

EXIGENCIAS TÉCNICAS GIMNASIA RÍTMICA 2022



**FEDERACIÓN
ANDALUZA
GIMNASIA**

Las exigencias técnicas son orientativas para las entrenadoras y el nivel de dificultades que utilicen para los ejercicios dependerá del nivel de las gimnastas; no es obligatorio llevar las dificultades del nivel más alto ni llegar a la máxima nota permitida.

Para los circuitos Absoluto, Base se aplicarán las exigencias técnicas de la R.F.E.G.

1.- APARATOS

1.1.- Aparatos alrededor del practicable: Código F.I.G. (respetando las medidas de los aparatos según categorías).

https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_Apparatus%20Norms.pdf

1.2.- Medidas de los aparatos: Código F.I.G. en la modalidad individual y Conjuntos todos los niveles excepto:

CATEGORÍAS	DIMENSIONES
Benjamín	Pelota mínimo 15 cm. de diámetro
Alevín	Pelota mínimo 18 cm. de diámetro Mazas 35cm
Infantil	Aro mínimo 70 cm de diámetro
Júnior/ Senior	Cinta mínimo 5 m.

NOTA: Para los conjuntos de todos los niveles FAG que tengan CUERDA, se seguirá las directrices del código FIG Junior respecto a realizar un máximo de 2 DE y hasta un máximo de 5 CR con los dos extremos de la cuerda anudados.

2.- EXIGENCIAS TÉCNICAS SEGÚN LOS DISTINTOS CIRCUITOS

2.1.- CIRCUITO PROMESAS

Recordamos que las gimnastas de promesas son niñas de escuela y lo que se quiere fomentar es el trabajo corporal de dichas gimnastas. Si el nivel de la gimnasta aumenta ésta debe ir avanzando dentro del circuito de competiciones de nivel progresivo que se ofrece desde esta federación.

TIPOS DE COLABORACIONES MANOS LIBRES	VALOR
<p>C: Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal y sin elevación de ninguna gimnasta).</p>	0,10
<p>CC: Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal).</p> <p>La relación/es pueden realizarse conjuntamente o por subgrupos. Este tipo de colaboraciones incluyen relaciones realizadas con un mínimo de 3 acciones idénticas con relaciones corporales, realizadas en sucesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas. • Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones. 	0,30
<p>CR: Colaboración con rotación corporal.</p> <p>Si más de una gimnasta realiza la rotación, estas deben ser idénticas. Es posible realizar la rotación con o sin ayuda de las compañeras, con o sin paso por encima, a través o por debajo.</p> <p>El valor será incrementado en 0,10 para cada gimnasta que realice la acción principal (Máximo 3 gimnasta realizando el riesgo corporal)</p>	0,10
<p>CL: es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizados elevando y sujetando al gimnasta en un nivel elevado. La Elevación puede realizarse con varias posiciones del gimnasta sostenido en el espacio, elevado por encima del nivel del hombro de la compañera que se encuentra en una posición de pie.</p> <p>Ver Página 193 del Código para más aclaraciones</p>	0,20

NOTA:

SOLO EN EL CIRCUITO PROMESAS SE PERMITIRÁ EN CL QUE LA ELEVACIÓN SE REALICE POR ENCIMA DE LA CINTURA , DE LA COMPAÑERA QUE SE ENCUENTRA EN UNA POSICIÓN DE PIE.

2.1.1.- PROMESAS NIVEL C

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

PREBENJAMÍN – BENJAMÍN - ALEVÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30
Dificultad Corporal Min. 3 – Máx. 3 DB Valor máx.: 0,10 (Prebenj) Valor máx.: 0,20 (Benj) Valor máx.: 0,30 (Alev)		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Grupos de Dificultad Corporal Mín.1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mínimo 2	Mín.4–Máx.4 (Prebenj) Mín.4 – máx. 5 (Benj) Mín 4– máx 6 (Alev) Mínimo 1 CC realizada Min 1 CR realizada Min 1 CL realiza Min 1 C realizada (en orden de ejecución)
		1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente




