



# NORMATIVA 2017

## GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA

*ACLARACIONES Y ADAPTACIONES A LA NORMATIVA FEBRERO 2017  
PROGRAMA NIVELES BASE Y VÍA OLÍMPICA*


## PROGRAMA TÉCNICO NACIONAL GAF 2017

NIVEL	CATEGORÍA	EDAD	Edad de referencia
NIVEL 1	ÚNICA	7/8/9 AÑOS (Nacidas 2008/09/10)	7-8 años
NIVEL 2	PEQUEÑAS SUB 11	11 AÑOS Y MENOS (Nacidas 2006 o posteriores)	8-9 años
	MAYORES	12 AÑOS Y MAS (Nacidas 2005 ó anteriores)	
NIVEL 3	PEQUEÑAS SUB 11	11 AÑOS Y MENOS (Nacidas 2006 o posteriores)	9-10 años
	MAYORES	12 AÑOS Y MAS (Nacidas 2005 ó anteriores)	
NIVEL 4	PEQUEÑAS SUB 11	11 AÑOS Y MENOS (Nacidas 2006 o posteriores)	10-11 años
	MAYORES	12 AÑOS Y MAS (Nacidas 2005 ó anteriores)	
NIVEL 5	BENJAMÍN	HASTA 11 AÑOS (Nacidas 2006 o posteriores)	10-11 años
NIVEL 6	ALEVÍN	HASTA 13 AÑOS (Nacidas en 2004 o posteriores)	11-12 años
NIVEL 7	INFANTIL	HASTA 15 AÑOS (Nacidas en 2002 o posteriores)	12-13 años
NIVEL 8	JUVENIL	EDAD LIBRE	13-14 años
NIVEL 9	JÚNIOR OLÍMPICO	14 - 15 AÑOS (Nacidas en 2002 y 2003)	14-15 años
NIVEL 10	SENIOR OLÍMPICO	16 AÑOS Ó MÁS (Nacidas en 2001 ó anteriores)	16 y +

 NIVELES BASE 7/11 AÑOS

 NIVELES VÍA OLÍMPICA 10/14 AÑOS

 NIVEL INTERNACIONAL JUNIOR 14/15 AÑOS








 NIVEL INTERNACIONAL SENIOR 16 AÑOS Y +

Federaciones Autonómicas: Base y Vía Olímpica

Clubes: Base (N1, N2, N3 y N4) - Alevín (N6) - ABSOLUTA (FIG mínimo 80% Nivel 7)

Copa de España: ABSOLUTA (FIG mínimo 80% Nivel 7)

# NIVEL 1

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Paloma / Potro altura 1,00 metro 1 trampolín o doble trampolín (40 cm)		 		No hay 80% ya que el salto es obligatorio
		<b>2,00 P</b>			
	<b>BANDA INFERIOR</b> REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- 3 posiciones fundamentales estáticas seguidas con 2" de mantenimiento o dinámicas con 1" de mantenimiento (cada posición= valorA) 2- Vuelos adelante y atrás X 3 (cada vuelo valor A) 3- Vuelta de apoyo 4- Impulso atrás mínimo 45° Salida: Banda inferior 6.101,6.102 o vuelo adelante con 180°	<b>Mínimo 8 A/B incluida la salida</b>	Posiciones fundamentales   - La entrada a las paralelas no debe de tener valor A - El ejercicio debe de ser sin pausa y sin bajarse de las paralelas, en otro caso se considerará caída - Se permite pausa antes del despegue - Cambio de banda sin elemento no penaliza - La salida no cuenta como requisito pero cuenta como elemento y si no se realiza salida la penalización es de -0,50 - La vuelta de Molino será considerada como Elemento con Valos de Dificultad A		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.80 P.</b>		<b>2,8</b>	<b>2,2</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- Arco adelante o atrás 2- 1/2 Giro 3- Serie danza FIG 4- Rueda lateral encima de la barra	<b>Mínimo 8 A/B incluida la salida</b>	- Entrada mínimo A - Salida: Permitido Rondada o Paloma - Tiempo máximo 50" + de 50" penalización de 0,10 de nota final + de 1' los elementos no se evalúan ni contabilizan - Composición y artístico FIG - Ejercicio sin salida -0,50 NF		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.80 P.</b>		<b>2,8</b>	<b>2.20</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- 2 líneas acrobáticas con vuelo y apoyo de manos 2- Serie danza FIG 3- Elemento acrobatico con vuelo, ad/lat y atrás 4- Vertical con giro 360° (valor A COP 3.101)	<b>Mínimo 8 A/B incluida la salida</b>	Elementos ACROBÁTICOS A permitidos: RUEDA, ARCOS ADELANTE-ATRÁS, TIC-TAC Y PALOMA DE 1 PIERNA Y PALOMA 2 PIERNAS (se consideran diferentes) RC3 se deben realizar en Línea Acrobática. No tiene que ser en la misma, pero si en Línea Acrobática - Tiempo máximo 50" + de 50" penalización de 0,10 de nota final + de 1' los elementos no se evalúan ni contabilizan - Composición y artístico FIG - Ejercicio sin salida -0,50		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.80 P.</b>		<b>2,8</b>	<b>2,2</b>

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida

\*\*SUELO: SALIDA: Se considera salida el último elemento acrobático de la última Línea Acrobática.

