

## COPA CATALANA CONJUNTS 2017

### NORMATIVA TÈCNICA

#### NIVELL - IV

S'aplicarà en totes les categories de la FCG, la normativa de la RFEG prevista per les catg. Pre-benjami, benjami i alevi de CONJUNTS BASE. El que no quedi especificat en la normativa s'aplicarà el Codi 2017 FIG JUNIOR.

Adjuntem quadres de la RFEG.

<b>Ejercicios con aparatos:</b>	
<b>Dificultad 7 puntos máximo</b>	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 1 Dificultad por cada Grupo Corporal (penalización por cada grupo ausente)
3 Dificultades sin Intercambio	Penalización 0,30 puntos si hay menos de 3 Dificultades Corporales realizadas.
3 Dificultades con Intercambio	Penalización 0,30 puntos si hay menos de 3 Dificultades de intercambio realizadas
	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 2 Combinaciones de pasos de danza.

<b>Ejercicios con Manos Libres</b>	
Nº de Dificultades: Mínimo 3 – máximo 6	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 1 Dificultad por cada Grupo Corporal (penalización por cada grupo ausente)
Mínimo 1 y máximo 2 de cada grupo corporal	
<b>Dificultad 7 puntos máximo</b>	Penalización 0,30 puntos si hay menos de 3 Dificultades Corporales realizadas.
Combinación de pasos de danza: Mínimo 2	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 2 Combinaciones de pasos de danza.
Elementos de Colaboración entre las Gimnastas con y/o sin rotación del Cuerpo: Mínimo 4 entre las que figuran en la tabla anterior.	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 4 colaboraciones.

## COPA CATALANA CONJUNTS 2017

### NORMATIVA TÈCNICA

<b>Ejercicios de Conjunto Manos Libres- Colaboraciones sin aparato</b>				
<b>Valor</b>				<b>Tipos de Colaboración</b>
<b>0.10</b>	<b>0.20</b>	<b>0.30</b>	<b>0.40</b>	
<b>C</b>				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por las 5 gimnastas</li> <li>• En subgrupos (pareja, trio, 4+1.)</li> <li>• Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas</li> </ul>
	<b>CR</b> 1 gimnasta	<b>CR2</b> 2-3 gimnastas		Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un elemento dinámico de rotación del cuerpo</li> <li>• Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación</li> </ul>
		<b>CRR</b> 1 gimnastas	<b>CRR2</b> 2-3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un elemento dinámico con rotación del cuerpo</li> <li>• Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras</li> <li>• Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.</li> </ul>
<b>Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas</b>				

## COPA CATALANA CONJUNTS 2017

### NORMATIVA TÈCNICA

#### NIVELL - V-VI

S'aplicarà en totes les categories de la FCG, el CODI FIG JUNIOR 2017.

En els exercicis de mans lliures, s'aplicarà la normativa de la RFEG, prevista pels CONJUNTS BASE.

Adjuntem quadres.

<b>Ejercicios con Manos Libres</b>	
Nº de Dificultades: Mínimo 3 – máximo 6	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 1 Dificultad por cada Grupo Corporal (penalización por cada grupo ausente)
Mínimo 1 y máximo 2 de cada grupo corporal	
<b>Dificultad 7 puntos máximo</b>	Penalización 0,30 puntos si hay menos de 3 Dificultades Corporales realizadas.
Combinación de pasos de danza: Mínimo 2	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 2 Combinaciones de pasos de danza.
Elementos de Colaboración entre las Gimnastas con y/o sin rotación del Cuerpo: Mínimo 4 entre las que figuran en la tabla anterior.	Penalización de 0,30 puntos si hay menos de 4 colaboraciones.

<b>Ejercicios de Conjunto Manos Libres- Colaboraciones sin aparato</b>				
<b>Valor</b>				<b>Tipos de Colaboración</b>
<b>0.10</b>	<b>0.20</b>	<b>0.30</b>	<b>0.40</b>	
<b>C</b>				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por las 5 gimnastas</li> <li>• En subgrupos (pareja, trio, 4+1.)</li> <li>• Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas</li> </ul>
	<b>CR</b> 1 gimnasta	<b>CR2</b> 2-3 gimnastas		Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un elemento dinámico de rotación del cuerpo</li> <li>• Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación</li> </ul>
		<b>CRR</b> 1 gimnastas	<b>CRR2</b> 2-3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un elemento dinámico con rotación del cuerpo</li> <li>• Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras</li> <li>• Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.</li> </ul>
<b>Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas</b>				