

ANNEX
NORMATIVA
TÈCNICA
CCEE
(EDAT ESCOLAR 2017)

Octubre 2016

ANNEX NORMATIVA TÈCNICA CAMPIONAT DE CATALUNYA EN EDAT ESCOLAR - 2017

SALT

SALTS DE PALOMA A CAURE SOBRE MÀRFEGUES

PRIMER VOL	
Angle de maluc	0.10 – 0.30
Arc o cos carpat	0.10 – 0.30
Cames separades	0.10 – 0.30
Genolls flexionats	0.10 – 0.30 – 0.50
Tècnica incorrecta de braços	0.10
Tocar amb el cap la màrfega	Salt "0"
Alineació del cos	0.10
REPULSIÓ	
Recolzament escalonat	0.10
Angle d'espatlles	0.10 – 0.30
Braços flexionats	0.10 – 0.30 – 0.50
No passar per la vertical	0.10
Alineació del cos	0.10
SEGON VOL	
Alçada	0.10 – 0.30 – 0.50
Cames separades	0.10 – 0.30
Cames creuades	0.10
Genolls flexionats	0.10 – 0.30 – 0.50
No mantenir la posició del cos bloquejada	0.10 – 0.30
Alineació del cos	0.10
RECEPCIÓ	
Llargada insuficient	0.10 – 0.30
Alineació del cos	0.10
Direcció	0.10
Arribar a la recepció sense bloqueig	0.10
Arribar a la recepció amb rotació de cos	0.10
Arribar a la recepció amb descontrol total del cos	0.30 – 0.50

Per a tots els nivells s'aplicarà el criteri de **salt invàlid** segons codi FIG (exemple: ajuda en el salt "0").

Els/les tècnics/ques han de situar-se al menys a un metre de les màrfegues. Penalització 0.50.

PARAL·LELES

- L'ordre dels elements a paral·leles NO es pot canviar. Si alguna gimnasta realitza l'exercici amb l'ordre dels elements modificat, l'exercici val 0.00 punts.
 - Per els vols a la banda baixa i a la banda alta a tots els nivells s'apliquen els **criteris tècnics de VOLS** igual que als nivells de BASE.
Sempre es comptarà la realització de l'element amb les seves deduccions des de la horitzontal fins a 45° (endavant i enrere, cada vegada).
Si els vols NO arriben, al menys a 45° (endavant i enrere, cada vegada) NO es comptarà el requisit de composició.
 - Als nivells A i B no es pot moure el **trampolí** durant l'exercici (només es pot treure per fer la sortida).
 - Es obligatori fer servir el **matalàs suplementari** per les sortides de paral·leles en tots els nivells.
 - Per tots els **VOLS AMB MIG GIR**: la pressa al gir es lliure; no es necessari fer el mig gir agafades amb las dues mans a la banda; al menys una ma ha d'estar en contacte amb la banda en el mig gir. **Si la ma no esta en contacte – 0.50 de deducció però SÍ es compta el requisit de composició de sortida.**
 - **Nivell A**: per fer la volta canària NO es pot saltar al trampolí (fer "rebots de peus").
 - **Nivell C**: si la gimnasta fa "rebots de peus" per pujar la "volta canària" hi ha una deducció de 0.50 punts.
 - **Nivell D: VOLTA CANARIA es des d'un peu. Si la gimnasta ho fa des de dos peus també està bé (no hi ha deducció).**
-

