

NORMATIVA DE GIMNASIA RITMICA
JUEGOS DEPORTIVOS DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS 2026

PARTICIPANTES: Podrán participar todas aquellas gimnastas que sean de nivel escuela-iniciación pertenecientes a Centros de enseñanza públicos, privados o concertados en las categorías prebenjamín, benjamín, alevín, infantil y cadete. También podrán participar las entidades inscritas en el Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias o cualquier otro registro público, en la categoría infantil y cadete, y que no hayan competido en años anteriores en los campeonatos federados de nivel promesas, promoción, base y/ absoluto. Es decir, una vez hayas ascendido al nivel promesas o sucesivos no será posible volver a participar en los Juegos Deportivos del Principado de Asturias.

Excepcionalmente, en la temporada 2026 podrán participar gimnastas que hayan participado en el Campeonato Escolar de la FGPA 2025, pero no se podrá participar en ambas competiciones. Tampoco será posible participar durante el año 2026, en campeonatos de nivel Promesas, Promoción, Base y/o Absoluto coincidiendo con la temporada de la competición escolar (enero-junio).

No podrán participar en los Juegos Deportivos del Principado de Asturias las gimnastas que se hayan clasificado en el año 2025 entre los tres primeros puestos de la fase Final Autonómica Individual de los Juegos Deportivos (excepto en los casos en que el número de participantes de la categoría es menor de 15 gimnastas)

Las gimnastas pertenecientes a los conjuntos de cualquiera de los niveles federados, que estén inscritas como reserva, que no lleguen a participar en la fase autonómica ni en la nacional, no podrán participar en los Juegos Deportivos del Principado de Asturias.

CATEGORIAS: Modalidad Individual. La participación podrá ser tanto femenina como masculina. Se realizará una clasificación única.

Prebenjamín: Nacidos en los años 2018/2019

Benjamín: Nacidos en los años 2017

Alevín: Nacidos en los años 2015/2016

Infantil: Nacidos en los años 2013/2014

Cadete: Nacidos en los años 2010/2011/2012

CATEGORÍAS: Modalidad Dúo-Trío. Estarán formados por 2-3 gimnastas. La participación podrá ser femenina, masculina o mixta. Se realizará una clasificación única por categoría.

Prebenjamín: Nacidos en los años 2018/2019

Benjamín: Nacidos en los años 2017/2018

Alevín: Nacidos en los años 2015/2016/2017

Infantil: Nacidos en los años 2013/2014/2015

Cadete: Nacidos en los años 2010/2011/2012/2013

CATEGORÍAS: Modalidad Conjunto. Estarán formados por 4-5 gimnastas. La participación podrá ser femenina, masculina o mixta. Se realizará una clasificación única por categoría.

Prebenjamín: Nacidos en los años 2018/2019

Benjamín: Nacidos en los años 2017/2018

Alevín: Nacidos en los años 2015/2016/2017

Infantil: Nacidos en los años 2013/2014/2015

Cadete: Nacidos en los años 2010/2011/2012/2013

CATEGORÍAS: Modalidad Grupal. Estarán formados por 6-10 gimnastas. La participación podrá ser femenina, masculina o mixta. Se realizará una clasificación única por categoría.

Categoría única: Nacidos en los años 2019/2018/2017/2016/2015/2014/2013/2012/2011/2010

Nota: Cada gimnasta podrá participar en una única categoría y modalidad.

IMPORTANTE: Cuando en una de las categorías de las diferentes modalidades se inscriba solo un participante, se entiende que no hay competición, pues para que la hubiese haría falta un mínimo de dos. En este caso, participarán en la fase Interzonal a modo de control, es decir se evaluará el ejercicio por parte del jurado, no recibirán trofeo ni medalla de primer clasificado, pero sí recibirán un diploma de participación. Así mismo, podrán tomar parte en la fase Final Regional siendo también evaluados por el jurado aunque fuesen los únicos participantes de su categoría y recibirán medalla de participación.