INFANTIL – CADETE - SENIOR			
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30	
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) Mín. 3 – Máx. 3 DB BD Valor máx.: 0,30 Dificultad con Intercambio Mín. 1 – Máx. 1 DE Valor máx.: 0,40		Dificultad con Colaboración DC Mín. 3 – Máx. 6 Mín. 1 CC realizada Min 1 CR realizada Min 1 CL realizada (en orden de ejecución)	
Dificultad sin intercambio DB Mín. 3 NO PERMITIDO DB COMBINADAS	Dificultad con intercambio DE Máx. 1 Distancia bonificada 6 m	Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas.	
DB mismas exigencias INDIVIDUAL			
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2	Elem. Fundam. Esp. Mín. 1 Menos de 1 DE realizado Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente Elementos fundamentales específicos del Aparato Por cada uno ausente	

2.1.2.- PROMESAS NIVEL B

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

PREBENJAMÍN – BENJAMÍN - ALEVÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30
Dificultad Corporal MÍN 3 – MÁX 4 DB Valor máx.: 0,20 (Prebenj) Valor máx.: 0,30 (Benj) Valor máx.: 0,40 (Alev)		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mínimo 2	Mín.4–Máx.5 (Prebenj.) Mín. 4 –máx. 6 (Benj) Mín. 4– máx. 7 (Alev) Mín. 1 CC realizada Min 1 CR realizada Min 1 CL realizada Min 1C realizada (en orden de ejecución)




INFANTIL – CADETE - SENIOR			
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30	
<p>Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) Mín. 3 – Máx. 3 DB DB Valor máx.: 0,40</p> <p>Dificultad con Intercambio Mín. 1 – Máx. 2 DE Valor máx.: 0,50</p>		<p>Dificultad con Colaboración DC</p> <p>Mín. 3 -Máx. 7</p>	
<p>Dificultad sin intercambio DB</p> <p>Mín. 3</p> <p>NO PERMITIDO DB COMBINADAS</p>	<p>Dificultad con intercambio DE</p> <p>Máx. 2</p> <p>Distancia bonificada 6 m</p>	<p>Mín.1 CC realizada</p> <p>Min 1 CR realizada</p> <p>Min 1  aislada realizada</p>	
DB mismas exigencias INDIVIDUAL			
<p>Grupos de Dificultad Corporal</p> <p>Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación</p>	<p>Ondas Totales del Cuerpo</p> <p>W Mín. 2</p>	<p>(en orden de ejecución)</p> <p>Elem.Fundam.Esp Mín 1</p>	
		<p>Menos de 3 Dificultades corporales realizadas</p> <p>Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal.</p> <p>Penalización por cada grupo ausente</p> <p>1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas.</p> <p>Menos de 1 DE realizado</p> <p>Más de 1 Equilibrio “Tour lento”</p> <p>Penalización por cada W ausente</p> <p>Penalización por cada colaboración exigida ausente</p> <p>Elementos fundamentales específicos del Aparato Por cada uno ausente</p>	

2.1.3.- PROMESAS NIVEL A

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:


PREBENJAMÍN – BENJAMÍN - ALEVÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30
Dificultad Corporal Min. 3 – Máx. 5 DB Valor máx.: 0,30 (Prebenj) Valor máx.: 0,40 (Benj) Valor máx.: 0,50 (Alev)		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal.
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mínimo 2	Mín. 4 – máx. 6 (Prebenj) Mín. 4 –máx. 7 (Benj) Mín. 4 – máx. 8(Alev) Mín. 1 CC realizada Min 1 CR realizada Min 1 CL realizada Min 1 C realizada (en orden de ejecución)
		Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente



INFANTIL – CADETE - SENIOR			
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30	
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) Mín. 3 – Máx. 3 DB DB Valor máx.: 0,50 Dificultad con Intercambio Mín. 1 – Máx. 2 DE Valor máx.: 0,60		Dificultad con Colaboración DC Mín. 4 -Máx.8 Mín 2 CC realizadas Min 1 CR realizada Min 1  aislada realizada (en orden de ejecución) Elem.Fundam.Esp Mín. 1	
Dificultad sin intercambio DB Mínimo 3 NO PERMITIDO DB COMBINADAS	Dificultad con intercambio DE Máx. 2 Distancia bonificada 6 m	Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Menos de 1 DE realizado Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente. Elementos fundamentales específicos del Aparato Por cada uno ausente	
DB mismas exigencias INDIVIDUAL			
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mínimo 2		

