



## **CAMPIONATO GALEGO “ESCOLAR” 2012**

### **ARTÍSTICA MASCULINA**

#### **CATEGORÍAS:**

- BENXAMÍN (ANO 2003-2006)
- ALEVÍN (2002-2001)
- INFANTIL (2000-1999)
- XUVENIL (1998 e anteriores)

#### **DEREITO A PARTICIPAR:**

TODOS OS DEPORTISTAS QUE NON COMPETIRAN CON ANTERIORIDADE EN NINGUNHA PROBA FEDERADA OFICIAL E QUE TEÑAN **LICENZA ESCOLAR** EN VIGOR PARA O ANO EN CURSO.

PODEN PARTICIPAR CON MALLA OU CON CAMISETA E PANTALÓN CURTO.



## ARTÍSTICA MASCULINA

### CHAN:

Todos os exercicios terán unha nota de partida de 10 puntos.  
Penalizaranse as seguintes situacións:

- a) Ausencia da representación dun grupo de elementos. -1 PUNTO
- b) Ausencia dun elemento do número total esixido. - 1 PUNTO
- c) Faltas de execución segundo Regulamento FIG.

### GRUPOS DE ELEMENTOS.

**I** Saltos e xiros simples (agrupado, con 1/2 xiro, carpado).

**II** Elementos de forza e equilibrios (2 seg.) (Sobre un pé, balanzas)(Sobre mans e cabeza)

**III** Elementos de flexibilidade (2 seg.)(Sapo, espagat, ponte)

**IV** Xiros transversais adiante.

**V** Xiros transversais atrás.

**VI** Rodas laterais, rondadas.

**BENXAMIN** (2003-2006): 6 elementos (1 elemento de cada grupo)

**ALEVÍN** (2002-2001): 7 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido a marcar (pino))

**INFANTIL** (2000-1999): 8 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) +un libre a elixir do grupo que desexe.)

**XUVENIL** (1998 e anteriores): 9 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) + dous libres a elixir dos grupos que desexe.)



## ARTÍSTICA MASCULINA

### SALTO:

Os saltos serán valorados atendendo á execución e ao tipo de salto que se realiza. As penalizacións serán as que estableza o código de puntuación FIG.

Salto de pídola adaptado, apoiar **mans e logo os pes** terá un valor de **5 puntos**.

Salto de **pídola exterior**, terá un valor de **6 puntos**.

Salto de **pídola interior**, terá un valor de **7 puntos**.

Salto de **paloma a tumbado**, terá un valor de **9 puntos**.

Salto de **paloma a pé**, terá un valor de **10 puntos**.

**Benxamín** (2003-2006): un minitramp ou un ou dous reuter.

**Alevín** (2002-2001): un ou dous trampolíns a elixir.

**Infantil** (2000-1999): un ou dous trampolíns a elixir.

**Xuvenil** (1998 e anteriores): un ou dous trampolíns a elixir.

Posición do salto transversal de non haber o novo salto (lingua).

Efectuaranse dous saltos libres a elixir entre os catro e poderase repetir o mesmo, considerándose a nota final a nota media de ambos.

### Alturas:

Benxamín 0,90 m. Minitramp ou dous reuter (Minitramp só nesta categoría)

Alevín 1,00 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Infantil 1,10 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Xuvenil. 1,20 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

**Paloma a tumbado:** Benxamín, Alevín 2 quitamedos e Infantil, Xuvenil 3 quitamedos.

**Só en categoría benxamín** permítese o salto de **pídola adaptado** con un reuter e tres alturas de plinto. Salto a apoiar mans no plinto, logo os pes entre as mans para erguerse e camiñar estirado a saltar a colchoneta a pes xuntos e recepcionar na mesma.



## **CAMPIONATO GALEGO “ESCOLAR” 2012**

### **ARTÍSTICA MASCULINA**

#### **CATEGORÍAS:**

- BENXAMÍN (ANO 2003-2006)
- ALEVÍN (2002-2001)
- INFANTIL (2000-1999)
- XUVENIL (1998 e anteriores)

#### **DEREITO A PARTICIPAR:**

TODOS OS DEPORTISTAS QUE NON COMPETIRAN CON ANTERIORIDADE EN NINGUNHA PROBA FEDERADA OFICIAL E QUE TEÑAN **LICENZA ESCOLAR** EN VIGOR PARA O ANO EN CURSO.

PODEN PARTICIPAR CON MALLA OU CON CAMISETA E PANTALÓN CURTO.



## ARTÍSTICA MASCULINA

### CHAN:

Todos os exercicios terán unha nota de partida de 10 puntos.  
Penalizaranse as seguintes situacións:

- a) Ausencia da representación dun grupo de elementos. -1 PUNTO
- b) Ausencia dun elemento do número total esixido. - 1 PUNTO
- c) Faltas de execución segundo Regulamento FIG.

### GRUPOS DE ELEMENTOS.

- I** Saltos e xiros simples (agrupado, con 1/2 xiro, carpado).
- II** Elementos de forza e equilibrios (2 seg.) (Sobre un pé, balanzas)(Sobre mans e cabeza)
- III** Elementos de flexibilidade (2 seg.)(Sapo, espagat, ponte)
- IV** Xiros transversais adiante.
- V** Xiros transversais atrás.
- VI** Rodas laterais, rondadas.

**BENXAMIN** (2003-2006): 6 elementos (1 elemento de cada grupo)

**ALEVÍN** (2002-2001): 7 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido a marcar (pino))

**INFANTIL** (2000-1999): 8 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) +un libre a elixir do grupo que desexe.)