Línea Acrobática: Es el enlace de mínimo dos elementos acrobáticos. Para considerar línea acro, debe cumplir con los RC exigidos en estas líneas (de vuelo, atrás o adelante, diferentes ..... ) y deben tener por lo menos un elemento diferente.

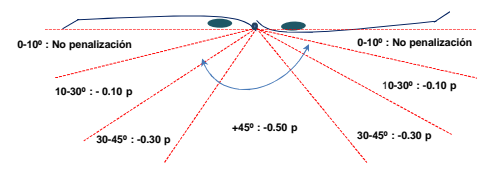
No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.

\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

ACLARACIONES A LA NORMATIVA

PREGUNTAS		RESPUESTA
GENERAL	SUELO: Si en la primera diagonal hace rondada flicflac mortal agrupado y en la segunda hace rondada flicflac plancha, ¿se considera que tiene 2 líneas acrobáticas aunque los dos primeros elementos de la segunda sean elementos repetidos?	SI
	¿Un elemento puede servir para cubrir dos requisitos?	SI
	En barra y suelo, ¿se tendrá en cuenta que los elementos sean 3 gimnásticos, 3 acrobáticos y 2 libres?	SI
	<b>Para todos los niveles</b>	
	Si la gimnasta realiza más B de las contabilizadas para el valor total del ejercicio, cuentan?	Cuentan un máximo de 8 VD, de mayor valor A o B, incluyendo la salida. Dentro de estos deberá haber en Barra y Suelo: 3 Danza, 3 Acro y 2 elementos opcionales
	Puede ser más alta la Nota D de la establecida? Si realizan C, se cuentan, se consideran B?	Dificultad máxima B Si hacen C se considera B
	En qué casos se considera FALTA DE INTENTO en serie acrobática o de danza y se debe aplicar la deducción?: * Con desequilibrio entre 1º y 2º elemento? * Con caída entre el 1º y 2º elemento?  * Con pausa entre el 1º y 2º elemento	Se considera FALTA DE INTENTO cuando se omite algún elemento de del RC o en su totalidad. En este caso se aplicaría: NO RC, menos 1 punto de la NF.  En el caso de que el RC se ejecute pero con pausa, desequilibrio o caída, NO se otorga el 0,5 correspondiente a ese RC pero sin deducción de 1pto. NF


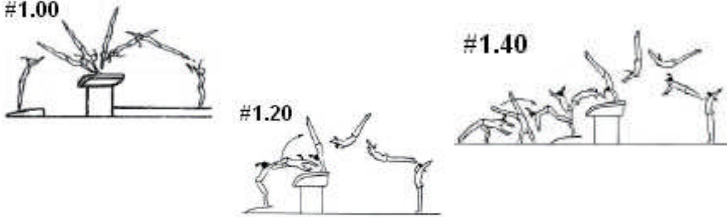



NIVEL 1

PREGUNTAS		RESPUESTA
PARALELAS	El requisito 3, vuelta de apoyo, ¿ha de realizarse desde apoyo facial a apoyo facial que correspondería al elemento 2.105 del Código FIG, o por el contrario puede hacerse como en años anteriores desde los vuelos? O incluso, ¿desde la última posición fundamental (vela alta), enroscando al apoyo?	Si viene desde vuelo o desde vela, hay que hacer otra vuelta desde apoyo facial
	El hecho de que no se puede bajar al suelo, ¿significa que desde las posiciones estáticas hay que enlazar los vuelos?	SI, hay que construir el ejercicio con la variedad de elementos que ofrece la normativa y el COP., de forma que se cubran los RC y los VD requeridos. Hay varias posibilidades para seguir el ejercicio con elementos del Código, no es necesario seguir directamente a los vuelos.
	¿El ejercicio es obligatorio en ese orden?	NO
	Si la vertical la sube a pino en lugar de a 45º ¿se le considera B?	Si es con piernas juntas, SI
	Si no se pueden bajar porque se considera caída, cómo pasan de la posición 3 a los vuelos?	SI, hay que construir el ejercicio con la variedad de elementos que ofrece la normativa y el COP., de forma que se cubran los RC y los VD requeridos.
	Antes de la salida de plantas con medio giro, se tiene que hacer una olímpica para que no penalice 0,5 porque no vienes de vertical (penalización código FIG)?	No, pues es 1 impulso atrás mínimo 45º el resto de vuelos atrás en los niveles obligatorios si no suben a la vertical no penaliza.
	En las salidas 6.101 i 6.102 o vuelo con medio giro hace falta cambiar las dos manos para que cuente el elemento?	NO
	Subir a vela desde un pie, cuenta como primer elemento?	El elemento se debe realizar subiendo a vela con pies juntos desde el suelo. Ø Subir con un pie y luego el otro recibe una penalización de 0,30.
	Vela + subir a l apoyo, se considera vuelta de apoyo?	NO, LA VUELTA DEBE SER DESDE APOYO
	Kipe BI y medio giro Kipe son dos elementos diferentes A?	SI Ver COP Sección 7 pg. 1 7.2 apartado f) Los elementos se consideran iguales, si aparecen con el mismo número y siguen los siguientes criterios: Elementos en PA: – se realizan con o sin cambio de tomas saltado – gran vuelta (giants) adelante y atrás realizadas con piernas separadas o juntas, con cadera flexionada o extendida – vuelta con apoyo de plantas carpada adelante o atrás con piernas separadas o juntas
Como se valoran los vuelos	Se debe ejecutar por encima de la horizontal. Vuelos: el vuelo atrás debe ser con obertura y extensión del cuerpo atrás.  0-10° : No penalización 10-30° : - 0.10 p 30-45° : -0.30 p +45° : -0.50 p 30-45° : -0.30 p 10-30° : -0.10 p 0-10° : No penalización	
ESPECIFICACIONES: La entrada a las paralelas no debe tener valor A. Las posiciones de fuerza no tienen valor en el código , pero en la normativa les dan valor A, ¿se podría empezar el ejercicio con las posiciones ? Duda de composición del inicio del ejercicio.	SI	

