federación galega de ximnasia

NORMATIVA AUTONÓMICA DEBUTANTES XIMNASIA RÍTMICA 2027

XENERALIDADES

- Teñen acceso a esta competición todos aqueles ximnastas que non participaran en ningunha competición oficial da Federación Galega de Ximnasia e modalidade ximnástica de nivel provincial, autonómico e/ou nacional.
- **Haberá competición nas modalidades de dúos/tríos, conxuntos e grupos.**
- Os equipos (dúos/tríos, conxuntos e grupos) poderán ser femininos, masculinos e mixtos.
- Haberá unha clasificación diferente por:
  - ✓ Dúos-tríos (2 ou 3 ximnastas)
  - ✓ Conxuntos (de 4-8 ximnastas, incluídas reservas)
  - ✓ Grupos (de 9-20 ximnastas)
- Respecto ao número de exercicios, este limítase a un por categoría e modalidade.
- Nas Fases permitirase a participación de tantos conxuntos e grupos por club como se quixera.
- No caso dos dúos-tríos, só se permitirá a participación dun máximo de un por club e categoría.
- O pase ao Cpto. Galego dependerá da participación global, é dicir, só poderán pasar como máximo dous equipos pertencentes ao mesmo club.
- Haberá competición en dúas fases por zonas: **NORTE** (A Coruña e Lugo) e **SUR** (Pontevedra e Ourense). Na 1ª e 2ª Fase obterase unha clasificación e entregaránselle medallas aos 3 primeiros clasificados por categoría**.** Para obter a clasificación global das fases sumaranse os puntos da 1ª e 2ª fase, neste caso non se entrega premiación. A clasificación en cada unha das fases previas da competición, asignará puntos a cada equipo, según número de participantes, en orden inverso por categoría, *p. ex. para 10 participantes:*

1º clasificado	10	6º clasificado	5
2º clasificado	9	7º clasificado	4
3º clasificado	8	8º clasificado	3
4º clasificado	7	9º clasificado	2
5º clasificado	6	10º clasificado	1

En caso de empate, procederase ao desempate obtendo o pase o mellor equipo clasificado na 2ª Fase.

- O pase o Cpto. Galego Debutantes (Final) atenderá a seguinte proporción por categoría e zona:

1-6 equipos: os 3 primeiros da clasif. global de fases	12-16 equipos: os 7 primeiros da clasif. global de fases
7-11 equipos: os 5 primeiros da clasif. global de fases	17 e mais equipos: os 10 primeiros da clasif. global de fases

- As adestradoras inscritas deberán posuír alo menos o Nivel I e ter licenza federativa.
- As ximnastas pertencentes os **conxuntos** clasificados nos 1º postos do Cpto. Galego Debutantes 2027 (fase final) obrigatoriamente deberán competir en 2028 (tempada seguinte) no Cpto. Galego Escolar ou superior, non puidendo participar en Debutantes no 2028 ningunha das súas integrantes. Para que haxa ascenso ten que haber como mínimo 3

conxuntos participantes na categoría. Non haberá ascensos obrigatorios para as modalidades de dúos-tríos e grupos.

- **Permítese a utilización de músicas cantadas.**
- Permítese a participación de ata dúas ximnastas dunha categoría inmediatamente inferior nunha superior para formar equipo. ***Exemplo:*** *ata 2 ximnastas alevíns poderían formar conxunto de categoría infantil.*

NORMATIVA ESPECIAL:

Todos os conxuntos que sobrepasen en máis de 3,00 puntos (mans libres) ou 4,00 puntos (aparato) a nota media da súa correspondente categoría, non subirán ao podium por considerarse que pertencen ao nivel Escolar ou superior. Non poderán volver a participar nesta competición, polo que terán que inscribirse para participar na liga de nivel superior (Liga Provincial Escolar) nesa mesma tempada ***2027****.*

IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE: DÚOS-TRÍOS E CONXUNTOS

- ✓ **Iniciación: 2020 e 2021**
- ✓ **Prebenxamín: 2020 e 2019**
- ✓ **Benxamín**: **2018 e 2019**
- ✓ **Alevín**: **2016, 2017 e 2018**
- ✓ **Infantil**: **2014, 2015 e 2016**
- ✓ **Cadete**: **2012, 2013 e 2014**
- ✓ **Senior: 2012 e anteriores**

IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE: GRUPOS

- ✓ **Pequenas: 2021, 2020, 2019, 2018, 2017**
- ✓ **Maiores**: **2017 e anteriores**

Federación Galega de Ximnasia
R/Carlos Maside s/n 32002-Ourense
Tlfno.: 988238999 – www.ximnasia.com C.E.:
info@ximnasia.com

XUNTA DE GALICIA
DEPORTE GALEGO

ESIXENCIAS TÉCNICAS PARA CATEGORÍAS CON MANS LIBRES (DÚOS-TRÍOS E CONXUNTOS)

CATEGORIA	DIFICULTADES	GRUPOS CORPORAIS	VALOR MÁX. DIFICULTADES	COLABORACIONS MINIMO	SERIES PASOS min/máximo	COLABORACIONS	DURACION MÚSICAS	APARATO 2027/2028
INICIACIÓN	3	UN DE CADA mínimo	0.10	2CC, 2CR	2 / 4	Máx. 5	1,20 a 1,30	M.L.
PREBENXAMIN	3	UN DE CADA mínimo	0.20	2CC, 2CR	2 / 4	Máx. 5	1,20 a 1,30	M.L.
BENXAMIN	3	UN DE CADA mínimo	0.20	2CC, 2CR	2 / 4	Máx. 6	1,30 a 1,45	M.L.
ALEVIN	3	UN DE CADA mínimo	0.20	2CC, 2CR	2 / 4	Máx. 7	1,30 a 1,45	M.L.

Consideranse dificuldades de 0,10 ademais das incluídas no código de puntuación Federativo as seguintes:

- **Equilíbrios:**
  - Todos os equilíbrios **sobre o metatarso** coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Todos os equilíbrios sobre o xeonllo coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Flexión en bipedestación o sobre os xeonllos por debaixo da horizontal (sen apoiar as mans no corpo)
  - ½ Tour lent coa perna libre na horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Posicións mantidas sobre a planta do pé coa perna libre á altura da cabeza adiante o lateral
- Xiros:
  - Tódolos xiros de 360º sobre o metatarso coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Xiro sobre os glúteos

Federación Galega de Ximnasia
R/Carlos Maside s/n 32002-Ourense
Tlfno.: 988238999 – www.ximnasia.com C.E.:
info@ximnasia.com

XUNTA DE GALICIA
DEPORTE GALEGO

ESIXENCIAS TÉCNICAS PARA CATEGORÍAS CON APARATO (DÚOS-TRÍOS E CONXUNTOS)

CATEGORIA	DIFICULTADES	GRUPOS CORPORAIS	VALOR MAX. DIFICULTADES	RIESGOS OPTATIVOS	COLABORACIÓNS MÍNIMO	SERIES PASOS MIN. / MÁX.	COLABORACIONS MIN. / MÁX.	DURACIÓN MÚSICAS	APARATO 2027	APARATO 2028
INFANTIL	3 corporais 1 intercambios	Un de cada mínimo	0.30 corporais	NO	1 , 1CC, 1CR	2 / 4	3 / 6	1,45 a 2,00	AROS	CORDAS
CADETE	3 corporais 1 intercambios	Un de cada mínimo	0.30 corporais	NO	1 , 1CC, 1CR	2 / 4	3 / 6	1,45 a 2,00	MAZAS	PELOTAS
SENIOR	3 corporais 2 intercambios	Un de cada mínimo	0.30 corporais	NO	1 , 1CC, 1CR	2 / 4	3 / 6	1,45 a 2,00	PELOTAS E CORDAS (*)	AROS E MAZAS (**)

*mín. 50% de cada aparato, menos da metade mais unha pelota
** mín. 50% de cada aparato, menos da metade mais un aro

TIPOS DE COLABORACIONS:

- Colaboracións dúos-tríos:
  - ✓ CC mínimo 2 accións
  - ✓ Permítese a recollida ou o lanzamento de dous aparatos pola mesma ximnasta, ou un dos dous aparatos pola ximnasta que lanza
- Colaboracións conxuntos de 4 a 8 ximnastas: seguir o Código de Puntuación 2025/2028 → COLABORACIÓNS PARA CONXUNTOS
- CR y válidos a partir de 5 metros de distancia
- Valor CR:
  - ✓ 1 ximnasta: 0,20
  - ✓ 2 ximnastas: 0,30
  - ✓ 3 o maís ximnastas: 0.40

INTERCAMBIOS: válidos a partir de 5 metros de distancia.

