

EXIGENCIAS TÉCNICAS - EJERCICIOS INDIVIDUALES
CATEGORÍA BENJAMÍN

M. LIBRES
4 Grupos Corporales

DIFICULTAD

1. GENERALIDADES

1.1 Cada ejercicio individual puede tener **8 dificultades** como máximo, para un valor de 2.40 pts.

1.2. **Para los ejercicios de Manos Libres, los 4 grupos corporales obligatorios deben estar representados de manera equilibrada; entre las 8 dificultades, ningún grupo puede tener más de 2 dificultades suplementarias con relación a cada uno de los otros grupos. (Código FIG aparato Aro)*

1.3. Las dificultades siguientes quedan prohibidas:

- La dificultades con “tour lento” sobre la rodilla
- Las dificultades de giro sobre la rodilla
- Los giros con cambio de forma

1.3. Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito sobre la ficha oficial con la sucesión de **8 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 pts.**

3. NOTA DE DIFICULTAD Se aplicará el Código FIG

3.1. La nota de Dificultad para la Categoría Benjamín será de **0.00 a 2.40 pts.** Por ejemplo, en una composición de máximo nivel, el reparto de la nota de Dificultad es el siguiente:

- 8 dificultades aisladas de valor máximo 0.30 pts = 2.40 pts máximo.
- TOTAL DIFICULTAD =2.40 pts máximo

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

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: 0,50 puntos por falta de equilibrio en la utilización de las dificultades de los grupos corporales. Sólo las primeras dificultades ejecutadas y que entren en la norma serán evaluadas.
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 0.50 ptos. Etc....

ARTÍSTICO

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

1.1. Ejercicio de Manos Libres

El Artístico tendrá un valor máximo de **7.00 puntos** repartidos del modo siguiente:

MÚSICA	2.00 ptos.
COREOGRAFÍA	5.00 ptos.
- Composición de base	4.00 ptos.
- CAP	1.00 ptos.

Nota:

- El valor de la música **(2.00 ptos.)** se ha incrementado con el objetivo de mejorar la composición de los ejercicios en el apartado de música - movimiento.
- El valor de las CAP (1.00 pto.) corresponde únicamente al apartado de Originalidad.
- Las originalidades en Manos Libres, podrán ser bonificadas del modo siguiente, a criterio de cada juez de A, 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 extraordinaria)

Nota: Los apartados 3) y 4) serán valorados y añadidos por la juez de Artístico en el espacio correspondiente en la ficha de Artístico. El valor de estos dos conceptos (máx. 0.10+0.10) se sumará al total de las CAP. evaluadas sin poder exceder 1.00 punto.

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

2. ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Según Código FIG. (Máximo tres elementos acrobáticos aislados o en serie)

Penalizaciones: Según Código FIG salvo los aspectos siguientes:

- **Música de fondo 2.00 puntos**
- **Gran parte del ejercicio sin concordancia con la música 1.00 punto**

Nota: *Cada gimnasta debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito la ficha oficial en el plazo reglamentario.*

EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG.

1. NOTA DE EJECUCIÓN

La nota de ejecución será: de 0 a 10 puntos (las jueces darán solamente el total de las penalizaciones).

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE:

$D + \text{Art} / 2 + \text{EJ} = \text{NOTA FINAL MÁXIMA}$

Ejercicio de Manos Libres= $(2.40 + 7.00) / 2 = 4.70 + 10.00 = 14.70$ ptos.

EXIGENCIAS TÉCNICAS - EJERCICIOS INDIVIDUALES

CATEGORÍA ALEVÍN

CUERDA

SALTOS

DIFICULTAD

1. GENERALIDADES

- 1.1. Cada ejercicio individual puede tener **10 dificultades** como máximo, para un valor de 4.00 puntos.
- 1.2. En un ejercicio cada gimnasta deberá presentar obligatoriamente 6 dificultades del grupo corporal obligatorio del aparato, las 4 restantes dificultades, hasta completar las 10 permitidas, serán obligatoriamente 1 de cada grupo corporal no obligatorio y la 4ª a elegir de entre los GCNO.
- 1.3. En un ejercicio cada gimnasta deberá presentar obligatoriamente 6 dificultades del grupo corporal obligatorio del aparato y 2 dificultades de cada grupo corporal no obligatorio como máximo, hasta completar las **10** dificultades

2. VALOR DE LAS DIFICULTADES

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

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

D Todas las = 0.40.