BARRA	¿Hay máximo de elementos valor B permitidas?	No
	¿Se le considerarán todos para el VD?	Cuentan un máximo de 8 VD, de mayor valor A o B, incluyendo la salida. Dentro de estos deberá haber en Barra y Suelo: 3 Danza, 3 Acro y 2 elementos opcionales
	Barra ½ giro es A?	SI
	Se puede hacer también giro en lugar de ½ giro?	SI
	Salida rondada o paloma, manos en el extremo de la barra?	SI

SUELO	1 elemento puede cumplir más de un requisito?	SI
-------	---	----

## NIVEL 2

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	<p><b>Paloma #1.00 Valor 2,00</b>  <b>Medio #1.20 valor 2,00</b>  <b>Rondada ff #1.40 valor 2,40</b></p> <p><b>1 SALTO</b></p> <p>Pequeñas: 1 trampolín. Potro 1.00 m            Mayores: 1 trampolín. Potro 1.25 m</p>				No hay 80% ya que el salto es obligatorio
		<b>2-2.40</b>			
	<p>REQUISITOS            Máximo valor de los elementos A y B</p> <p>1- Kippe BI y Kippe BS            2- Despegue/impulso atrás a la vertical            3- Vuelta atrás libre o desde plantas mínimo a 45°            4- Vuelta de Molino</p>	Mínimo 8 A/B incluida la salida	<p>Cambio de banda sin elemento no penaliza</p> <p>- La vuelta de Molino será considerada como Elemento con Valos de Dificultad A</p>		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.90 P.</b>		<b>2,90</b>	<b>2,20</b>
	<p>REQUISITOS            Máximo valor de los elementos A y B</p> <p>1- Serie danza FIG            2- Serie arcos adelante o atrás o serie con Tic-tac            3- Giro grupo 3 COP            4- Rondada encima de la barra</p>	Mínimo 8 A/B incluida la salida	<p>- Entrada mínimo A            - Tiempo máximo 50"            + de 50" penalización de 0,10 de nota final            + de 1' los elementos no se evalúan ni contabilizan            - Composición y artístico FIG            - Ejercicio sin salida -0,50 NF</p>		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.90 P.</b>		<b>2,90</b>	<b>2,20</b>
	<p>REQUISITOS            Máximo valor de los elementos A y B</p> <p>1- Serie danza FIG            2- 2 líneas acro adelante o atrás con vuelo con o sin manos            3- F.F. adelante            4- F.F. atrás</p>	Mínimo 8 A/B incluida la salida*	<p>- Tiempo máximo 50"            + de 50" penalización de 0,10 de nota final            + de 1' los elementos no se evalúan ni contabilizan            - Composición y artístico FIG            - Ejercicio sin salida -0,50            RC3 y RC4 se deben realizar en Línea Acrobática</p>		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>0.80 P.</b>		<b>2,80</b>	<b>2,20</b>

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida

\*\*SUELO: SALIDA: Se considera salida el último elemento acrobático de la última Línea Acrobática.

Línea Acrobática: Es el enlace de mínimo dos elementos acrobáticos. Para considerar línea acro, debe cumplir con los RC exigidos en estas líneas (de vuelo, atrás o adelante, diferentes .....) y deben tener por lo menos un elemento diferente.

No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.






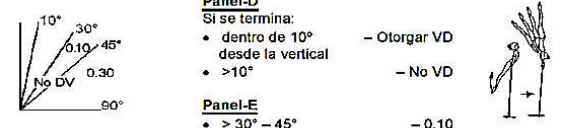


\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"



