

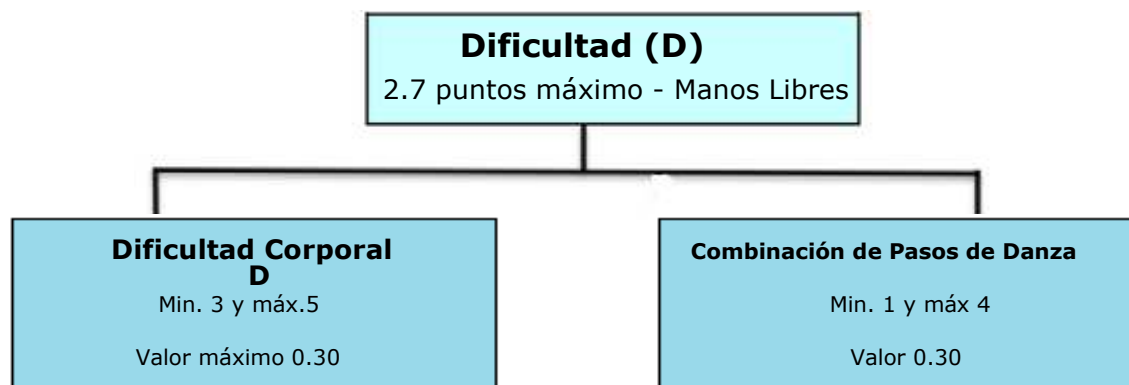
**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS INDIVIDUALES
CATEGORÍA BENJAMÍN NIVEL 3**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2014 que se detalla a continuación:

**M. LIBRES
(música sin voz)
1´15 a 1´30 min**

1. DIFICULTAD

1.1 GENERALIDADES



1.1.1 Minimo 3 dificultades corporales y máximo 5: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.30

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una Combinación de pasos de Danza, Valor único para cada Combinación 0.30 (4 Combinaciones máximo).

1.1.4 El valor máximo de la nota final de dificultad será 2.70 puntos.

1.1.5 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 5 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 5 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
4. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
 5. Por calculo incorrecto del valor total de todas las Dificultades, o por el valor de cada componente de la Dificultad. 0.30 puntos.
 6. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
 7. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos.
 8. En la ficha más de 2.20 puntos en la nota final de Dificultad de Manos Libres. 0.30 puntos (todos los valores que no entren en la norma serán anulados).
 9. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos.
 10. En la ficha más de 4 Combinaciones de pasos de Danza (serán anuladas las que no entren en la norma)

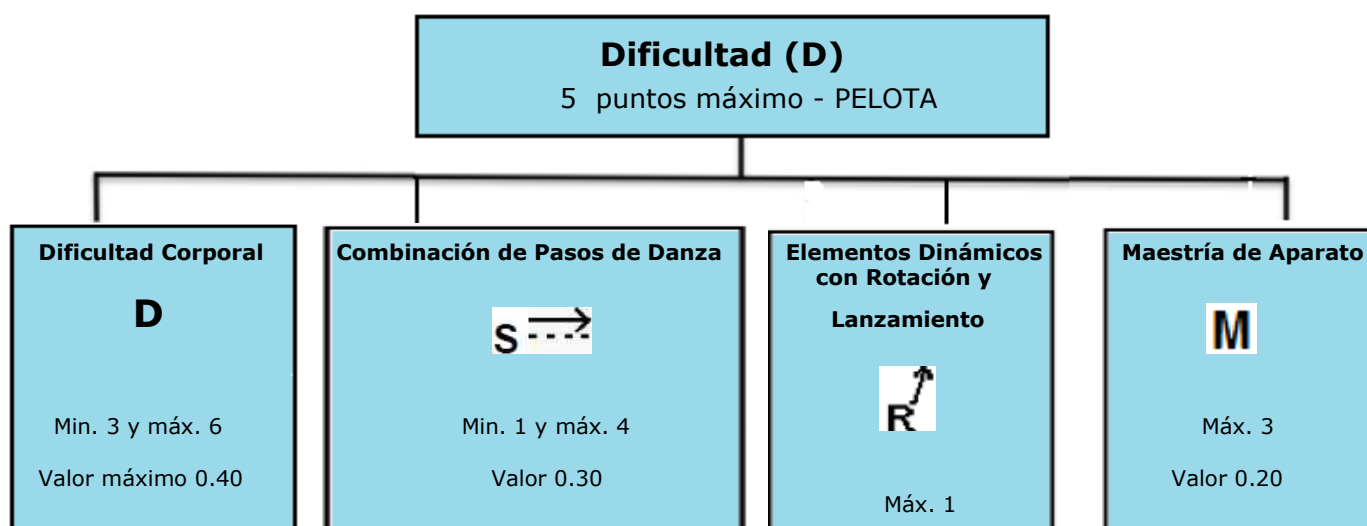
**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS INDIVIDUALES
CATEGORÍA ALEVIN NIVEL 3**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2014 que se detalla a continuación:

PELOTA
(música sin voz)
1'15 a 1'30 min

1. DIFICULTAD

1.1 GENERALIDADES



1.1.1 Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio de Cuerda, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones. **Todas estas dificultades deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato y/o elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.40

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como mínimo una Combinación de pasos de Danza y como máximo 4, Valor único para cada Combinación 0.30. **Todas deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato (mínimo uno en cada combinación) y elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.4 Cada ejercicio tendrá como máximo un Elemento Dinámico con Rotación y Lanzamiento.