2.1.4.- GRUPOS

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

MINI BABYS – PREMINI – MINI - JUNIOR		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL - 0,30
Dificultad Corporal		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas
MÍN 3 – MÁX 3 DB Valor máx.: 0,10 (Mini babys)	Dificultad con Colaboración DC Mini Baby Mín. 4 – máx 4	
MÍN 3 – MÁX 4 DB Valor máx.: 0,10 (Premini)	Premini Mín. 4 – máx 6	
MÍN 3 – MÁX 6 DB Valor máx.: 0,20 (Mini)	Mini Mín 4 – máx 8	
MÍN 3 – MÁX 8 DB Valor máx.: 0,30 (Junior)	Junior Mín 4 – máx 10	Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal.
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		Penalización por cada grupo ausente
Grupos de Dificultad Corporal	Ondas Totales del Cuerpo	1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas.
Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	W Mínimo 2	
<p><u>la pirámide es de 3" máx.</u></p> <p><u>Las pirámides no entrarán dentro del recuento de las DC.</u></p> <p>- 0.40 sin tener en cuenta el número de gimnastas que ejecutan el rol más arriesgado, o no ejecutan ningún rol, tan solo que se vea una pirámide (de todas las niñas formando algo)</p> <p>Su símbolo es el siguiente:</p>  <p>Mini Babys: máx. 2 pirámides Pre mini: máx. 3 pirámides Mini: máx. 4 pirámides Junior: máx.4 pirámides</p> <p>Mín.1 CC realizada</p> <p>Min 1 CR realizada</p> <p>Min 1 CL realizada</p> <p>Mín 1 C realizada</p> <p>(en orden de ejecución)</p>		Más de 1 Equilibrio "Tour lento"
		Penalización por cada W ausente
		Penalización por cada colaboración exigida ausente
		Menos del número de pirámides exigidas en cada categoría

2.2.- CIRCUITO PRECOPA

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

2.2.1.- PRECOPA INDIVIDUAL - EQUIPOS

PREBENJAMÍN - BENJAMÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD (APARATO)		
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato)		Dificultad de Aparato
NO PERMITIDO DB COMBINADAS		<p>DA</p> <p>NO SE EXIGE MAX. 3 (En orden de ejecución)</p> <p>Elementos Fundamentales Espec. Mín. 1</p> <p>Elementos Fundamentales Mín. 1</p>
MÍN 3 - MAX 4 DB Valor máx 0,40		
Grupos de Dificultad Corporal	Ondas Totales del Cuerpo	
Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	W Mín. 2	
Elementos Dinámicos con Rotación (R)		
<p>Para facilitar la labor de las entrenadoras, se va a permitir que se realice un Elemento Dinámico de Rotación y lanzamiento con una sola Rotación; R1 (solo 1 de los 2 riesgos permitidos podrá ser R1).</p>		
Máx. 2		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD (MANOS LIBRES)		
Dificultad Corporal		
NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
MÍN 3 - MAX 4 DB Valor máx. 0,40		
Grupos de Dificultad Corporal	Ondas Totales del Cuerpo	
Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	W Mín. 2	



ALEVÍN	
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD	
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) NO PERMITIDO DB COMBINADAS	Dificultad de Aparato
MÍN 3 – MAX 5 DB Valor máx. 0,50	DA NO SE EXIGE
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mínimo 2
Elementos Dinámicos con Rotación (R) Para facilitar la labor de las entrenadoras, se va a permitir que se realice un Elemento Dinámico de Rotación y lanzamiento con una sola Rotación; R1 (solo podrá llevar 1 R1 en el ejercicio)	MAX 5 (En orden de ejecución) Elementos Fundamentales Espe. Mín. 1 Elementos Fundamentales Mín. 1
Máx. 2	

INFANTIL – JUNIOR – SENIOR	
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD	
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) NO PERMITIDO DB COMBINADAS	Dificultad de Aparato
MÍN 3 – Máx. 5 DB Valor máx. 0,50	DA NO SE EXIGE
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2
Elementos Dinámicos con Rotación (R) Para facilitar la labor de las entrenadoras, se va a permitir que se realice un Elemento Dinámico de Rotación y lanzamiento con una sola Rotación; R1 (solo podrá llevar 1 en el ejercicio)	MAX. 9 (En orden de ejecución) Elementos Fund. Espec. Mín. 1 Elementos Fundamentales Mín. 1
Máx. 3	




