NORMATIVA

2019-2020

MODALIDAD:
GIMNASIA RÍTMICA

BENJAMÍN INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,00 a 1,15.
Programa técnico: Manos libres.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero la gimnasta no podrá cantar

DIFICULTAD (D) BENJAMÍN INDIVIDUAL:

Dificultad 6 puntos máximo - Manos Libres	
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado únicamente por el Sub-grupo 1

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

BENJAMÍN CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.
Gimnastas: 5 o 6
Programa técnico: Manos libres.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) BENJAMÍN CONJUNTOS:

Dificultad 6,00 puntos máximo - Manos Libres		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	**Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin rotación del cuerpo** Min. 6 (0.10 – 0.30)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.

.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 4 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

BENJAMÍN GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00
Gimnastas: 7 o más (hasta un máximo de 20)
Programa técnico: Aparato Original.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) BENJAMÍN GRAN GRUPO:

Dificultad 6.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	**Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato** **Escalas** Min. 6 Colaboraciones (0.10–0.20-0.30-0.40) Min. 1 Escala (0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 6.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración y una cascada.
.- Se podrán bonificar máximo 4 cascadas (aunque se pueden llevar más).
Valor máximo de D3 - 4 puntos (aunque se puede llevar más).

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración
SUB. 2	Ausencia de una escala

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución).
FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ALEVÍN INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Pelota
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero la gimnasta no podrá cantar

DIFICULTAD (D) ALEVÍN INDIVIDUAL:

Dificultad 8.00 puntos máximo - Pelota			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	**Elementos dinámicos con rotación** Max. 1	**Dificultades de Aparato** Max. 8

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ALEVÍN CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.
Gimnastas: 5 o 6
Programa técnico: 3 Pelotas / 2 o 3 cuerdas.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) ALEVÍN CONJUNTOS:

Dificultad 8.00 puntos máximo – 3 Pelotas / 2 o 3 cuerdas				
DIFICULTAD		**Combinación Pasos Danza**	**Elementos dinámicos con rotación**	**Elementos de Colaboración con o sin rotación**
D. Corporal Min. y Max. 3	D. Con Intercambio Min. y Max. 3	Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	Max. 1	Min. 6

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 4 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ALEVÍN GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 2,00 a 2,15
Gimnastas: 7 o más (hasta un máximo de 20)
Programa técnico: Aparato Original.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) ALEVÍN GRAN GRUPO:

Dificultad 8.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	**Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato** **Escalas** Min. 6 Colaboraciones (0.10–0.20-0.30-0.40) Min. 1 Escala (0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración y una cascada.
.- Se podrán bonificar máximo 4 cascadas (aunque se pueden llevar más).
Valor máximo de D3 - 4 puntos (aunque se puede llevar más).

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración
SUB. 2	Ausencia de una escala

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución).
FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

INFANTIL INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Aro
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero la gimnasta no podrá cantar

DIFICULTAD (D) INFANTIL INDIVIDUAL:

Dificultad 8.00 puntos máximo - Aro			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	**Elementos dinámicos con rotación** Max. 1	**Dificultades de Aparato** Max. 8

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

INFANTIL CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.
Gimnastas: 5 o 6
Programa técnico: 3 aros / 2 o 3 pelotas
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) INFANTIL CONJUNTOS:

Dificultad 8.00 puntos máximo – 3 aros / 2 o 3 pelotas				
DIFICULTAD		**Combinación Pasos Danza** Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	**Elementos dinámicos con rotación** Max. 1	**Elementos de Colaboración con o sin rotación** Min. 6
D. Corporal Min. y Max. 3	D. Con Intercambio Min. y Max. 3			

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 4 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

INFANTIL GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 2,00 a 2,15
Gimnastas: 7 o más (hasta un máximo de 20)
Programa técnico: Aparato Original.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) INFANTIL GRAN GRUPO:

Dificultad 8.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	**Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato** **Escalas** Min. 6 Colaboraciones (0.10–0.20-0.30-0.40) Min. 1 Escala (0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración y una cascada.
.- Se podrán bonificar máximo 4 cascadas (aunque se pueden llevar más).
Valor máximo de D3 - 4 puntos (aunque se puede llevar más).

