

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

Esta competición está dirigida exclusivamente a **centros escolares y clubs** que quieran iniciarse en las competiciones de Gimnasia Rítmica y que por las condiciones de entrenamiento, horas, lugar... no se ven preparados para el nivel de competición del escolar "B".

Sólo participaran en modalidad de CONJUNTOS, con la peculiaridad de que podrán estar compuestos por 4, 5, 6 ó 7 gimnastas.

No se realizarán ejercicios individuales bajo ninguna circunstancia.

Cada gimnasta pertenece a un nivel A, B ó C. **NO SE PUEDE PARTICIPAR EN DOS NIVELES EN LA MISMA TEMPORADA**, pero para salvaguardar la igualdad en las competiciones, el comité técnico **tendrá potestad absoluta** para que, en caso de que lo considere oportuno, trasladar en cualquier momento de la temporada una gimnasta concreta o conjunto del nivel "C" al "B".

Durante la 1ª fase habrá una juez responsable nombrada por el comité, que se encargara de decidir si hay algun conjunto que tendrá que pasar a escolar B

NORMATIVA GENERAL PARA LOS CONJUNTOS

Las categorías serán:

BENJAMIN: 2009-2010

ALEVIN: 2007-2008

INFANTIL: 2005-2006

- La duración de los ejercicios de **todas la categorías es de 1.30 a 1.45 min**
- La música podrá ser cantada.
- Los conjuntos benjamines, alevines e infantiles podrán tener 1 gimnasta de categoría superior en los conjuntos de 4 gimnastas y 2 gimnastas de categoría superior en el caso de que el conjunto sea de 5, 6 ó 7.
- Los conjuntos alevines e infantiles podrán tener 1 gimnasta de categoría inferior en los conjuntos de 4 gimnastas y 2 gimnastas de categoría inferior en el caso de que el conjunto sea de 5, 6 ó 7.
- **SOLO SE PERMITE UN ELEMENTO DE ROTACIÓN (una sola gimnasta) QUE IMPLIQUE ESPALDA DURANTE UNA CR o CRR. LA PENALIZACIÓN SERA DE 1 PUNTO SI SE REALIZAN MAS DE 1.**

Ninguna gimnasta puede participar en más de un conjunto.

La nota vendrá dada por la suma de dificultad y ejecución.

APARATOS

CATEGORIA BENJAMIN: Manos libres.

CATEGORIA ALEVIN: Manos libres y Pelotas..

- 4 gimnastas: 2 manos libres y 2 pelotas
- 5 gimnastas: 2 manos libres y 3 pelotas
- 6 gimnastas: 3 manos libres y 3 pelotas
- 7 gimnastas: 3 manos libres y 4 pelotas

CATEGORIA INFANTIL: Manos libres y Aros.

- 4 gimnastas: 2 manos libres y 2 aros
- 5 gimnastas: 2 manos libres y 3 aros
- 6 gimnastas: 3 manos libres y 3 aros
- 7 gimnastas: 3 manos libres y 4 aros

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

LAS NOTAS MAXIMAS PERMITIDAS PARA CADA CATEGORÍA NO SON LAS QUE NECESARIAMENTE DEBE PRESENTAR EL CONJUNTO. SE PUEDEN PRESENTAR DIFICULTADES DE MENOR VALOR.

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS

CATEGORIA BENJAMÍN C
Manos Libres
Duración: 1,30 a 1,45 min

DIFICULTAD D

1. GENERALIDADES

- 1.1. Cada ejercicio de conjuntos puede tener **mínimo 3** dificultades corporales y **máximo 4**.
- 1.2. En el ejercicio de conjunto como **mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal** debe estar presente y ejecutarse **simultáneamente (o en sucesión muy rápida**, no en subgrupos) **por todas** las gimnastas.
- 1.3. El **valor máximo en una dificultad aislada será de 0.30**.
- 1.4. Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como **mínimo una combinación de pasos de Danza**. Valor único para cada combinación 0.30. Se permite realizar acrobacias en los pasos de danza.
- 1.5. Cada ejercicio deberá tener **obligatoriamente 4 Elementos de Colaboración**.
- 1.6. Cada conjunto podrá tener una **nota máxima de 5.00 puntos de dificultad**.
- 1.7. Para el resto de exigencias se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar.

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

Ejercicios de Conjunto Manos Libres –Colaboraciones sin aparato				
Valor				Tipos de Colaboración
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: - Por las 5 gimnastas - En subgrupos (pareja, trio, 4+1.) Las acciones ejecutadas por los distintos subgrupos deberá tener el mismo valor. - Posible con “alzado” de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR 1 gimnasta	CR2 2-3 gimnastas		Colaboración: - Un elemento dinámico de rotación del cuerpo - Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación
		CRR 1 gimnasta	CRR2 2-3 gimnastas	Colaboración: - Un elemento dinámico con rotación del cuerpo - Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras - Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la(s) gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.
Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas				

*NOTA: La colaboración C exigirá una acción además del simple contacto. Ejemplo – caminar al ritmo de la música estando las gimnastas agarradas por la cintura en una fila.