## ACLARACIONES A LA NORMATIVA

PREGUNTAS		RESPUESTA
<b>PARALELAS</b>	¿Penaliza el cambio de banda sin elemento? Si no penaliza y hace interior (pisar) a saltar a la banda alta, ¿podría considerarse A como en años anteriores?	La pisada no tiene VD y NO penaliza por cambio de banda sin elemento, como está indicado en las ESPECIFICACIONES pero si se aplican los descuentos de ejecución por flexión piernas, brazos...
	El despegue/impulso atrás a la vertical, es con piernas juntas o abiertas?	Indicado en el Anexo Aclaraciones Generales en la última hoja. "-VUELOS, DESPEGUES, PISADAS, sin no se especifica pueden realizarse con piernas abiertas o juntas."
	Se puede hacer la salida de vuelo con medio giro?	Si tiene valor mínimo A si. Ver en el COP
	El hockey (pisar la banda) cuenta como elemento A?	NO
	Antes de la salida de plantes con medio giro se tiene que hacer una olímpica para que no penalice 0,5 porque no vienes de vertical (penalización código FIG)?	NO, solo hay 1 despegue a vertical como requisito, el resto no penaliza
	Cambio de banda SIN ELEMENTO. ¿Penaliza?	Ver respuesta anterior
<b>BARRA</b>	Se pide como requisito-4 "rondada encima de la barra", y es el primer elemento con vuelo que se les pide. Propuesta: ¿Se podrían hacer otros elementos con vuelo para cubrir este mismo requisito, como flicflac, paloma o korbut? Ya que en nivel 3 se les pide una serie acrobática con vuelo...	Si el requisito es rondada hay que hacer rondada, se puede hacer enlazada con la salida si se quiere. El resto de elementos propuestos valdrían para el Valor de Dificultad
	RC 2 - ¿Puede ser el mismo elemento, por ejemplo, arco atrás-arco atrás?	SI pero solo cuenta uno como VD
	RC2-¿El requisito de serie arcos adelante o atrás o serie con tic-tac, ¿se podría hacer arco atrás flic-flac?	NO, pone serie de ARCOS adelante, atras o con tic-tac
	Barra R4 se puede utilizar para hacer la salida	SI
<b>SUELO</b>	Paloma de una pierna y paloma de dos piernas, ¿se consideran elementos acrobáticos diferentes? En esta categoría, ¿se aplica que un elemento pueda cubrir más de un requisito? Por ejemplo si la gimnasta realiza como líneas acrobáticas: 1ª. Rondada + flicflac y 2ª. Paloma de dos + flicflac adelante, ¿cubriría el requisito 2, el requisito 3 y el requisito 4?	No, son elementos iguales. Sección 7 pg. 3 apartado 7.3 COP b) Un elemento puede cubrir más de un RC; sin embargo un elemento no se puede repetir para cubrir otro RC. Estos ejemplos si cubren RC.2, RC.3 y RC.4
	¿Un elemento puede cubrir dos requisitos? Por ejemplo, rondada flic-flac ¿podría cubrir una de las líneas acrobáticas del RC 2 y el RC 4? (EN OTROS NIVELES SURGE LA MISMA DUDA)	COP Sección 7 pg. 3 apartado 7.3 b) Un elemento puede cubrir más de un RC; sin embargo un elemento no se puede repetir para cubrir otro RC.
	Paloma de un pie y paloma de dos pies se consideran elementos diferentes?	NO
	Si repite rondada en 2ª Línea Acrobática (ejemplo paloma – rondada), sirve como 2ª Línea acrobática con vuelo.	SI, siempre que tenga al menos 1 elemento ACRO diferente
	Rondada – flic flac – mortal y rondada – flic flac, sirven como dos líneas acrobáticas.	NO, 2 líneas acro adelante o atrás con vuelo con o sin manos con algun elemento diferente a la otra línea acrobática
	Flic flac adelante detrás de última Línea Acrobática, sirve como VD y RC?	NO

### NIVEL 3

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	<b>Paloma #1.00 Valor 2,00</b> <b>Medio #1.20 valor 2,00</b> <b>Rondada ff #1.40 valor 2,40</b>  <b>1 SALTO</b>  Pequeñas: 1 trampolín. Potro 1.10 m Mayores: 1 trampolín. Potro 1.25 m		#1.00  #1.40  #1.20 		No hay 80% ya que el salto es obligatorio
		2-2.40			
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- Kippe despegue/impulso a la vertical 2- Elemento o Vuelo con 180º giro (incluidas entradas y salidas) 3- Vuelta de molino 4- Vuelta libre atrás mínimo 45º	Mínimo 7 A 1B incluida la salida	Cambio de banda sin elemento no penaliza - La vuelta de Molino será considerada como Elemento con Valos de Dificultad A  9.4.1 Impulso al apoyo invertido Panel-D Si se termina: • dentro de 10º desde la vertical - Otorgar VD • >10º - No VD  Panel-E • > 30º - 45º - 0.10 • > 45º - 0.30  		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	0.90 P.		2,90	2,30
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- Serie danza FIG 2- Giro grupo 3 COP 3- Serie acro con vuelo con apoyo de manos iguales o diferentes 4- Rondada encima de la barra	Mínimo 6A 2B o 5A 3B Includida la salida	- Entrada valor A o B -Tiempo máximo 1.10" + de 1'10" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'20" los elementos no contabilizan - Composición y artístico FIG - Dos elementos iguales solo cuenta uno para VD		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	1.00-1.10 P.		3,00 / 3,10	2,40
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A y B  1- Serie danza FIG 2- 2 líneas acrobáticas FIG (con un elemento sin manos en cada línea) 3- Mortal atrás extendido (5.101) 4- Mortal adelante agrupado o extendido	Mínimo 6 A 2 B incluida la salida*	- Tiempo máximo 1,10" + de 1'10" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'20" los elementos no contabilizan * Composición y artístico FIG * Requisitos 3 y 4 tienen que estar dentro de una en línea acrobática		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	1.00 P.		3,00	2,40

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida

\*\*SUELO: SALIDA: Se considera salida el último elemento acrobático de la última Línea Acrobática.

Línea Acrobática: Es el enlace de mínimo dos elementos acrobáticos. Para considerar línea acro, debe cumplir con los RC exigidos en estas líneas (de vuelo, atrás o adelante, diferentes ..... ) y deben tener por lo menos un elemento diferente.

No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.