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración
SUB. 2	Ausencia de una escala

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución).
FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

CADETE-JUVENIL INDIVIDUAL

Duración del ejercicio: De 1,15 a 1,30.
Programa técnico: Mazas
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero la gimnasta no podrá cantar

DIFICULTAD (D) CADETE INDIVIDUAL:

Dificultad 8.00 puntos máximo - Mazas			
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	**Elementos dinámicos con rotación** Max. 1	**Dificultades de Aparato** Max. 8

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.

.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento

.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).

.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.

0.30
Por cada grupo corporal ausente
Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
Ausencia de una combinación de Pasos de Danza

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

CADETE-JUVENIL CONJUNTOS

Duración del ejercicio: De 1,45 a 2,00.
Gimnastas: 5 o 6
Programa técnico: 3 pelotas / 2 o 3 pares mazas
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) CADETE CONJUNTOS:

Dificultad 8.00 puntos máximo - 3 pelotas / 2 o 3 pares mazas				
DIFICULTAD		**Combinación Pasos Danza** Min. 1 - Max. 4 Valor 0.30	**Elementos dinámicos con rotación** Max. 1	**Elementos de Colaboración con o sin rotación** Min. 6
D. Corporal Min. y Max. 3	D. Con Intercambio Min. y Max. 3			

.- 3 dificultades corporales: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- 3 dificultades de intercambio: Será obligatorio llevar 3 dificultades de intercambio diferentes.
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración. 4 puntos máximo en colaboraciones (aunque se puede llevar más)

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Menos de 3 dificultades de intercambio.
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Más de 1 riesgo
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

CADETE- JUVENIL GRAN GRUPO

Duración del ejercicio: De 20 a 2,15
Gimnastas: 7 o más (hasta un máximo de 20)
Programa técnico: Aparato Original.
Música: Podrá ser cantada (con letra) pero las gimnastas no podrán cantar

DIFICULTAD (D) CADETE GRAN GRUPO:

Dificultad 8.00 puntos máximo – Aparato Original		
Dificultad Corporal Min. 3 y máx. 6	**Combinación Pasos Danza** Min. 1 Max. 4 Valor 0.30	**Elementos de Colaboración entre las gimnastas con y sin pérdida de contacto con el aparato** **Escalas** Min. 6 Colaboraciones (0.10–0.20-0.30-0.40) Min. 1 Escala (0.20)

.- Mínimo 3 dificultades corporales y máximo 6: En el ejercicio, deben estar presentes las Dificultades de cada Grupo Corporal (mínimo 1 de cada grupo corporal). Saltos, Equilibrios y Rotaciones.
.- No se podrán realizar dificultades en Tour lento
.- Cada ejercicio deberá presentar obligatoriamente una serie de pasos de Danza, Valor único para cada serie 0.30 (4 series máximo).
.- El valor máximo de la nota final de dificultad será 8.00 puntos.
.- Cada ejercicio deberá tener obligatoriamente mínimo 6 elementos de colaboración y una cascada.
.- Se podrán bonificar máximo 4 cascadas (aunque se pueden llevar más).
Valor máximo de D3 - 4 puntos (aunque se puede llevar más).

	0.30
SUB. 1	Por cada grupo corporal ausente
SUB. 1	Por cada dificultad “prohibida” ejecutada (no se pueden realizar con Tour lento)
SUB. 1	Ausencia de una combinación de Pasos de Danza
SUB. 2	Menos de 6 elementos de colaboración
SUB. 2	Ausencia de una escala

JUECES: Será evaluado por el Sub-grupo 1 y 2

EJECUCIÓN:

.- La nota de ejecución será de 0 a 10 puntos (Normas autonómicas penalizaciones ejecución).
FALTAS ARTÍSTICAS + FALTAS TÉCNICAS. Todo ello evaluado por las mismas jueces (no se realizarán subgrupos).

