

EXIGENCIAS TÉCNICAS JUEGOS MUNICIPALES DE GIMNASIA RITMICA 2015

Las exigencias técnicas son orientativas para las entrenadoras 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. Recordamos que son niñas de escuela y lo que se quiere fomentar es el trabajo corporal de las gimnastas.

CONJUNTOS

CATEGORIA	D	NIVEL DIF	DIFICULTAD CON O SIN INTERCAMBIO	COMBINACIÓN DE PASOS DE DANZA S →→→	ELEMENTOS DINAMICOS CON ROTACIÓN Y LANZAMIENTO	Elementos con colaboración entre las gimnastas con y sin rotación del cuerpo	VALOR MÁXIMO DE DIFICULTAD
Pre-Benjamín (Manos libres)	3 Dif.	A	1 dificultad de cada grupo corporal	Mínimo 1 Valor: 0,30 Max. 4		6 mínimo, máximo 2 con riesgo (de valor máx. 0,40)	2,90
Benjamín (Manos libres)	5 Dif.	A-B	1 dificultad de cada grupo corporal, más 2 a elección de distinto grupo	Mínimo 1 Valor: 0,30 Max. 4		6 mínimo, máximo 3 con riesgo	3,70
Alevín (Manos libres)	5 Dif.	A-B-C	1 dificultad de cada grupo corporal, más 2 a elección de distinto grupo	Mínimo 1 Valor: 0,30 Max. 4		6 mínimo	5,00
Infantil (5 ó 5 Pelotas)	5 Dif	A-B C-D (sólo de intercambio)	3 dificultades sin intercambio 2 dificultades con intercambio Coordinadas con elementos técnicos del aparato	Mínimo 1 Coordinados con grupos técnicos fundamentales específicos de cada aparato y elementos de los otros Grupos técnicos del aparato Valor: 0,30	No pueden ejecutar ningún elemento de riesgo corporal. R	6 mínimo	5,00
Cadete (5 ó 6 Aros) Sénior (3 aros y 2 ó 3 pelotas)	6 Dif	A-B-C D (sólo de intercambio)	3 dificultades sin intercambio 3 dificultades con intercambio Coordinadas con elementos técnicos del aparato	Min. 1 Coordinados con grupos técnicos fundamentales específicos de cada aparato y elementos de los otros Grupos técnicos del aparato Valor: 0,30	No pueden ejecutar ningún elemento de riesgo corporal. R.	6 mínimo	6,00

EXIGENCIAS TÉCNICAS JUEGOS MUNICIPALES DE GIMNASIA RITMICA 2015

VALIDO PARA TODOS LOS EJERCICIOS


No se podrán hacer dificultades de rotación múltiple (giros), ni dificultades mixtas

Ejercicios de Conjuntos Manos Libres- Colaboraciones sin aparato				
VALOR				TIPOS DE COLABORACIÓN
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Por las 5 gimnastas • En subgrupos (pareja, trío, 4+1.) • Posible con “alzado” de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR			Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico de rotación del cuerpo • Con la ayuda de la(s) compañera(s)/apoyo/“alzado” (esta opción no es exigida)
		CRR 1-2 gimnastas	CRR3 3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico con rotación del cuerpo • Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras • O, paso con apoyo sobre una o más compañeras
Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas				

Nota 1: Las pasadas serán válidas para los elementos de colaboración con riesgo corporal, siempre que haya una rotación de 360° de todo el cuerpo

EXIGENCIAS TÉCNICAS JUEGOS MUNICIPALES DE GIMNASIA RITMICA 2015

Penalizaciones de D, comunes en todas las categorías:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 3, 5 ó 6 dificultades: 0.50 puntos y sólo las 3, 5 ó 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Con Aparato: Si la ficha/ejercicio contiene menos de 3 dificultades sin intercambio: 0.50 puntos.
3. Con Aparato: Si la ficha/ejercicio contiene menos de 2/3 dificultades con intercambio: 0.50 puntos.
4. En la ficha / ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
5. En la ficha / 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
6. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
7. Por calculo incorrecto del valor total de todas las Dificultades, o por el valor de cada componente de la Dificultad. 0.30 puntos.
8. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
9. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos.
10. En la ficha más de los puntos que se piden en la nota final de Dificultad: 0.30 puntos (todos los valores que no entren en la norma serán anulados).
11. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos
12. La ficha / ejercicio tiene algún  : 0.50 puntos de penalización

En todas las categorías en ejecución se aplicara código FIG y las jueces solo darán las penalizaciones.

El cálculo de la nota será de la siguiente manera:

$$\mathbf{D + EJEC = NOTA FINAL}$$

EXIGENCIAS TÉCNICAS JUEGOS MUNICIPALES DE GIMNASIA RITMICA 2015

NORMATIVA TÉCNICA PARA MODALIDAD DE GRUPOS

MÚSICA

- Categoría Pre- Mini: música de 1,45 a 2
- Categoría Mini: música de 2 a 2.30
- Categoría Júnior: música de 2.30 a 3

La música utilizada para las coreografías deberá atenerse a la normativa exigida en el código de puntuación F.I.G., se permite la utilización de música con voz.


EXIGENCIAS TÉCNICAS					
GRUPO	NIVEL DIF	DIFICULTAD CON O SIN INTERCAMBIO	COMBINACION DE PASOS DE DANZA	Elementos con colaboración entre las gimnastas con y sin rotación del cuerpo	VALOR MAXIMO DE DIFICULTAD
			S → → →		
PRE – MINI	3 dificultades A	1 dificultad de cada grupo corporal	Min. 1 Valor: 0,30	6 mínimo	4,00
MINI	6 dificultades A, B	2 dificultades de cada grupo corporal	Min. 1 Valor: 0,30	6 mínimo	4,50
JUNIOR	8 dificultades A, B, C	2 dificultades por cada grupo corporal y el resto a elección de diferentes grupos	Min. 1 Valor: 0,30	6 mínimo	5,50

EXIGENCIAS TÉCNICAS JUEGOS MUNICIPALES DE GIMNASIA RITMICA 2015

Ejercicios de Conjuntos Manos Libres- Colaboraciones sin aparato				
VALOR				TIPOS DE COLABORACIÓN
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Por las 5 gimnastas • En subgrupos (pareja, trío, 4+1.) • Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR			Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico de rotación del cuerpo • Con la ayuda de la(s) compañera(s)/apoyo/"alzado" (esta opción no es exigida)
		CRR 1-2 gimnastas	CRR3 3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico con rotación del cuerpo • Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras • O, paso con apoyo sobre una o más compañeras
Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas				

Hemos incluido unos elementos de colaboración nuevos, que consiste en colaboraciones en las que no importa el número de gimnastas que realizan el rol más arriesgado, formando pirámides y no pueden parar en dichas pirámides más de 3".

- 0.40 sin tener en cuenta el numero de gimnastas ejecutan el rol más arriesgado, o no ejecutan ningún rol, tan solo que se vea una pirámide (de todas las niñas formando algo)

Su símbolo es el siguiente 

Además estarán prohibidas las siguientes dificultades corporales para todas las categorías:

SALTOS	10 0.50			EQUILIBRIOS	8 0.40			
					8 0.50			
	9 10 11	No se puede añadir el criterio de círculo + flexión			ROTACIONES	3 0.40		
						3 0.50		
						7 0.40		