



GUÍA: CÓMO CUBRIR AS TARIFF SHEEET

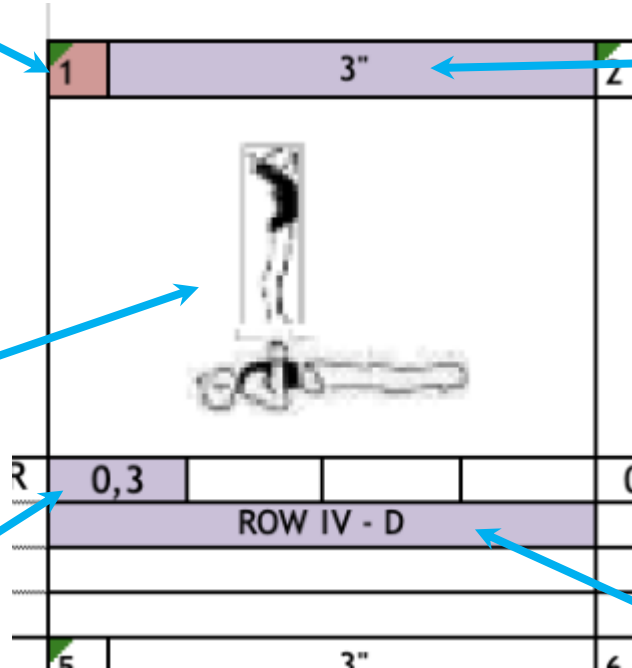
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO

Número de orde
do elemento

Segundos que se
ten que manter o
elemento

Debuxo do
elemento, obtido das
tablas de dificultade
correspondentes

Valor do
elemento de
equilibrio



Coordenadas das
tablas onde se atopa o
debuxo seleccionado

ELEMENTOS DINÁMICOS

Número de orde
do elemento

Debuxo do
elemento, obtido das
tablas de dificultade
correspondentes

Valor do
elemento
dinámico

7	0/4 B		
			
	0,2		
ROW I - C			

Cantidad de
rotación transversal
e/ou lonxitudinal do
elemento

Coordenadas das tablas
onde se atopa o
debuxo seleccionado

ELEMENTOS INDIVIDUAIS

Número de orde
do elemento

Debuxos dos
elementos,
obtidos das tablas
de dificultade
correspondentes

No caso de
ser individual
de equilibrio,
segundos
que se ten
que manter
o elemento

Valores de cada elemento
individual realizado por
cada ximnasta

Coordenadas das tablas
onde se atopan os individuais
seleccionados, unha por
cada ximnasta

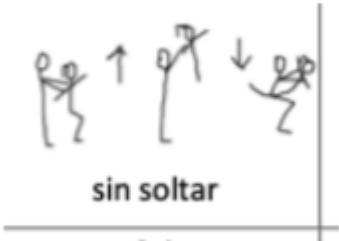
4	2"		
			
			
0	0		
EQ ESCOLAR			

6			
			
			
1	1		
119 FIG			

ELEMENTOS OPCIONAIS

5	3"		
			
OPCIONAL			
0,1			
ROW II -B			

Deben ser
señalados
como tal y no
sumarán su
valor para la
nota final de
dificultad

3	1/4 F SIN SOLTAR		
OPCIONAL			
1/4 F			
			
	0,1		
ROW III - B			

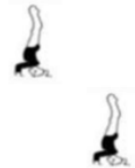
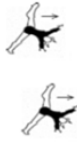
DIFICULTADE

O valor total da dificuldade do exercício vem da soma do **total de equilíbrio + total de dinámico**.

É a mesma nota neste caso o DV e o D-SCORE.

Tanto individuais como elementos opcionais non suman o seu valor á dificuldade do exercício.