ACLARACIONES

DIFICUTAD DE APARATO (AD):

Según código FIG:
. Una particularmente difícil sincronización técnica entre el aparato y el cuerpo que consta de un mínimo de 1 Base + un mínimo de 2 criterios, o 2 Bases + 1 criterio.
. Un interesante o innovador uso del aparato (no ejecutado sobre una base regular como los movimientos de aparato estándar para GR) que consta de un mínimo de 1 Base + un mínimo de 2 criterios, o 2 Bases + 1 criterio.
EN PROMESAS:
Serán válidas todas las AD (Hasta un máximo de 8 por ejercicio, aunque se pueden llevar más) con que no sea ejecutado sobre una base regular como los movimientos de aparato estándar para GR y presente cierta dificultad en la ejecución.
Ejem:
No contará como AD aunque tenga una base y 2 criterios: Realizar un giro de dificultad corporal (BD) con toques de las mazas fuera del campo visual. Cumple con 1 base (toques) + 2 criterios (BD y fuera campo visual) pero es un elemento básico.
Contará como AD: Rodamiento largo de la pelota por dos partes del cuerpo desde los pies a las manos tumbada en el suelo boca arriba. Cumple con 1 base (rodamiento largo) + 2 criterios (posición en el suelo y sin manos) y no es un elemento básico.

El resto de las especificaciones del código FIG en cuanto a la dificultad de aparato serán aplicadas en promesas (criterios, valores etc…).

VALORES:

Base de Aparato (Grupo Fundamental o No Fundamental del aparato)	0.20
Bases Específicas de Aparato: . Rodamiento por al menos dos grandes segmentos corporales . Pequeño lanzamiento y recepción de 2 mazas desenganchadas . Gran lanzamiento . Transmisión sin la ayuda de las manos con al menos 2 partes corporales diferentes (no con las manos) . Boomerang con la cinta (por el aire o por el suelo)	0.30
Recepción o rebote desde el suelo o desde una parte corporal de un gran lanzamiento	0.40

COLABORACIÓN EJERCICIO DE M.L.:

Aquella acción en la que el éxito depende de todas las gimnastas (todas las gimnastas tienen que participar en la acción, bien a la vez, o bien por subgrupos).
EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN EN MANOS LIBRES SERÁ DE 0,10 CUANDO NO EXISTA INVERSIÓN

EL VALOR DE CADA COLABORACIÓN EN MANOS LIBRES CON INVERSIÓN (POR ENCIMA, POR DEBAJO O A TRAVES) SERA DE 0,30. (En caso de realizarse en subgrupos, en todos los subgrupos alguna gimnasta deberá realizar la misma inversión)

Entre una colaboración y otra se deberá cambiar de formación.

Nota: *Hay un máximo de puntos (según categorías) para colaboraciones pero se puede llevar más sin ser penalizada.*

COLABORACIÓN CONJUNTOS / TRIOS CON APARATO:

En las colaboraciones para los ejercicios de trios y conjuntos de todas las categorías, existirá la colaboración sin lanzamiento de aparato (C), de valor 0,10

VALOR				TIPOS DE COLABORACIÓN
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				**Colaboración sin lanzamiento del aparato:** • Realizada por las 5 gimnastas • Conjuntamente o en subgrupos. • Con "alzado" de una o varias gimnastas. • Con paso a través, por encima, debajo, de gimnastas o aparatos.

GRANDES GRUPOS - Valoración de los ejercicios

Elección del aparato

Categoría Prebenjamín: Manos Libres (sin aparato)

Resto de las categorías:
Se podrá utilizar un aparato de rítmica de los conocidos, pero también se podrá utilizar uno o varios aparatos originales a elección de la entrenadora, siempre y cuando el aparato no ofrezca ningún riesgo para las gimnastas que lo utilizan.
Deberá ser posible utilizar el aparato para realizar algún elemento con él, no deberá ser de mero adorno.
Ejemplos de aparatos posibles:
Abanico, sombrero, paraguas, gasa…
Ejemplos de aparatos no posibles:
Silla, objeto punzante peligroso, objetos con fuego…

DIFICULTAD

DIFICULTAD CORPORAL (BD): Según código F.I.G.

