

Nota General: Todas las modificaciones definitivas aportadas al Código GR FIG 2013 (versión válida 1 enero 2015, actualizada el 20 de febrero de 2015), entrantes en vigor a nivel internacional a partir de enero 2015, serán aplicables a nivel nacional en lo que respecta a todas las categorías salvo en algunos puntos que establece la Normativa Escolar 2015 a continuación.

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA BENJAMÍN A Y B
5 ó 6 Manos Libres

MANOS LIBRES

⇒ **DIFICULTAD D**

1. GENERALIDADES

- 1.1. Cada ejercicio de conjuntos puede tener mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6.
- 1.2. En el ejercicio de conjuntos de manos libres, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
- 1.3. Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como mínimo una Combinación de pasos de Danza, Valor único para cada combinación 0.30. Máximo 4 combinaciones.
- 1.4. Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente 6 Elementos de Colaboración.
- 1.5. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.6. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo la 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. En la ficha/ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
3. 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

EUSKAL GIMNASTIKA FEDERAZIOA – FEDERACIÓN VASCA DE GIMNASIA
NORMATIVA ESCOLAR G.R. 2015 - 2016
Ejercicios de Conjunto

4. Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

3. 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.) - Posible con “alzado” de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR			Colaboración: - 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: - 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				

⇒ **EJECUCION**

Se aplicará el Código FIG. 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA ALEVIN B
3 manos libres y 3 pelotas ó 2 manos libres y 3 pelotas

MANOS LIBRES

PELOTA

⇒ **DIFICULTAD D**

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple “Fouetté”).
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo la 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ **EJECUCION**

Se aplicará el Código FIG. 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA ALEVIN A
5 / 6 pelotas

PELOTAS

⇒ **DIFICULTAD D**

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo la 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ **EJECUCION**

Se aplicará el Código FIG. 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA INFANTIL A Y B
5 / 6 aros

AROS

⇒ **DIFICULTAD D**

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 3 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 7 dificultades: 0.50 puntos, y sólo la 7 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 3 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ **EJECUCION**

Se aplicará el Código FIG. 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA CADETE A Y B
2 aros y 2 pelotas ó 3 aros y 2 pelotas ó 3 aros y 3 pelotas

AROS	PELOTAS
------	---------

⇒ **DIFICULTAD D**

1 GENERALIDADES

- 1.1. Obligatoriamente 4 dificultades corporales (aisladas, excepto Dificultad de Rotación Múltiple "Fouetté").
- 1.2. Obligatoriamente 4 dificultades de intercambio.
- 1.3. Obligatoriamente realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos y/o recuperaciones (4 tipos diferentes)
- 1.4. Cada conjunto debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.
- 1.5. Para el resto de exigencias se aplicará el Código F.I.G. 2013 excepto los puntos especificados en el resumen de la normativa escolar

2. PENALIZACIONES

- 1 Si la ficha/ejercicio contiene más de 8 dificultades: 0.50 puntos, y sólo la 8 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
- 2 La ficha tiene menos de 4 Dificultades sin intercambio. 0.50 puntos
- 3 La ficha tiene menos de 4 Dificultades con intercambio. 0.50 puntos
- 4 Ausencia de 4 tipos diferentes de lanzamientos y/o recuperaciones durante Dificultades con intercambio. 0.30 puntos.
- 5 Para el resto de penalizaciones se aplicará el Código F.I.G. 2013

⇒ **EJECUCION**

Se aplicará el Código FIG. 2013 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA JUVENIL A Y B
4, 5 ó 6 pares de mazas

Se aplicará el Código FIG 2013

MAZAS

EXIGENCIAS TECNICAS: EJERCICIOS DE CONJUNTOS
CATEGORIA SENIOR A Y B
2 aros y 2 pares de mazas ó 3 aros y 2 pares de mazas ó 3 aros y 3 pares de mazas

Se aplicará el Código FIG 2013

AROS

MAZAS