FEDERACIÓN
ANDALUZA
GIMNASIA



PENALIZACIONES

DIFICULTAD	MIN / MAX	PENALIZACIÓN 0,30
Dificultades Corporales DB	Mínimo 3	Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente
Equilibrio Tour Lento	Máx. 1 en pie plano o releve	Más de 1 Equilibrio "Tour lento"
Ondas Corporales Completas (W)	Mínimo 2	Penalización por cada W ausente
Dificultad de Aparato (DA) (en orden de ejecución)	No se exige	
Elementos Fundamentales Específicos del Aparato	Mínimo 1	Por cada uno ausente
Elementos Fundamentales del Aparato	Mínimo 1	Por cada uno ausente

2.2.2.- PRECOPA CONJUNTO

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

PREBENJAMÍN – BENJAMÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL 0,30
Dificultad Corporal Mín. 3 – Máx. 5 DB Valor máx.: 0,30		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente.
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2	
		Dificultad con Colaboración DC Mín 5 – Máx 7(Prebenj.) Mín 5 – Máx 8(Benj.) Mín 2 CC realizada Mín 1 CR realizada Mín 1 CL realizada Mín 1 C realizada (en orden de ejecución)
ALEVIN - INFANTIL – CADETE - SENIOR		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL 0,30
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) Mín. 3 – Máx. 3 DB DB Valor máx.: 0,50 Dificultad con Intercambio Mín. 1 – Máx. 2 DE Valor máx.: 0,60		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Menos de 1 DE realizado
Dificultad sin intercambio DB Mín. 3 NO PERMITIDO DB COMBINADAS	Dificultad con intercambio DE Máx. 2 Distancia bonificada 6 m	
DB mismas exigencias INDIVIDUAL		
		Dificultad con Colaboración DC Alevín Mín. 5 -Máx. 8 Mín. 1  realizada aislada Mín. 2 CC realizadas Mín. 2 CR realizadas (en orden de ejecución)

<p>Grupos de Dificultad Corporal</p> <p>Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación</p>	<p>Ondas Totales del Cuerpo</p> <p>W</p> <p>Mín. 2</p>	<p>Infantil Mín. 5 -Máx 9</p> <p>Mín. 1 C  realizada aislada</p> <p>Mín. 2 CC realizadas</p> <p>Mín. 2 CR realizadas</p> <p>(en orden de ejecución)</p> <p>Cadete y Senior</p> <p>Mín. 5 -Máx10</p> <p>Mín. 1 C  realizada aislada</p> <p>Mín. 2 CC realizadas</p> <p>Mín. 2 CR realizadas</p> <p>(en orden de ejecución)</p> <p>Elem.Fund.Esp. Mín. 1</p>	<p>Más de 1 Equilibrio “Tour lento”</p> <p>Penalización por cada W ausente</p> <p>Elementos fundamentales específicos del Aparato Por cada uno ausente</p> <p>Penalización por cada colaboración exigida ausente.</p>
--	---	--	---

2.3.- CIRCUITO COPA

2.3.1.- COPA INDIVIDUAL - EQUIPOS

PREBENJAMÍN - BENJAMÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD (APARATO)		
Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) NO PERMITIDO DB COMBINADAS		Dificultad de Aparato
MÍN 3 – MAX. 6 DB Valor máx. 0,40		DA Mín. 1–Máx.5 PreBenj Mín. 1–Máx.6 Benj. (En orden de ejecución)
Grupos de Dificultad Corporal	Ondas Totales del Cuerpo	Elementos Fundamentales Espec. Mín. 1 Elementos Fundamentales Mín. 1
Mín.1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	W Mín. 2	
Elementos Dinámicos con Rotación (R) Máx. 2		
2 BD con manejo del aparato utilizando la mano no dominante (PELOTA)		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD (MANOS LIBRES)		
Dificultad Corporal NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Mín. 3 – Máx. 6 DB Valor máx. 0,40		
Grupos de Dificultad Corporal	Ondas Totales del Cuerpo	
Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	W Mín. 2	

ALEVÍN

COMPONENTES DE LA DIFICULTAD

Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) NO PERMITIDO DB COMBINADAS		Dificultad de Aparato
Mín. 3 – Máx. 6 DB Valor máx. 0,50		DA Mín. 1–Máx.8 (En orden de ejecución)
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2	Elementos Fund. Esp. Mín. 1 Elementos Fundamentales Mín. 1
Elementos Dinámicos con Rotación (R) Máx. 3		