1.1.5 Para la Maestría de aparato, serán validas tanto maestrías ordinarias como no ordinarias. Máximo 3 maestrías con un valor de 0.20 (1 base + 2 criterios, o 2 bases + 1 criterio)

1.1.6 Todos los Grupos Fundamentales del aparato tendrán que estar presentes a lo largo del ejercicio, bien en Dificultad, Combinación de Pasos de Danza o Maestrías. (Penalización 0.30).

1.1.7 El valor máximo de la nota final de dificultad será 5 puntos.

1.1.8 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

1.2 PENALIZACIONES:

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

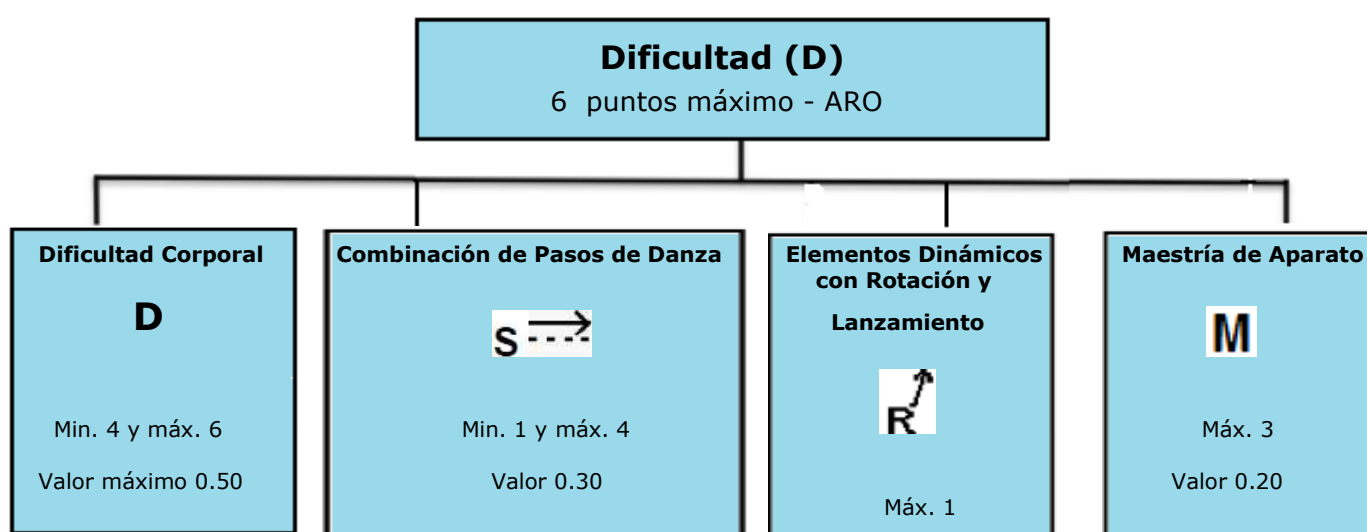
**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS INDIVIDUALES
CATEGORÍA INFANTIL NIVEL 3**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2014 que se detalla a continuación:

ARO
(música sin voz)
1'15 a 1'30 min

1. DIFICULTAD

1.1 GENERALIDADES



1.1.1 Mínimo 4 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio de Cinta, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 2 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones. **Todas estas dificultades deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato y/o elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.50

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como mínimo una Combinación de pasos de Danza y como máximo 4, Valor único para cada Combinación 0.30. **Todas deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato (mínimo uno en cada combinación) y elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.4 Cada ejercicio tendrá como máximo un Elemento Dinámico con Rotación y Lanzamiento.

1.1.5 Para la Maestría de aparato, serán validas tanto maestrías ordinarias como no ordinarias. Máximo 3 maestrías con un valor de 0.20 (1 base + 2 criterios, o 2 bases + 1 criterio)

1.1.6 Todos los Grupos Fundamentales del aparato tendrán que estar presentes a lo largo del ejercicio, bien en Dificultad, Combinación de Pasos de Danza o Maestrías. (Penalización 0.30).