BARRA D'EQUILIBRIS

- Treballar les **series gimnàstiques** enllaçades amb el criteri Codi FIG:
 - sense pausa entre els elements
 - sense pas entre els elements
 - sense tocar amb el peu la barra entre els elements
 - sense desequilibri entre els elements
 - sense balanceig addicional de braç o cama entre els elements.
- **Element de manteniment nivells C i E:** la posició de la cama lliure pot ser en qualsevol posició (angel, pasé, tandue a 45°, coup de pied, attitude, cama agafada lateralment,...). No ha de ser un element del Codi FIG. El manteniment es en peu pla durant 2" i s'ha de finalitzar en relevé (excepte l'angel, attitude, cama agafada lateralment , equilibris de cama per sobre de la horitzontal). En cas de no pujar a relevé 0.50 de deducció però sempre es comptarà el requisit.
- **Element de manteniment nivell E: pot ser una "stalder".**
- **Equilibri àngel 2" (peu pla) – nivells A i B:** per valorar l'element la cama lliure ha d'estar per sobre de la horitzontal.
 - a 45° de l'horitzontal – no deducció.
 - entre 30° i 45° - 0.10 de deducció.
 - entre 30° i 10° - 0.30 de deducció.
 - entre 10° i l'horitzontal – 0.50 de deducció.
- **Equilibri en pasé – nivell A:** marcar clarament la posició de l'equilibri. No es necessari aguantar 2".
- **Equilibri en pasé – nivell B:** marcar clarament la posició de l'equilibri. No es necessari aguantar 2" **però sí finalitzar en relevé abans de fer el mig gir sobre dos peus.**
- **Elevació a la vertical – nivells C - D - E:** la vertical a d'arribar al menys a 10°. Per sota de 10° no compta el valor del requisit de composició
 - a 10° de la vertical – no deducció.
 - entre 10° i 30° - 0.10 de deducció.
 - entre 30° i 45° - 0.30 de deducció.
 - per sota de 45°– 0.50 de deducció.

- **Nivell A:** entre requisits 1 i 2 es pot fer pausa entre ells i es pot fer rítmica (son dos requisits diferents).
- **Nivell E com a salts gimnàstics** es poden fer servir:
 - o GALOP
 - o ENGRUPAT
 - o TISORES ENDAVANT
 - o SALT EN EXTENSIÓ
- **Presentació artística i Coreografia:**
 - . s'aplicaran les deduccions de presentació artística en tots els nivells: **estil personal, confiança, variació en el ritme i temps, elements i moviments desconnectats.**
 - . en tots els nivells **NO** s'aplicaran les deduccions **entrada no de la taula de elements/moviments en posició lateral i de combinació de elements/moviments a prop de la barra.**

TERRA

- No penalitza **“repetició de la mateixa posició abans de la línia acrobàtica”** a cap nivell.
- **Nivell A - TOMBARELLA ENDAVANT + VERTICAL:** aixecar-se amb una cama després de la tombarella per enllaçar amb la vertical. Si no **NO** compta el requisit.
- **Nivell A – RODA + TOMBARELLA ENRERE:** després de la roda ajuntar el segon peu per fer la tombarella. Si no **NO** compta el requisit.
- **Nivell B – RODA + VERTICAL TOMBARELLA:** després de la roda **NO** ajuntar el segon peu per fer la tombarella. Si no **NO** compta el requisit.
- **Nivell C – RODA + RODA + VERTICAL TOMBARELLA:** després de la segona roda **NO** ajuntar el segon peu per fer la tombarella. Si no **NO** compta el requisit.
- **Nivell C:** si la gimnasta fa **“quinta” en lloc de “quarta”** compta la sèrie però no augmenta el valor.
- **Nivell C:** el **pont enrere** es pot fer des de una o dos cames, a una o dos cames (realització lliure).

- **Nivell E - requisit 1:** val com a sèrie "paloma d'una cama, paloma de dos cames i roda" (malgrat la paloma sigui el mateix element en el Codi FIG).
- **Nivell E** per complir les series acrobàtiques es poden fer els següents elements que no estan al Codi FIG:
 - . RODA
 - . PONT ENDAVANT
 - . PONT ENRERE
 - . VERTICAL TOMBARELLA
 - . QUINTA
 - . QUARTA
- A tots els nivells les **series gimnàstiques** es poden realitzar amb el criteri de "passatge de dansa" del Codi FIG.
- Tenint en compte les característiques de cada nivell (música obligatòria, requisits tècnics, edats) s'aplicaran les deduccions de **presentació artística, coreografia i composició, i musicalitat.**