valor de cada colaboración sin perdida de contacto con el aparato sera de 0,10.
- El valor da cada colaboración con perdida de contacto con el aparato (bien por lanzamiento, rodamiento, bote...) sera de 0,20 (bien por lanzamiento, rodamiento, bote...) sera de 0,20.
- Entre una colaboración y otra se deberá cambiar de formación.

**NOTA:** HAY UN MÁXIMO DE 2.00 POR COLABORACIONES

## **FALTAS ARTÍSTICAS**

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 únicamente 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.

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

Ejemplo 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.

El Gran Grupo aparato original podrá estar formado en menos de un 50% por gimnastas de nivel Federado B en la proporción de TRES gimnastas si la composición es de 10, CUATRO gimnastas si es hasta 12 y CINCO si son de 15 gimnastas o más.

Aparatos alrededor del practicable: Código FIG respetando las medidas de los aparatos según las categorías.

<b>Medidas de los aparatos Código FIG para modalidad individual y Conjuntos, excepto:</b>	
Categoría Benjamín	Pelota mínimo 15 cm de diámetro
Categoría Alevín	Aro mínimo 70 cm de diámetro Mazas mínimo 35 cm de largo
Categoría Infantil	Mazas mínimo 35 cm. de largo Cinta mínimo 4,5 metros.
Categoría Júnior, Cadete y Juvenil	Cinta mínimo 5 metros.