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

2. PENALIZACIONES DE DIFICULTAD

- 2.1. En el ejercicio no hay mínimo 3 dificultades corporales: 0.30
 - 2.2. En el ejercicio **menos de 1 Dificultad** de cada grupo corporal está representado. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos.
 - 2.3. **Por una dificultad corporal de cada Grupo Corporal no ejecutada simultaneamente o en muy rápida sucesión (no en subgrupos) por todas las gimnastas: 0.30 puntos.**
 - 2.4. Por la ausencia de mínimo una combinación de pasos de danza: 0.30 puntos.
 - 2.5. **Si un ejercicio tiene más de 5.00 puntos de nota, la juez de dificultad dejara de contar cuando llegue a 5.00 puntos pero no se penalizará.**
- 2.4. Para el resto de penalizaciones se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero.**

EJECUCION

Se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

CATEGORIA ALEVIN C Manos Libres y Pelotas Duración: 1,30 a 1,45 min

DIFICULTAD D

1 GENERALIDADES

- 1.1. En el ejercicio de conjunto como **mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal** debe estar presente y ejecutarse **simultáneamente (o en sucesión muy rápida)**, no en subgrupos) **por todas** las gimnastas.
- 1.2. El **valor máximo en una dificultad aislada será de 0.30**.
- 1.3. **Obligatoriamente 3 dificultades corporales**.
- 1.4. **Obligatoriamente 3 dificultades de intercambio**.
- 1.5. Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como **mínimo una combinación de pasos de Danza**. Valor único para cada combinación 0.30. Se permite realizar acrobacias en los pasos de danza.
- 1.6. **Cada conjunto obtendrá una nota máxima de 6.00 puntos de dificultad**.
- 1.7. En la categoría alevín C se podrán realizar colaboraciones C con valor 0,10: gimnastas o aparatos pasando por encima, por debajo o a través de los movimientos de los aparatos o compañeras, SIN LANZAMIENTO.
- 1.8. En conjunto las CC son las del código FIG 2018 1 de Febrero, entendiéndose que hay dos tipos de transmisiones, pero no es necesario que cada gimnasta realice 2 acciones.
- 1.9. Para la categoría Alevín C se permitirán las colaboraciones C, CC, CR y CRR en subgrupos, es decir, no será necesario que todas (las 5 ó 6) gimnastas colaboren con todas, si no que se permitirán este tipo de colaboraciones en parejas, tríos...
- 1.10. En las CRR el aparato no puede estar posado en el suelo quieto, tiene que estar a la altura de las rodillas, pero si está en movimiento no se exige la altura.
- 1.11. Para el resto de exigencias se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2 PENALIZACIONES DE DIFICULTAD

- 2.1. **Por una dificultad corporal de cada Grupo Corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión (no en subgrupos) por todas las gimnastas: 0.30 puntos**.
- 2.2. El ejercicio tiene **menos de 3** Dificultades sin intercambio. 0.30 puntos
- 2.3. El ejercicio tiene **menos de 3** Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 2.4. Por la ausencia de mínimo una combinación de pasos de danza: 0.30 puntos.
- 2.5. **Si un ejercicio tiene más de 6.00 puntos de nota, la juez de dificultad dejará de contar cuando llegue a 6.00 puntos, pero no se penalizará**.
- 2.6. Para el resto de penalizaciones se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero**

EJECUCION

Se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

CATEGORIA INFANTIL C
Manos Libres y Aros
Duración: 1,30 a 1,45 min

DIFICULTAD D

1. GENERALIDADES

- 1.1. En el ejercicio de conjunto como **mínimo 1 dificultad de cada grupo corporal** debe estar presente y ejecutarse **simultaneamente (o en sucesión muy rápida, no en subgrupos) por todas** las gimnastas.
- 1.2. El **valor máximo en una dificultad aislada será de 0.30.**
- 1.3. **Obligatoriamente 3 dificultades corporales.**
- 1.4. **Obligatoriamente 3 dificultades de intercambio.**
- 1.5. Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como **mínimo una combinación de pasos de Danza**. Valor único para cada combinación 0.30. Se permite realizar acrobacias en los pasos de danza.
- 1.6. **Cada conjunto obtendrá una nota máxima de 6.00 puntos de dificultad.**
- 1.7. En la categoría infantil C se podrán realizar colaboraciones C con valor 0,10: gimnastas o aparatos pasando por encima, por debajo o a través de los movimientos de los aparatos o compañeras, SIN LANZAMIENTO.
- 1.8. En conjunto las CC son las del código FIG 2018 1 de Febrero, entendiéndose que hay dos tipos de transmisiones, pero no es necesario que cada gimnasta realice 2 acciones.
- 1.9. Para la categoría Infantil C se permitirán las colaboraciones C, CC, CR y CRR en subgrupos, es decir, no será necesario que todas (las 5 ó 6) gimnastas colaboren con todas, si no que se permitirán este tipo de colaboraciones en parejas, tríos...
- 1.10. En las CRR el aparato no puede estar posado en el suelo quieto, tiene que estar a la altura de las rodillas, pero si está en movimiento no se exige la altura.
- 1.11. Para el resto de exigencias se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES DE DIFICULTAD






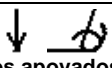
- 2.1. **Por una dificultad corporal de cada Grupo Corporal no ejecutada simultaneamente o en muy rápida sucesión (no en subgrupos) por todas las gimnastas: 0.30 puntos.**
- 2.2. El ejercicio tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.30 puntos
- 2.3. El ejercicio tiene menos de 3 Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 2.4. Por la ausencia de mínimo una combinación de pasos de danza: 0.30 puntos
- 2.5. **Si un ejercicio tiene más de 6.00 puntos de nota, la juez de dificultad dejara de contar cuando llegue a 6.00 puntos, pero no se penalizará.**
- 2.6. Para el resto de penalizaciones se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero**

EJECUCION

Se aplicará el **Código FIG 2018 1 de Febrero** (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

DIFICULTADES VÁLIDAS PARA TODAS LAS CATEGORÍAS

NORMATIVA ESCOLAR C 2018-2019

0.10	0.20
SALTOS	
 Zancada 135°	
EQUILIBRIOS	
	
	
 ↓ ↓ Hombros apoyados en el suelo	
 ↓ ↓ Hombros apoyados en el suelo	
ROTACION	