CAMBIOS DE NIVEL: No habrá ascensos obligatorios a las competiciones federadas.

FASES DE COMPETICION

ZONAL: Para todas las categorías

REGIONAL: Para todas las categorías.

NACIONAL: La categoría que convoque el Consejo Superior de Deportes.

SISTEMA DE COMPETICION

Categoría Prebenjamín: Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupal

Categoría Benjamín: Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupal

Categoría Alevín: Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupal

Categoría Infantil: Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupal

Categoría Cadete: Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupal

FASE INTERZONAL:

Se clasifican a la fase final 5 gimnastas individuales, 3 Dúo-Trío, 3 Conjunto y 3 Grupales.

Habrà una clasificación única independientemente del número de gimnastas que formen el dúo-trío, el conjunto o el Grupal.

Nota: No se podrán inscribir gimnastas suplentes en ninguna modalidad por lo que todos los gimnastas tendrán que participar en un único pase de competición.

FASE NACIONAL: En la categoría del Campeonato de España que convoque el Consejo Superior de Deportes, el sistema de competición, normativa técnica, edades, etc., serán las mismas que establezca la normativa de dicho campeonato.

APARATOS:

En todas las categorías y modalidades habrá un único aparato: MANOS LIBRES

CAMPEONATO DE ESPAÑA:

Al Campeonato de España de Edad Escolar convocado por el Consejo Superior de Deportes, en el caso de decidirse la participación, asistirá una selección confeccionada por la Dirección Técnica de la Federación de Gimnasia del Principado de Asturias, de acuerdo con la normativa técnica, edades y sistema de competición que señale la convocatoria del Consejo Superior de Deportes.

INSCRIPCIONES: Las inscripciones para participar en los Juegos Deportivos del Principado se realizarán necesariamente por internet hasta 15 días antes de la fecha de la 1ª prueba Interzonal que le corresponda.

Los cambios de equipo estarán permitidos una sola vez por temporada, estableciéndose el plazo máximo de 7 días laborables antes de la competición.

TECNICOS: Será obligatorio que los entrenadores inscritos tengan al menos la titulación de entrenador de Nivel 1 de la modalidad de gimnasia rítmica.

OTROS ESTAMENTOS: También se podrán inscribir coreógrafos, preparadores físicos, psicólogos, siempre que acrediten su titulación mediante certificado original o copia compulsada del título correspondiente reconocido en el ámbito estatal.

IMPORTANTE: Se informa que solo podrán estar en la sala de calentamiento y competición, aquellos participantes que en cualquier estamento (gimnasta, técnico, coreógrafo o preparador físico) hayan realizado previamente la tramitación de su inscripción. Los delegados o representantes de los centros no podrán acceder a la zona de competición y calentamiento.

Para poder realizar la tramitación telemática de participantes se accederá a la página web www.asturias.es/deporteasturianoJuegosDeportivos/InscripcionesOnline. Todo ello dentro de los plazos establecidos.

El hecho de la inscripción en los Juegos Deportivos del Principado de Asturias supone el conocimiento y aceptación de todas y cada una de las bases de la presente convocatoria.

BAJAS: Tendrán que ser comunicadas al Comité Técnico de la Federación Asturiana de Gimnasia por escrito al correo: ctritmica@gimnastur.com

PREMIACIONES:

Recibirán medalla los tres primeros clasificados de cada categoría en la Final Regional Individual, Dúo-Trío, Conjunto y Grupales, con la excepción señalada para el caso de que hubiera un solo participante, en cuya caso recibirán medalla de participación.