**XUVENIL** (1998 e anteriores): 9 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) + dous libres a elixir dos grupos que desexe.)



## ARTÍSTICA MASCULINA

### SALTO:

Os saltos serán valorados atendendo á execución e ao tipo de salto que se realiza. As penalizacións serán as que estableza o código de puntuación FIG.

Salto de pídola adaptado, apoiar **mans e logo os pes** terá un valor de **5 puntos**.

Salto de **pídola exterior**, terá un valor de **6 puntos**.

Salto de **pídola interior**, terá un valor de **7 puntos**.

Salto de **paloma a tumbado**, terá un valor de **9 puntos**.

Salto de **paloma a pé**, terá un valor de **10 puntos**.

**Benxamín** (2003-2006): un minitramp ou un ou dous reuter.

**Alevín** (2002-2001): un ou dous trampolíns a elixir.

**Infantil** (2000-1999): un ou dous trampolíns a elixir.

**Xuvenil** (1998 e anteriores): un ou dous trampolíns a elixir.

Posición do salto transversal de non haber o novo salto (lingua).

Efectuaranse dous saltos libres a elixir entre os catro e poderase repetir o mesmo, considerándose a nota final a nota media de ambos.

### Alturas:

Benxamín 0,90 m. Minitramp ou dous reuter (Minitramp só nesta categoría)

Alevín 1,00 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Infantil 1,10 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Xuvenil. 1,20 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

**Paloma a tumbado:** Benxamín, Alevín 2 quitamedos e Infantil, Xuvenil 3 quitamedos.

**Só en categoría benxamín** permítese o salto de **pídola adaptado** con un reuter e tres alturas de plinto. Salto a apoiar mans no plinto, logo os pes entre as mans para erguerse e camiñar estirado a saltar a colchoneta a pes xuntos e recepcionar na mesma.



## **CAMPIONATO GALEGO “ESCOLAR” 2012**

### **ARTÍSTICA MASCULINA**

#### **CATEGORÍAS:**

- BENXAMÍN (ANO 2003-2006)
- ALEVÍN (2002-2001)
- INFANTIL (2000-1999)
- XUVENIL (1998 e anteriores)

#### **DEREITO A PARTICIPAR:**

TODOS OS DEPORTISTAS QUE NON COMPETIRAN CON ANTERIORIDADE EN NINGUNHA PROBA FEDERADA OFICIAL E QUE TEÑAN **LICENZA ESCOLAR** EN VIGOR PARA O ANO EN CURSO.

PODEN PARTICIPAR CON MALLA OU CON CAMISETA E PANTALÓN CURTO.



## ARTÍSTICA MASCULINA

### CHAN:

Todos os exercicios terán unha nota de partida de 10 puntos.  
Penalizaranse as seguintes situacións:

- a) Ausencia da representación dun grupo de elementos. -1 PUNTO
- b) Ausencia dun elemento do número total esixido. - 1 PUNTO
- c) Faltas de execución segundo Regulamento FIG.

### GRUPOS DE ELEMENTOS.

- I** Saltos e xiros simples (agrupado, con 1/2 xiro, carpado).
- II** Elementos de forza e equilibrios (2 seg.) (Sobre un pé, balanzas)(Sobre mans e cabeza)
- III** Elementos de flexibilidade (2 seg.)(Sapo, espagat, ponte)
- IV** Xiros transversais adiante.
- V** Xiros transversais atrás.
- VI** Rodas laterais, rondadas.

**BENXAMIN** (2003-2006): 6 elementos (1 elemento de cada grupo)

**ALEVÍN** (2002-2001): 7 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido a marcar (pino))

**INFANTIL** (2000-1999): 8 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) +un libre a elixir do grupo que desexe.)

**XUVENIL** (1998 e anteriores): 9 elementos (1 elemento de cada grupo + un apoio invertido estendido 3" (pino)) + dous libres a elixir dos grupos que desexe.)



## ARTÍSTICA MASCULINA

### SALTO:

Os saltos serán valorados atendendo á execución e ao tipo de salto que se realiza. As penalizacións serán as que estableza o código de puntuación FIG.

Salto de pídola adaptado, apoiar **mans e logo os pes** terá un valor de **5 puntos**.

Salto de **pídola exterior**, terá un valor de **6 puntos**.

Salto de **pídola interior**, terá un valor de **7 puntos**.

Salto de **paloma a tumbado**, terá un valor de **9 puntos**.

Salto de **paloma a pé**, terá un valor de **10 puntos**.

**Benxamín** (2003-2006): un minitramp ou un ou dous reuter.

**Alevín** (2002-2001): un ou dous trampolíns a elixir.

**Infantil** (2000-1999): un ou dous trampolíns a elixir.

**Xuvenil** (1998 e anteriores): un ou dous trampolíns a elixir.

Posición do salto transversal de non haber o novo salto (lingua).

Efectuaranse dous saltos libres a elixir entre os catro e poderase repetir o mesmo, considerándose a nota final a nota media de ambos.

### Alturas:

Benxamín 0,90 m. Minitramp ou dous reuter (Minitramp só nesta categoría)

Alevín 1,00 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Infantil 1,10 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

Xuvenil. 1,20 m. Un ou dous trampolíns a elixir.

**Paloma a tumbado:** Benxamín, Alevín 2 quitamedos e Infantil, Xuvenil 3 quitamedos.

**Só en categoría benxamín** permítese o salto de **pídola adaptado** con un reuter e tres alturas de plinto. Salto a apoiar mans no plinto, logo os pes entre as mans para erguerse e camiñar estirado a saltar a colchoneta a pes xuntos e recepcionar na mesma.