2 BD con manejo del aparato utilizando la mano no dominante (PELOTA)

INFANTIL – JUNIOR – SENIOR

COMPONENTES DE LA DIFICULTAD

Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) NO PERMITIDO DB COMBINADAS		Dificultad de Aparato
Mín. 3 – Máx. 6 DB Valor máx. 0,60		DA Mín. 1–Máx.12 (En orden de ejecución)
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2	Elementos Fund. Esp. Mín. 1 Elementos Fundamentales Mín. 1
Elementos Dinámicos con Rotación (R) Máx. 4		

2 BD con manejo del aparato utilizando la mano no dominante (CINTA)



PENALIZACIONES

DIFICULTAD	MIN / MAX	PENALIZACIÓN 0,30
Dificultades Corporales DB	Mínimo 3	Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente
Equilibrio Tour Lento	Máx. 1 en pie plano o releve	Más de 1 Equilibrio "Tour lento"
Ondas Corporales Completas (W)	Mínimo 2	Penalización por cada W ausente
Menos de 2 BD con manejo del aparato utilizando la mano no dominante.		Por cada uno ausente
Dificultad de Aparato (DA) (en orden de ejecución)	Mínimo 1	Ausente mín. 1
Elementos Fundamentales Específicos del Aparato	Mínimo 1	Por cada uno ausente
Elementos Fundamentales del Aparato	Mínimo 1	Por cada uno ausente

2.3.2.- COPA CONJUNTO

Se aplicará el Código F.I.G. Júnior en vigor, salvo los puntos que se detallan a continuación:

PREBENJAMÍN – BENJAMÍN		
COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL 0,30
Dificultad Corporal Mín. 3 – Máx. 6 DB Valor máx.: 0,40		Menos de 3 Dificultades corporales realizadas Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. Penalización por cada grupo ausente 1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas. Más de 1 Equilibrio “Tour lento” Penalización por cada W ausente Penalización por cada colaboración exigida ausente.
DB mismas exigencias INDIVIDUAL NO PERMITIDO DB COMBINADAS		
Grupos de Dificultad Corporal Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación	Ondas Totales del Cuerpo W Mín. 2	
		Mín.6–Máx.8 (Prebenj.) Mín.6–Máx.10 (Benj.) Mín. 2 CC realizadas Mín. 2 C realizadas Mín. 1 CR realizadas Mín. 1 CL realizadas (en orden de ejecución)



FEDERACIÓN
ANDALUZA
GIMNASIA

ALEVIN - INFANTIL – CADETE - SENIOR

COMPONENTES DE LA DIFICULTAD		PENAL 0,30	
<p>Dificultad Corporal (Conectados con elementos técnicos del aparato) Mín. 3 – Máx. 3 DB DB Valor máx.: 0,60</p> <p>Dificultad con Intercambio Mín. 1 – Máx. 3 DE Valor máx.: 0,70</p>		<p>Dificultad con Colaboración DC Mín. 6 -Máx. 8(Alevín)</p>	
<p>Dificultad sin intercambio DB Mín. 3</p> <p>NO PERMITIDO DB COMBINADAS</p>	<p>Dificultad con intercambio DE Máx. 3</p> <p>Distancia bonificada 6 m</p>	<p>Mín. 6 - Máx. 10(Infantil) Min.6-Máx.12 (Cad/Sen)</p>	<p>Menos de 3 Dificultades corporales realizadas</p> <p>Menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal.</p> <p>Penalización por cada grupo ausente</p> <p>1 Dificultad de cada grupo corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión por las 5 gimnastas.</p> <p>Menos de 1 DE realizado</p>
<p>DB mismas exigencias INDIVIDUAL</p>		<p>Mín. 2 ^C aisladas</p>	<p>Más de 1 Equilibrio “Tour lento”</p>
<p>Grupos de Dificultad Corporal</p> <p>Mín. 1 Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación</p>	<p>Ondas Totales del Cuerpo</p> <p>W Mín. 2</p>	<p>realizadas</p> <p>Mín. 2 CC realizadas</p> <p>Mín. 2 CR realizadas</p> <p>(en orden de ejecución)</p> <p>Elem.Fund.Esp. Mín 1</p>	<p>Penalización por cada W ausente</p> <p>Elementos fundamentales específicos del Aparato Por cada uno ausente</p> <p>Penalización por cada colaboración exigida ausente.</p>