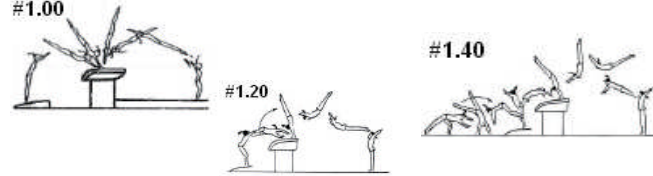



\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

ACLARACIONES A LA NORMATIVA

PREGUNTAS		RESPUESTA
<b>SALTO</b>	Nivel 3 salto, este año a diferencia de años anteriores que se ejecutaban dos saltos por gimnasta, ¿este año la gimnasta de este nivel solo debe realizar un salto?	SI, un solo salto a elegir
<b>PARALELAS</b>	1º El cambio de banda sin elemento no penaliza, si realiza vuelta de plantas y subir a la banda alta, ¿sólo se le contaría la A de la vuelta de plantas ya que el interior (pisar) no es un elemento? 2º En el requisito-2 se pide "vuelo con 180º a seguir de otro elemento". Propuesta: ¿Para cubrir este requisito, ¿Podrían hacerse otros elementos con medio giro, como el olímpico 180º a seguir de kipe?	1º Solo contaría la A de vuelta de plantas. 2º SI, Elemento con 180º o Vuelo con 180º giro (incluidas entradas y salidas)
	RC 1 – Si el despegue no se considera por no llegar 10º de la vertical, se considera intento? ¿Da igual en qué grados?	Se aplicarán las penalizaciones recogidas en la Sección 9 apartado 9.4.1 del COP Se considera Intento siempre que se pueda reconocer el elemento técnicamente.
	- RC 2 – vuelo con medio giro a continuar con otro elemento, ¿podrías poner un ejemplo? ¿Serviría en BI vuelo 180º vuelo y kipe? ¿Tendría penalización por vuelo vacío?	Elemento o Vuelo con 180º giro (incluidas entradas y salidas)
	Dudas en la composición con el vuelo 180º a seguir con otro elemento. Ejemplo ejercicio:	Igual respuesta que la anterior
	¿Se puede realizar todo el ejercicio en la BS?	Como no hay cambio de banda si pero mínimo 7 elementos
	El despegue/impulso atrás a la vertical, es con piernas juntas o abiertas?	Indicado en el Anexo Aclaraciones Generales en la última hoja. "-VUELOS, DESPEGUES, PISADAS, sin no se especifica pueden realizarse con piernas abiertas o juntas."
	Como se penaliza el vuelo con medio giro? Como se comparará un vuelo medio giro en la banda inferior con uno en la banda superior?	Elemento con 180º o Vuelo con 180º giro (incluidas entradas y salidas) La penalización sería igual en Banda Superior que en Banda Inferior. Se debe ejecutar por encima de la horizontal. Vuelos: el vuelo atrás debe ser con obertura y extensión del cuerpo atrás. 
Paralelas el impulso suplementario después de la vuelta de molino no penaliza no?	NO	
<b>BARRA</b>	El requisito-3, ¿es correcto que los dos elementos han de ser con vuelo? Vienen de nivel 2 sin hacer aún flicflac parado en la barra... Por eso proponíamos en el nivel 2 poder hacer otros elementos con vuelo en el requisito-4.	SI, con vuelo
	Nivel 3 barra, requisito serie acro con vuelo con manos iguales o diferentes, ¿los dos elementos deben ser con vuelo, no valdría arco atrás flic-flac?	SI, los dos con vuelo ARCO FF NO VALE PORQUE EL ARCO NO TIENE VUELO
	VD 6A 2B = 1.00 (en la hoja pone 0.90)	OK
	VD 5A 3B = 1.10 (en la hoja pone 1.00)	OK
	En barra se puede hacer salida de rondada mortal i cubrir el Requisito 4?	SI
	Giro grupo 3 COP. ¿Qué significa COP?	Código de Puntuación
<b>SUELO</b>	Mortal extendido atrás, mortal agrupado y extendido adelante, se pueden realizar solos o han de estar dentro de una Línea Acrobática?	En Línea Acrobática
	Tempo - cumple requisito de mortal?	SI
	Mortal extendido atrás con giro 360º EL, cumple RC 3 mortal atrás extendido?	NO, requisito mortal atrás extendido



## NIVEL 4

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	<p><b>Paloma (#1.00) o Medio (#1.20) y Rondada ff (#1.40)</b> <b>2 SALTOS</b></p> <p>Potro 1.20 metros. 1 trampolín</p> <p>Nota final = media de los dos saltos Sistema FIG</p>				No hay 80% ya que el salto es obligatorio
		2-2.40		4.00-4.40	
	<p>REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B y C</p> <p>1- 1 Cambio de banda 2- Molino atrás 3- Elemento con vuelta libre o de plantas a la vertical 4- 2 presas diferentes</p>	Mínimo 5A 3B Incluyendo la salida			
	4 x 0.50 = 2.00 P.	1.10 P.		3,10	2,50
	<p>REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B y C</p> <p>1- Serie danza FIG 2- Serie acrobática con vuelo con o sin apoyo de manos, iguales o diferentes 3- Giro grupo 3 COP 4- Elemento acro ad/lat y atrás con o sin vuelo (no rodamientos)</p>	Mínimo 5A 3B Incluyendo la salida	<p>Tiempo máximo 1.20" + de 1'20" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'30" los elementos no contabilizan - La entrada tiene que tener valor <b>A,B o C</b> - Composición y artístico FIG - Dos elementos iguales solo cuenta uno para VD</p>		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	1.10 P.		3,10	2,50
	<p>REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B y C</p> <p>1- Serie danza FIG 2- 2 líneas acrobáticas con vuelo un mortal en cada línea 3- Mortal ad/lat y atrás 4- Mortal atrás extendido</p>	Mínimo 5A 3B Incluyendo la salida*	<p>Tiempo máximo 1.20" + de 1'20" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'30" los elementos no contabilizan - Composición y artístico FIG - Requisitos 3 y 4 tienen que estar dentro de una en línea acrobática</p>		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	1.10 P.		3,10	2,50

