



## NORMATIVA DE G. RITMICA

### JUEGOS DEPORTIVOS DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

#### EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTO

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Escolar 2022 que se detalla a continuación:

CATEGORÍA PREBENJAMÍN	MANOS LIBRES (1´45" a 2´00")
CATEGORÍA BENJAMÍN	MANOS LIBRES (1´45" a 2´00")
CATEGORÍA ALEVIN	5 AROS (1´45" a 2´00")
CATEGORÍA INFANTIL	5 CUERDAS (2´15" a 2´30")
CATEGORÍA CADETE	3 AROS Y 2 CINTAS (2´15" a 2´30") (80 cm) (5 m)

## DIFICULTAD

### MANOS LIBRES

- **Máximo 6** dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
- El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.40
- No se permiten Dificultades Combinadas
- Mínimo 2 ondas totales del cuerpo.
- Mínimo 3 y máximo 12 COLABORACIONES.

TIPOS DE COLABORACIONES	VALOR
<b>C:</b> 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).	<b>0,10</b>
<b>CC:</b> 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). 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. <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas.</li><li>• Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones.</li></ul>	<b>0,30</b>
<b>CR:</b> Colaboración con rotación corporal. 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. El valor será incrementado en 0,10 para cada gimnasta que realice la acción principal	<b>0,10</b>
<b>CL:</b> es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizados elevando y sujetando a la gimnasta en un nivel elevado.	<b>0,20</b>



La Elevación puede realizarse con varias posiciones de la gimnasta sostenida en el espacio, elevada por encima del nivel del hombro de la compañera que se encuentra en una posición de pie. Ver Página 193 del Código para más aclaraciones	
---	--

## APARATO

- **Máximo 7** dificultades corporales:
- *Mínimo 3 Dificultades sin intercambio*
- *Mínimo 3 Dificultades con intercambio*
- *Una a elección*
- *En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.*
- El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.40
- No se permiten Dificultades Combinadas
- Mínimo 2 ondas totales del cuerpo.
- Mínimo 3 y máximo 15 COLABORACIONES.
- Máximo 1 Elemento Dinámico de Rotación.
- Mínimo 2 Elementos Técnicos Fundamentales Específicos del Aparato.

## PENALIZACIONES:

- Si el ejercicio contiene más de **7 dificultades corporales**: 0.30 puntos, y sólo **las 7 primeras** dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- En el ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos.
- En el 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.
- En el ejercicio el / la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
- Más de una Dificultad con “tour lento” por ejercicio. 0.30 puntos.
- Ausencia de mínimo 3 Colaboraciones.
- Menos de 3 CC realizadas: penalización por cada CC ausente (0,30 puntos)
- 0,30 de penalización por cada uno ausente (Elementos Técnicos Fundamentales Específicos del aparato)

## ARTÍSTICO

Se aplicará el Código FIG actual

## EJECUCIÓN

Se aplicará el Código FIG actual