COLABORACIÓN CON APARATO ORIGINAL:

Aquella acción en la que el éxito depende de todas las gimnastas (todas las gimnastas tienen que participar en la acción, bien a la vez, o bien por subgrupos).

.- Colaboración sin pérdida de contacto con el aparato: 0.10 puntos

.- Colaboración con pérdida de contacto con el aparato (bien por lanzamiento, rodamiento, bote…), no existiendo pérdida de contacto en la transmisión: 0.20 puntos

.- Colaboración con inversión: 0.30 puntos

.- Colaboración con pérdida de contacto con el aparato + inversión (no es necesario que la dos acciones las realice la misma gimnasta): 0.40 puntos

ESCALA:
Se deberá realizar una escala obligatoriamente durante el ejercicio. Valor = 0.20 puntos cada vez.

Serán bonificadas un máximo de 4 escalas durante el ejercicio, aunque se pueden llevar más.

La escala se deberá realizar en rápida sucesión o "Canon", ejecutado por todas las gimnastas, una después de la otra. El movimiento empieza inmediatamente después o durante el mismo movimiento de la gimnasta previa o del subgrupo (los subgrupos podrán ser máximo parejas).

Si la escala no se ejecuta bien (no se realiza el movimiento bien sincronizado con la/s compañeras) se identificará la escala para no ser penalizada por el mínimo pero no se darán los puntos en D3.

Nota: *Hay un máximo de 4.00 puntos para la D3 pero se pueden realizar más aunque no sean bonificados.*

FALTAS ARTÍSTICAS

Se valorará según TABLA (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). faltas artísticas, aplicando todas las penalizaciones posibles, en cuanto a la música, formaciones, colaboraciones, utilización del cuerpo, enlaces…
En cuanto al manejo del aparato se valorará la utilización del aparato original. Las jueces valorarán de 0 a 4 puntos el manejo de aparato, dando mejor puntuación cuanto más se utilice el aparato original y de la forma más variada posible.
Ejemplo:
En un ejercicio con sombrero:
Las gimnastas no realizan ningún movimiento con el sombrero (solo lo llevan puesto sobre la cabeza) – penalización de 4 puntos en cuanto a la valoración del aparato original.
Las gimnastas unicamente se ponen y se quitan el sombrero y como mucho realizan una transmisión entre las gimnastas – penalización entre un 2,75 y 3,50 en la utilización del aparato.
Las gimnastas mueven bastante el sombrero pero sin ningún tipo de variedad, realizando casi siempre los mismos movimientos – penalización entre 2,50 y 2,00
Las gimnastas transmiten el sombrero de diferentes formas, lanzan el sombrero, rotan el sombrero en la mano… dejándolo sin movimiento solo en algunas ocasiones – penalización entre un 1,50 y 1,00.
En un ejercicio con sombrero las gimnastas utilizan el sombrero de diferentes formas y muy variadas… no dejándolo nunca quieto – penalización entre un 0,50 y 0,00 según la riqueza de la utilización del aparato original.

FALTAS TÉCNICAS

Según TABLA (Normas autonómicas penalizaciones ejecución). faltas técnicas en cuanto a la sincronización, formaciones, técnica corporal…
Se penalizará 0,30 por aparato estático cada vez que el aparato original esté por más de 3 o 4 movimientos totalmente quieto.
Ejem aparato estático: Un sombrero puesto sobre la cabeza durante la preparación de un giro, el giro, la preparación de un salto y el salto
Ejem no estático: Durante la preparación del giro la gimnasta realiza un pequeño lanzamiento del sombrero y durante el giro se lo pone en la cabeza. Hace la preparación del salto sin realizar ningún movimiento y en el salto hace un circulo con el sombrero.