- **PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato**

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- **Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida**

**\*\*SUELO: SALIDA:** Se considera salida el último elemento acrobático de la última Línea Acrobática.

Línea Acrobática: Es el enlace de mínimo dos elementos acrobáticos. Para considerar línea acro, debe cumplir con los RC exigidos en estas líneas (de vuelo, atrás o adelante, diferentes .....)

y deben tener por lo menos un elemento diferente.

No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.





\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

NIVEL 4

ACLARACIONES A LA NORMATIVA

PREGUNTAS		RESPUESTA
PARALELAS	RC 1 – El cambio de banda no podría ser ni filé ni pack ya que ambos tienen valor D, ¿es así?	Dificultad máxima C. Si hacen D se considera C
	En paralelas si se hace una vuelta adelante o una vuelta de plantas adelante se tiene que acabar en vertical para que no penalice y no cuente parada?	Depende de como se haga el enlace de estos elementos
	Como sería la construcción del ejercicio de paralelas para que no haya penalizaciones de composición?	Cumplir con los 4 RC y tener las 8 VD (5A y 3B incluida la Salida) que se requieren

## NIVEL 5 BENJAMÍN

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Salto FIG Potro 1.25 metros <b>Valor mínimo 3,30 puntos</b>		Se pueden utilizar 1 trampolín o doble trampolín (40 cm)		
		<b>Min. 3.30 P</b>		<b>3,30</b>	<b>2,60</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B y C  1- Despegue a vertical A o B 2- Molino atrás 3- 1 Cambio de banda de la BI a la BS o de la BS a la BI 4- Elemento con vuelta libre o de plantas a la vertical	Mínimo  4A 3B 1C incluyendo la salida	<b>BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D)</b> - 1 Cambio de banda de BS a BI +0.30 - 2 elementos de vuelta (quinta-stadler-pisada) diferentes unidos + 0.30 - Salida doble mortal +0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>1.30 P.</b>		<b>3,30</b>	<b>2,60</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B y C  1- Serie Danza FIG 2- Serie Acro con vuelo iguales o diferentes 3- Giro GRUPO 3 COP FIG 4- Elemento adelante/lateral y atrás	Mínimo  4A 3B 1C incluyendo la salida	Tiempo máximo 1.20" + de 1'20" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'30" los elementos no contabilizan - Composición y artístico FIG  <b>BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D)</b> - Bonificación Serie (requisitos FIG sin exigencia salida C): Enlace de 3 elementos mínimo 2 B + 0.30 - Salida mínimo B desde elemento acrobático con vuelo + 0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>1.30 P.</b>		<b>3,30</b>	<b>2,60</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B, C y D  1- Serie de Danza FIG 2- Línea acrobática con 2 mortales, en misma o diferente dirección 3- Mortal extendido atrás con 360º giro longitudinal 4- Mortal extendido adelante	Mínimo  4A 3B 1C incluyendo la salida*	Tiempo máximo 1.20" + de 1'20" penalización de 0,10 de la nota final + de 1'30" los elementos no contabilizan - Composición y artístico FIG  <b>BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D)</b> - Enlace Giros B+ B (con o sin paso, diferentes) + 0.30 - Mortal extendido atrás con 720º giro longitudinal + 0.30 - Los requisitos 3 y 4 deben de estar dentro de una línea acrobática		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>1.30 P.</b>		<b>3,30</b>	<b>2,60</b>

- **PENALIZACIONES** Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- **Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida**

\*\*SUELO: SALIDA: Se considera salida el último elemento acrobático de la última Línea Acrobática.

Línea Acrobática: Es el enlace de mínimo dos elementos acrobáticos. Para considerar línea acro, debe cumplir con los RC exigidos en estas líneas (de vuelo, atrás o adelante, diferentes .....) y deben tener por lo menos un elemento diferente.

No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.





\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

NIVEL 5

ACLARACIONES A LA NORMATIVA

PREGUNTAS		RESPUESTA
PARALELAS	El cambio de BS a BI podría ser filé o pack para cubrir con el requisito y obtener la bonificación de 0,30, ya que ambos tienen valor D, y sólo se permite en esta categoría elementos valor, A, B y C	Los cambios de banda de la BS a la BI con valor D si se ejecutan tendrán valor C y 0,30 de bonificación
BARRA	Enlace de 3 elementos para recibir la bonificación, ¿incluida la salida? En caso afirmativo, si la gimnasta realiza por ejemplo, flic-flac de una pierna, flic-flac de dos piernas y salida de pirueta, ¿serviría? En este caso tendría además la otra bonificación? ¿Las dos B puede ser el mismo elemento? ¿Puede ser B+B+A? (¿es similar a la bonificación por serie, ¿es así?	flic + flic (2)+ pirueta = + 0,3 + 0,3 Encima de la Barra y que cumpla los requerimientos para VE (Sección 12 pg. 3) B+B+A = + 0,3 IMPORTANTE: Estos elementos SOLO se pueden repetir 1 vez para el valor de enlace y el VD solo cuenta una vez
	Si la serie acrobática uno de los elementos es sin manos bonifica?	Las bonificaciones especiales están reflejadas en el cuadro ESPECIFICACIONES en este caso NO