- Penalizarase con 0,30 por cada intercambio que falte no equipo.
- Unha das dúas series permitidas nas colaboracións poderase realizar con rotacións verticais non acrobáticas (deboulé, pasada, etc).

Federación Galega de Ximnasia
R/Carlos Maside s/n 32002-Ourense
Tlfno.: 988238999 – www.ximnasia.com C.E.:
info@ximnasia.com

ESIXENCIAS TÉCNICAS PARA CATEGORÍAS PEQUENAS e MAIORES (GRUPOS)

CATEGORIA	DIFICULTADES	GRUPOS CORPORAIS	VALOR MÁX. DIFICULTADES	COLABORACIÓNS MINIMO	SERIES PASOS min/máximo	COLABORACIÓNS	DURACIÓN MÚSICAS	APARATO 2027/2028
PEQUENAS	3	UN DE CADA mínimo	0.20	2CC, 2CR	2 / 4	máx. 7	1,30 a 1,45	M.L.
MAIORES	3	UN DE CADA mínimo	0.20	2CC, 2CR	2 / 4	máx. 7	1,30 a 1,45	M.L.

Consideranse dificuldades de 0,10 ademais das incluídas no código de puntuación Federativo as seguintes:

- **Equilíbrios:**
  - Todos os equilíbrios **sobre o metatarso** coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Todos os equilíbrios sobre o xeonllo coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Flexión en bipedestación o sobre os xeonllos por debaixo da horizontal (sen apoiar as mans no corpo)
  - ½ Tour lent coa perna libre na horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Posicións mantidas sobre a planta do pé coa perna libre á altura da cabeza adiante o lateral
- Xiros:
  - Tódolos xiros de 360º sobre o metatarso coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Xiro sobre os glúteos

Federación Galega de Ximnasia
R/Carlos Maside s/n 32002-Ourense
Tlfno.: 988238999 – www.ximnasia.com C.E.:
info@ximnasia.com

XUNTA DE GALICIA
DEPORTE GALEGO

RECORDATORIO DIFICULTADE:

- As dificultades corporais deben executarse a vez ou en rápida sucesión, en subgrupos non son válidas.
- As dificultades de valor 0.10 adaptadas para ML, son válidas só para as categorías iniciación, prebenxamín e benxamín (dúos-tríos e conxuntos), e para a categoría pequenas (grupos)
- As ximnastas non poderán facer en ningún momento do exercicio, nin en grupo nin de forma individual, dificultades de máis valor cas da súa categoría e nivel.
- As ximnastas non poderán realizar **R**.
- Os Intercambios e as Colaboracións de lanzamento son válidos se son por alto (2 veces a altura da ximnasta) ou por largo (5 metros). Este requisito non se terá en conta na modalidade de Grupos.

PENALIZACIÓNS DIFICULTADE:

- Menos de 3 corporales en ML.
- Menos dos intercambios obligatorios, por cada un.
- Menos de unha dificultade de cada grupo corporal (penalización por cada grupo que falte)
- Dificultade corporal executada non simultánea ou en sucesión.
- Menos de 3 o 4 colaboracións (según a categoría)
- Máis de un tour lento

0,30 todas as faltas

EJECUCIÓN:

En todos os casos restase de 10 puntos a suma de faltas técnicas.

ARTÍSTICO:

En todos os casos restase de 10 puntos a suma de faltas artísticas.

RECORDATORIO:

- Aplicarase o CÓDIGO FIG respecto aos MAILLOTS e COMUNICACIÓN ADESTRADOR/XIMNASTA.
- O xuíz responsable da competición poderá sancionar as medidas incorrectas dos aparatos.
- Cando se acredite o plaxio total ou parcial dun exercicio, o xuíz responsable da competición poderá sancionalo.