2.2. Las dificultades siguientes quedan prohibidas:

- Las dificultades con "tour lento" sobre la rodilla
- Las dificultades de giro sobre la rodilla
- Los giros con cambio de forma

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

⇒ **NOTA DE DIFICULTAD**

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

Se aplicará el Código FIG

- 3.1. La nota de Dificultad para la Cat. Alevín será de **0.00 a 4.00 pts.**
Por Ejemplo, 10 Dificultades de nivel D (0.40) = 4.00 pts máximo .

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 la ficha/ejercicio contiene menos o más de las 6 dificultades del grupo obligatorio: 0,50 p.
3. Por cada grupo corporal no obligatorio no representado o representado por más de 2 dificultades: 0,50 p.; solamente las dificultades que se encuentren en la norma serán evaluadas.
4. Por dificultades ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,50 puntos por ficha incorrecta.
5. 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.
6. Por cada dificultad prohibida 0.50 pts. Etc...

ARTÍSTICO

Se aplicará el Código FIG

1.2. Ejercicio con aparato CUERDA:

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

MÚSICA	1.00 pts.
COREOGRAFÍA	7.00 pts.
- Composición de base	2.00 pts.
- CAP	5.00 pts.

Nota 1: Los **5.00 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.

EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG

2. NOTA DE EJECUCIÓN

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

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE :	
	D + Art / 2 + EJ
	NOTA FINAL MÁXIMA:
Ejercicio con aparato	= (4.00 + 8.00) / 2 = 6.00 + 10.00 = 16.00 pts

EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS INDIVIDUALES

CATEGORÍA INFANTIL

MAZAS
EQUILIBRIO

DIFICULTAD

1. GENERALIDADES:

Se aplicará el Código FIG al programa siguiente:

1.1. Cada ejercicio individual puede tener **12 dificultades**, de la A a la E como máximo para un valor de 600 puntos.

1.2. En los ejercicios de Mazas, la nota total del ejercicio es obtenida por la suma de las dificultades del grupo corporal obligatorio de cada aparato (6 dificultades) más el valor de las dificultades de cada uno de los grupos corporales no obligatorios. (máximo 2 dificultades por cada grupo)

1.3 Las dificultades siguientes quedan prohibidas:

- La dificultades con “tour lento” sobre la rodilla
- Las dificultades de giro sobre la rodilla

1.4. Cada gimnasta debe entregar con antelación (ver Normativa Gral.

Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial la sucesión de 12 dificultades como máximo, utilizando los símbolos correspondientes.

2. VALOR DE LAS DIFICULTADES

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

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.**

3. NOTA DE DIFICULTAD

3.1. La nota de Dificultad para la Cat. INFANTIL será de **0.00 a 6.00** pts.
12 dificultades de 0,50 pts máximo = 6.00 máximo pts

Penalizaciones:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 12 dificultades: 0,50 puntos, y sólo las 12 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Por dificultades ejecutadas no declaradas en la ficha: 0,50 puntos por ficha incorrecta.
3. Si la ficha/ejercicio contiene menos o más de 6 dificultades del grupo obligatorio: 0,50 p.
4. Por cada grupo corporal no obligatorio representado por más de 2 dificultades: 0,50 p.; solamente las 2 primeras dificultades registradas por la juez sobre la ficha serán evaluadas.
5. 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.
6. Por cada dificultad prohibida 0.50 pts. Etc..

Aplicación Código FIG

3. ARTÍSTICO

Ejercicio con aparato MAZAS :

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

MÚSICA	1.00 pts.
COREOGRAFÍA	8.00 pts.
- Composición de base	2.00 pts.
- CAP	6.00 pts.

Nota 1: Los **6.00 puntos** de las CAP se reparten, según Código 2005, 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.

NORMATIVA G.R. 2008 CAMPEONATO NACIONAL BASE
Comité N. de Jueces

4. ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Se aplicará el Código FIG

Nota: Cada gimnasta debe entregar con antelación (ver Normativa Gral. Nacional) y por escrito sobre la ficha oficial.

EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG

1. NOTA DE EJECUCIÓN

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

LA NOTA FINAL VIENE DADA POR LA SUMA DE :

$$D + A / 2 + E$$

$$\text{Ejercicio con aparato} = 6.00 + 9.00 / 2 = 7.50 + 10.00 = 17.50$$