## NIVEL 6 ALEVIN

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Salto FIG <b>Valor mínimo 3,30 puntos</b> 1 trampolín 1 salto		➤ Si el valor del salto es menor de 3,30 - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)		
		<b>3.30 P</b>		<b>3,30</b>	<b>2,60</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B, C y D  3 de los 4 requisitos FIG  El requisito 4 del COP: Elemento sin vuelo con mín. 360° de giro (no entrada) puede realizarse también con 180° de giro	Mínimo 3A 3B 2C incluyendo la salida	BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - 2 elementos de vuelta C (quinta-stadler-pisada) diferentes unidos + 0.30 - Salida doble mortal Mínimo C + 0.30 - Requisito 4 del COP (360° giro) + 0,30 - 4 requisitos FIG 4 + 0,50p de la nota final  Cambio de banda sin elemento 0.50		
	<b>3 x 0.50 = 1.50 P.</b>	<b>1.50 P.</b>		<b>3,00</b>	<b>2,40</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B, C y D  3 de los 4 requisitos FIG	Mínimo 3A 3B 2C incluyendo la salida	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Enlace de 3 elementos mínimo 3 B + 0.30 con requisitos FIG - Salida mínimo C desde elemento acrobático con vuelo + 0.30 - 4 requisitos FIG 4 + 0,50p de la nota final		
	<b>3 x 0.50 = 1.50 P.</b>	<b>1.50 P.</b>		<b>3,00</b>	<b>2,40</b>
	REQUISITOS Máximo valor de los elementos A, B, C y D  3 de los 4 requisitos FIG	Mínimo 3A 3B 2C incluyendo la salida*	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Enlace Giros B+ B (con o sin paso diferentes) + 0.30 - Línea acro con 2 mortales (diferentes) indirecto con tempo o directo + 0.30 - 4 requisitos FIG 4 + 0,50p de la nota final		
	<b>3 x 0.50 = 1.50 P.</b>	<b>1.50 P.</b>		<b>3,00</b>	<b>2,40</b>





- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA, BA, SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida

Línea Acrobática: Una línea acrobática está compuesta como mínimo por 2 elementos con vuelo enlazados directamente, uno de los cuales debe ser un mortal. No se contará ningún elemento acrobático después de la última línea acro.

\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

NIVEL 7 INFANTIL					
APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Salto FIG Valor mínimo <b>3,50 puntos</b> 1 trampolín 1 salto		> Si el valor del salto es menor de 3,50 - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)		
		<b>3.30 P</b>		<b>3,50</b>	<b>2,80</b>
	CÓDIGO Y 3 REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 3B 3C incluyendo la salida	BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Salida doble mortal Mínimo C +0.30 - 4 requisitos FIG 4 + 0,50p de la nota final  Cambio de banda sin elemento 0.50		
	<b>3 x 0.50 = 1.50</b>	<b>1.70 P.</b>		<b>3,20</b>	<b>2,60</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 3B 3C incluyendo la salida	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Salida mínimo C desde elemento acrobático con vuelo +0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00</b>	<b>1.70 P.</b>		<b>3,70</b>	<b>3,00</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 3B 3C incluyendo la salida*	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Línea acrobática con 2 mortales (diferentes) mín. 1 C, indirecto con tempo o directo +0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00</b>	<b>1.70 P.</b>		<b>3,70</b>	<b>3,00</b>

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA,BA,SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)





- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida

Línea Acrobática: Una línea acrobática está compuesta como mínimo por 2 elementos con vuelo enlazados directamente, uno de los cuales debe ser un mortal. No se contará ningún elemento acrobático después de la última línea acro.

\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"



## NIVEL 8 JUVENIL

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Salto FIG <b>Valor mínimo</b> 3,70 puntos 1 trampolín 1 salto		➤ Si el valor del salto es menor de 3,70 - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)		
		<b>3.70 P.</b>		<b>3,70</b>	<b>3,00</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 2B 3C 1D incluyendo la salida	BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Salida mínimo C +0.30  Cambio de banda sin elemento 0.50		
	<b>4 x 0.50 = 2.00</b>	<b>1.90 P.</b>		<b>3,90</b>	<b>3,10</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 2B 3C 1D incluyendo la salida	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Salida mínimo C desde elemento acrobático con vuelo +0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00</b>	<b>1.90 P.</b>		<b>3,90</b>	<b>3,10</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Mínimo 2A 2B 3C 1D incluyendo la salida*	Tiempo máximo 1.30" - Composición y artístico FIG  BONIFICACIONES ESPECIALES (Nota D) - Línea acrobática con 2 mortales (diferentes) mín. 1 C, indirecto con tempo o directo +0.30		
	<b>4 x 0.50 = 2.00</b>	<b>1.90 P.</b>		<b>3,90</b>	<b>3,10</b>

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato





- LA FALTA DE INTENTO DE UN REQUISITO SA, PA, BA, SU SE PENALIZA CON EL VALOR DEL REQUISITO (NOTA D) Y - 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL (Deducciones neutrales)

- Ejercicio sin salida = 0,50 p. Solo 1 Línea acrobática = a ejercicio sin salida





Línea Acrobática: Una línea acrobática está compuesta como mínimo por 2 elementos con vuelo enlazados directamente, uno de los cuales debe ser un mortal. No se contará ningún elemento acrobático después de la última línea acro. No se contará ningún elemento acrobático después de la última línea acro.