1.1.7 El valor máximo de la nota final de dificultad será 6 puntos.

1.1.8 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Si la ficha/ejercicio contiene más de 6 dificultades: 0.50 puntos, y sólo las 6 primeras dificultades ejecutadas serán evaluadas.
2. Ejercicio de Cinta: Falta de alguno de los Grupos Fundamentales del aparato 0.30 punto
3. En la ficha / ejercicio menos de 1 Dificultad de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
4. 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
5. En la ficha / ejercicio la gimnasta realiza una dificultad prohibida. 0.30 de penalización (y serán anuladas)
6. Por calculo incorrecto del valor total de todas las Dificultades, o por el valor de cada componente de la Dificultad. 0.30 puntos.
7. Más de una Dificultad con "tour lento" por ejercicio. 0.30 puntos.
8. Por cada dificultad realizada pero no declarada en la ficha. 0.30 puntos.
9. En la ficha más de 6 puntos en la nota final de Dificultad. 0.30 puntos (todos los valores que no entren en la norma serán anulados).
10. En la ficha / ejercicio ausencia de una Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos.
11. En la ficha / ejercicio más de 1 Elemento Dinámico con Rotación. 0.50 (y serán anulados).

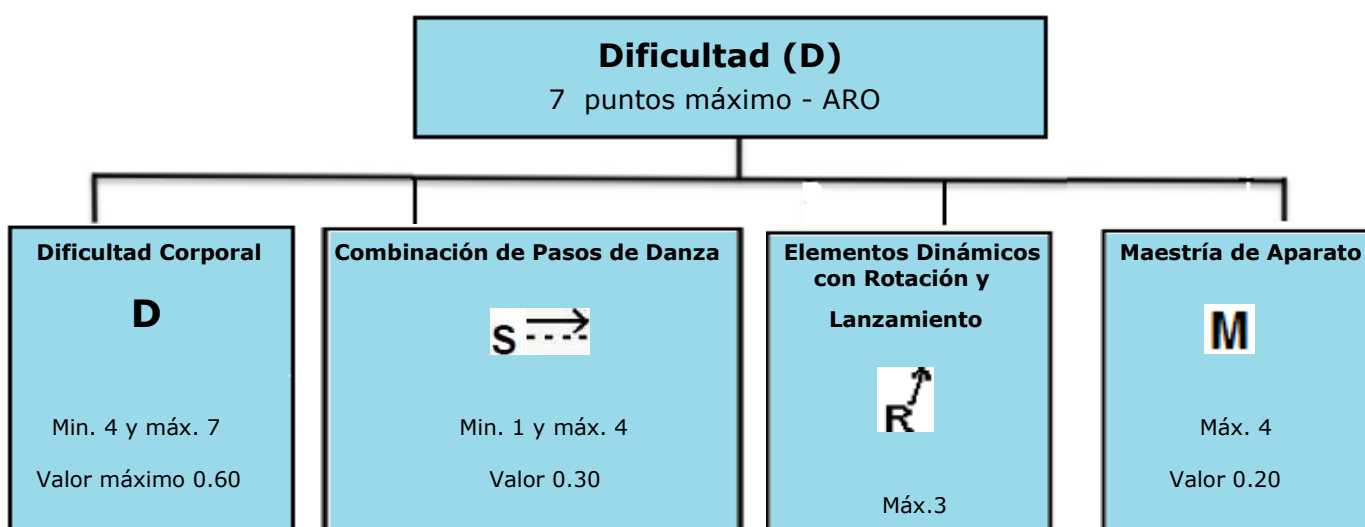
**EXIGENCIAS TÉCNICAS: EJERCICIOS INDIVIDUALES
CATEGORÍA JUNIOR/SENIOR NIVEL 3**

Se aplicará el Código FIG, salvo en los puntos que establece la Normativa Nacional 2014 que se detalla a continuación:

ARO
(música sin voz)
1'15 a 1'30 min

1. DIFICULTAD

1.1 GENERALIDADES



1.1.1 Mínimo 4 dificultades corporales y máximo 7: En el ejercicio de pelota, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1, máximo 3 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones. **Todas estas dificultades deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato y/o elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.2 El valor máximo de las dificultades corporales será de 0.60

1.1.3 Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente como mínimo una Combinación de pasos de Danza y como máximo 4, Valor único para cada Combinación 0.30. **Todas deben estar coordinadas con grupos fundamentales específicos del aparato (mínimo uno en cada combinación) y elementos de los otros Grupos técnicos de aparato.**

1.1.4 Cada ejercicio tendrá como máximo 3 Elementos Dinámicos con Rotación y Lanzamiento.

1.1.5 Para la Maestría de aparato, serán validas tanto maestrías ordinarias como no ordinarias. Máximo 4 maestrías con un valor de 0.20 (1 base + 2 criterios, o 2 bases + 1 criterio)

1.1.6 Todos los Grupos Fundamentales del aparato tendrán que estar presentes a lo largo del ejercicio, bien en Dificultad, Combinación de Pasos de Danza o Maestrías. (Penalización 0.30).

1.1.7 El valor máximo de la nota final de dificultad será 7 puntos.

1.1.8 Cada gimnasta debe entregar con antelación y por escrito (ver normativa Gral. Nacional) la ficha oficial de dificultad para poder ser evaluada.

1.2 PENALIZACIONES:

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