

## ACLARIMENTS A LA NORMATIVA TÈCNICA (1)

Febrer 2018

1. Les **AD específiques** de valor 0.20 que poden realitzar les gimnastes en CCEE i Copa catalana nivells IV, V i VI, poden ser tantes com es consideri de cada un dels quatre grups fonamentals dels diferents aparells. Les AD específiques que tinguin com a base un grup no fonamental de l'aparell estan limitades a UNA (1) com a màxim DE CADA UN DELS GRUPS i no de cada un dels possibles moviments tècnics que es descriuen en cada grup no fonamental de l'aparell.

Per exemple: en un exercici de soga hi pot haver totes les AD que es vulgui amb base "escapada", però **NOMÉS UNA** amb base rotació, independent de la modalitat de rotació (rotació amb la soga en dos, rotacions(3) amb la soga plegada, rotacions amb la soga agafada per un extrem.....). Si l'exercici presenta més de una AD específica amb una base de grup no fonamental, només **LA PRIMERA DE LES AD** específica (cronològicament) serà presa en consideració per a poder ser validada. Si aquesta primera AD específica no es validada (per una gran falta d'execució o pel motiu que sigui) **NO ES PODRÀ PRENDRE EN CONSIDERACIÓ** una altra AD específica d'aquest mateix grup no fonamental de l'aparell.

2. En l'exercici de **MLL de CCEE** poden haver-hi 1 o 2 ones totals de cos que es valoraran com una dificultat corporal a més a més de les 6 dificultats corporals exigides. Si aquesta ona total està en el codi de puntuació amb un valor determinat, se li assignarà aquest valor i pot entrar en el còmput dels equilibris exigits en la composició de l'exercici. Si la ona és un moviment corporal de ona total (sense valor en el codi de puntuació) se li assignarà un valor de 0.10, però no podrà substituir l'equilibri obligatori en la composició de l'exercici. Aquestes ones són opcionals en el valor tècnic de l'exercici de MLL de CCEE (sense que això vagi en detriment de l'exigència de dues ones en el valor artístic) i poden ser valorades a més a més de les dificultats realitzades.

Per exemple: un exercici de MLL de CCEE presenta 2 equilibris, 2 salts, 2 girs i 1 ona total de cos (sense valor en el codi). **TOTES** les dificultats, inclosa la ona, han de ser avaluades i preses en consideració per a la nota final.

Per exemple: un exercici de MLL de CCEE presenta 2 girs, 2 salts i 2 ones totals de cos (sense valor en el codi). Aquest exercici ha de tenir penalització per manca d'un grup corporal (equilibri), ja que les ones que no tenen valor en el codi de puntuació no poden ser utilitzades per a substituir una dificultat d'equilibri.

3. En l'exercici de **MLL de CCEE** poden haver-hi 1 o 2 R (dues rotacions/inversions amb canvi d'eix i de nivell) que es valoraran com una dificultat corporal a més a més de les 3/6 dificultats corporals exigides. Aquests R són opcionals en el valor tècnic de l'exercici de MLL de CCEE i poden ser valorades a més a més de les dificultats realitzades, sempre que compleixin amb l'exigència de dues rotacions/inversions amb canvi d'eix i de nivell. Aquestes R no poden ser utilitzades com a grup corporal de gir.

4. Els **EDR de valor 0.10** ( amb una única rotació), específics de CCEE i Copa catalana V i VI impliquen un llançament, una rotació (amb l'aparell en vol) i una recollida i no poden confondre's amb una AD de llançament ni específica ni no específica. La rotació sota el vol de l'aparell no pot ser considerada com a criteri de rotació ja que l'acció de llançar i la rotació/inversió no es donen simultàniament. Aquests elements s'han de valorar com EDR de valor 0.10 i no poden MAI substituir la AD exigida en la composició de l'exercici.

5. En els exercicis de **Conjunt de Mans Lliures** es permeten les **col-laboracions de tipus C**, a les que s'atorga un valor de 0.10. Aquestes col-laboracions NO EXISTEIXEN en l'exercici de conjunt amb aparell i no poden tenir cap valor en l'exercici de conjunt amb aparell.

Per poder atorgar valor de 0.10 a una col-laboració de tipus C hi ha d'haver una relació entre les gimnastes, que s'han de coordinar/sincronitzar per a que el resultat de l'acció prevista tingui èxit i no es validarà el simple contacte entre les gimnastes sense que existeixi cap altra mena d'interacció entre elles.

Aquestes col-laboracions es poden executar per sub grups, amb la condició de que ambdós sub grups realitzin col-laboracions del mateix tipus (dues col-laboracions de tipus C).

6. Seguint el criteri especificat en el codi de puntuació, per a l'exercici de **Conjunt de Mans Lliures**, s'ha de respectar l'exigència determinada per a les **CRR**, que especifica que no és possible senzillament passar per damunt d'un aparell que està al terra i que, per a validar la col-laboració l'aparell pel que passa o passen per damunt la gimnasta o gimnastes ha d'estar a l'alçada del genoll com a mínim. En aquest sentit, en les CRR de mans lliures no és possible passar per damunt d'una gimnasta que simplement està estirada al terra i s'ha de respectar l'exigència de l'alçada.

Les CRR on les gimnastes per les que es passa per damunt estan en moviment durant el risc també han de ser validades.

7. Una  $R_2$  (base 0.20) no es pot transformar en una  $R_1$  (base 0.10). Si la jutge observa clarament un llançament amb dues rotacions/inversions, amb una clara interrupció entre la primera i la segona rotació ho ha de valorar com una  $R_2$  i adjudicar-li un valor de 0.00 per l'execució incorrecta de les exigències de base dels EDR.

Per poder atorgar el valor de  $R_1$  (base 0.10) s'ha d'observar clarament només UNA rotació/inversió.

8. **Competició Copa Primavera Conjunts.** L'organització d'aquesta competició preveu tres fases i en algunes categories i nivells, la possibilitat de participar en un o dos programes (programa de mans lliures i programa d'aparell).

Els conjunts poden participar en el programa de mans lliures, en el programa d'aparell o en ambdós programes.

En la primera fase els conjunts que tinguin doble programa realitzaran el programa de Mans Lliures, en la segona fase els conjunts realitzaran el programa d'aparell i en la tercera fase els conjunts realitzaran el programa de mans lliures i/o el programa d'aparell.

**Comitè Tècnic**

**Federació Catalana de Gimnàstica**