\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE LO HAGA DEL LADO CONTRARIO AL JURADO PARA NO OBSTACULIZAR LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta" de las personas permitidas en el área durante la competencia"

## NIVEL 9 JUNIOR OLÍMPICO

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D 80%
	Salto código FIG Júnior <b>Valor mínimo</b> 4,00 puntos				
		<b>4,00 P.</b>		<b>4,00</b>	<b>3,20</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Dificultad <b>MÍNIMA</b>  3B 3C 2D			
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>2,30</b>		<b>4,30</b>	<b>3,40</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Dificultad <b>MÍNIMA</b>  3B 3C 2D	Tiempo máximo 1.30"		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>2,30</b>		<b>4,30</b>	<b>3,40</b>
	CÓDIGO Y REQUISITOS FIG JUNIOR	Dificultad <b>MÍNIMA</b>  3B 3C 2D	Tiempo máximo 1.30"		
	<b>4 x 0.50 = 2.00 P.</b>	<b>2,30</b>		<b>4,80</b>	<b>3,80</b>
<p>- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato</p> <p>-Otros requisitos según Junior FIG</p>					
<p>** EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE NO OBSTACULICE LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"</p>					

## NIVEL 10 SENIOR OLÍMPICO

APARATO	C.R.	V.D.	ESPECIFICACIONES	N.D. 100%	N.D. 80%
	Salto Código FIG Valor mínimo 4.60 puntos				
		4.60 P.		4,60	3,70
	CÓDIGO FIG	Dificultad MÍNIMA  2B 3C 3D + VE 0,20			
	4 x 0.50 = 2.00 P.	2,70		4,70	3,80
	CÓDIGO FIG	Dificultad MÍNIMA  2B 3C 3D + VE 0,20	Tiempo máximo 1.30"		
	4 x 0.50 = 2.00 P.	2,70		4,70	3,80
	CÓDIGO FIG	Dificultad MÍNIMA  2B 3C 3D + VE 0,20	Tiempo máximo 1.30"		
	5 x 0.50 = 2.50 P.	2,70		5,20	4,20

- PENALIZACIONES Según Código FIG: faltas generales y específicas del aparato

\*\* EL ENTRENADOR PUEDE VIGILAR DURANTE EL EJERCICIO DE PARALELAS, POR SEGURIDAD DE LA GIMNASTA, SIEMPRE QUE NO OBSTACULICE LA VISIÓN DE LOS JUECES.- 1 PUNTO DE LA NOTA FINAL POR "Presencia incorrecta de las personas permitidas en el área durante la competencia"

## ACLARACIONES GENERALES DE TODAS LAS CATEGORÍAS

Los conceptos de RC y VD son independientes. Los elementos que conforman los RC no tienen que coincidir con el VD.  
La penalización por ejercicio corto se aplicará en todos los niveles

### SALTO

Siempre que se ejecuten 2 saltos se realizará la media usando la fórmula FIG.

Si la gimnasta hace apoyos suplementarios (andar) encima del potro o llega sentada encima del potro el salto es "0"

### PARALELAS

.-Para todas las entradas (aunque sean vuelos o Kippes) el uso del trampolín está permitido. El entrenador debe sacarlo inmediatamente ya que puede resultar peligroso.

.-VUELOS, DESPEGUES, PISADAS, sin no se especifica pueden realizarse con piernas abiertas o juntas.

.-Todos los elementos de paralelas se deben realizar con brazos estirados. Toda flexión de brazos será penalizada según Código FIG (0.10 / 0.30 / 0.50)

.-En los vuelos el cuerpo debe estar extendido adelante-atrás. Se aplicarán las penalizaciones por grados según esquema de las hojas de puntuar.

ELEMENTOS IGUALES Y DIFERENTES:

\* La quinta realizada como entrada y dentro del ejercicio son elementos DIFERENTES, pero son de la misma raíz.

\* La quinta con giro realizada como entrada y dentro del ejercicio son elementos DIFERENTES, pero son de la misma raíz.

\* La vuelta de plantas adelante y atrás son elementos DIFERENTES.

\* La vuelta de plantas, adelante o atrás, ejecutadas con piernas juntas o separadas se consideran elementos IGUALES

*ser M!*  
*ser M!*

### BARRA

.-En barra, la entrada de sapo ó spagat frontal, hay que marcar sin apoyar las manos en la barra, para ser considerada. Código FIG

.-El tic-tac se considera un elemento hacia delante

### SUELO

.-La volada se puede realizar con recepción de 1 ó 2 pies. Esta norma se aplica en barra y suelo, si la recepción es con los dos pies estos deben de llegar juntos, si no, se aplica una deducción de 0,10 o 0,30 según código FIG

- No se contara ningún elemento acrobático después de la última línea acro.