CALENDARIO 2026:

Interzonal: Sedes y fechas a designar

Final Regional: Sede y fechas a designar

**EXIGENCIAS TECNICAS
EJERCICIOS INDIVIDUALES**

Se aplicará el código FIG actual en cuanto a generalidades, artístico y ejecución. Se aplicará la Normativa Nacional Base GR Individual, salvo en los puntos que establece la Normativa de los Juegos Deportivos 2026 que se detalla a continuación:

- APARATO UNICO PARA TODAS LAS CATEGORÍAS: MANOS LIBRES
- MUSICA: Duración 1'00 a 1'15
- DIFICULTAD:
Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 5: En el ejercicio deben estar presentes las dificultades de cada grupo corporal (mínimo 1 salto, 1 equilibrio y 1 giro)
El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30

PENALIZACIONES:

- En el ejercicio menos de 1 dificultad de cada grupo corporal: 0.30 por cada grupo corporal ausente
- En el ejercicio se realiza una dificultad prohibida: 0.30 de penalización y será anulada la dificultad
- Más de 1 dificultad con "tour lento" por ejercicio: 0.30

**EXIGENCIAS TECNICAS
EJERCICIOS DUO-TRIO Y CONJUNTOS**

Se aplicará el código FIG actual en cuanto a generalidades, artístico y ejecución. Se aplicará la Normativa Nacional Base GR conjuntos, salvo en los puntos que establece la Normativa de los Juegos Deportivos 2026 que se detalla a continuación:

- APARATO UNICO PARA TODAS LAS CATEGORÍAS: MANOS LIBRES
- MUSICA: Duración 1'45 a 2'00
- DIFICULTAD:
Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 5: En el ejercicio deben estar presentes las dificultades de cada grupo corporal (mínimo 1 salto, 1 equilibrio y 1 rotación)
El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30
Mínimo 4 y máximo 6 dificultades de COLABORACIÓN (2CC Y 2 CR)

*Ver los tipos de colaboraciones de manos libres en la Normativa Nacional Base 2026.

Aclaración: En las CC deben verse 3 repeticiones independientemente que lo realice un dúo o un trío

PENALIZACIONES:

- En el ejercicio menos de 1 dificultad de cada grupo corporal: 0.30 por cada grupo corporal ausente
- En el ejercicio se realiza una dificultad prohibida: 0.30 de penalización y será anulada la dificultad
- Más de 1 dificultad con "tour lento" por ejercicio: 0.30

**EXIGENCIAS TECNICAS
EJERCICIOS GRUPALES**

Se aplicará el código FIG actual en cuanto a generalidades, artístico y ejecución de la modalidad de conjuntos. Se aplicará la Normativa Nacional Base GR conjuntos manos libres, salvo en los puntos que establece la Normativa de los Juegos Deportivos 2026 que se detalla a continuación:

- **APARATO: MANOS LIBRES O CON IMPLEMENTOS** (gorros, bastones, paraguas, gasas, abanicos...). Si se realiza con implementos este tendrá que ser parte de la coreografía desde el principio hasta el final de la misma.

Aclaración: Aunque se utilice un implemento, el ejercicio será considerado de manos libres (solo es una ayuda para hacer los ejercicios más vistosos y variados), por tanto, de cara a su evaluación, la caída del implemento no será penalizado, pero sí las consecuencias que pudiera ocasionar (pérdidas de conexión, ritmo, etc)

- **MUSICA:** Duración 2'00 a 2'15
- **INDUMENTARIA:** Libre (no es necesario ir en maillot de competición) pero que permita la puntuación del ejercicio. Todos los componentes del grupo deberán ir iguales.
- **DIFICULTAD:**
3 dificultades corporales (1 salto, 1 equilibrio y 1 rotación)
El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30
Mínimo 4 y máximo 6 dificultades de COLABORACION (2CC Y 2 CR)

*Ver los tipos de colaboraciones de manos libres en la Normativa Nacional Base 2026

PENALIZACIONES:

- En el ejercicio menos de 1 dificultad de cada grupo corporal: 0.30 por cada grupo corporal ausente
- En el ejercicio se realiza una dificultad prohibida: 0.30 de penalización y será anulada la dificultad
- Más de 1 dificultad con "tour lento" por ejercicio: 0.30