DIFICULTADE	
D-SCORE	0,40
DV	0,40
VALOR	
EQUILIBRIO	0,3
DINÁMICO	0,1
INDIVIDUAL	-

1	3"	2	2"	3	1/4 F SIN SOLTAR	4	2"
				OPCIONAL 1/4 F  sin soltar			
VALOR	0,3	0	0	0,1		0	0
SH	ROW IV - D		EQ ESCOLAR			EQ ESCOLAR	
TOP			ROW III - B				
BASE							
5	3"	6		7	0/4 B		
							
OPCIONAL							
VALOR	0,1	1	1	0,2			
SH	ROW II - B		119 FIG				
TOP			ROW I - C				
BASE							
VALOR							
SH							
TOP							
BASE							
TF:				SR:		SIZE:	

DORSAL	
35	
CLUBE	
CLUB TREBOADA	
XIMNASTAS	
TOP	MARÍ LÓPEZ
BASE	CANDELA MARTIN
BASE	
BASE	
PERSONA DE CONTACTO	
NOME	JULIA VAZQUEZ
TEL	678 12 34 56
COMPETICIÓN	
CAMPIONATO GALEGO	
NIVEL	
ALEVÍN	
CATEGORIA	
PARELLA	
EXERCICIO	
COMBINADO	
DIFICULTADE	
D-SCORE	0,40
DV	0,40
VALOR	
EQUILIBRIO	0,3
DINÁMICO	0,1
INDIVIDUAL	-

OTROS EJEMPLOS DE TARIFF SHEET

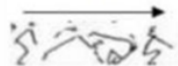
1	3"	2		3		4	3"	5	0/4 B	6		7	0/4 F					
		 Voltereta adelante  Voltereta adelante 				OPCIONAL 				  		OPCIONAL 						
VALOR	0,4			0	0	1	1	1	1	0,1		1	1	2	0			
SH	ROW I - E			TUM ESCOLAR + 119 FIG			63 FIG			ROW I - B			62+60+61 FIG					
TOP										ROW III - B			ROW II - A					
BASE																		
VALOR																		
SH																		
TOP																		
BASE																		
VALOR																		
SH																		
TOP																		
BASE																		

DORSAL	
2	
CLUBE	
CLUBE FLICLFAC	
XIMNASTAS	
TOP	MARTINA PINTO
BASE	SARA MOARES
BASE	XOANA FERNANDEZ
BASE	
PERSONA DE CONTACTO	
NAME	JORGE MENDEZ
TEL	678 12 34 56
COMPETICIÓN	
COPA GALICIA ESCOLAR	
NIVEL	
INFANTIL	
CATEGORIA	
TRIO	
EXERCICIO	
COMBINADO	
DIFICULTADE	
D-SCORE	0,50
DV	0,50
VALOR	
EQUILIBRIO	0,4
DINÁMICO	0,1
INDIVIDUAL	-

TF:

SR:

SIZE:

		1	0/4 F						2							3	3"																																		
		 lanzan 3 recogen 2												 Voltereta adelante x4						 OPCIONAL																															
VALOR		0,3								0				0				0				0,1																													
SH											TUM ESCOLAR										ROW II - B																														
TOP	ROW II - D																																																		
BASE																																																			
		4	3"				5		2"				6						7		0/4 B																														
								 						 x4						 lanzan 2 recogen 2 OPCIONAL																															
VALOR		0,2								1				1				1				1				2				2				2				2													
SH	ROW III - C										5+63 FIG										61 FIG																														
TOP																															ROW III - B																				
BASE																																																			
VALOR																																																			
SH																																																			
TOP																																																			
BASE																																																			
																				TF:										SR:										SIZE:											

DORSAL	
14	
CLUBE	
ACRO CLUB NIGRÁN	
XIMNASTAS	
TOP	ANTÓN RODRÍGUEZ
BASE	MARIO CONDE
BASE	ROSA MARTINEZ
BASE	ALBA FERNANDEZ
PERSONA DE CONTACTO	
NAME	AARON CASTRO
TEL	678 12 34 56
COMPETICIÓN	
NIVEL	
CATEGORIA	
EXERCICIO	
COMBINADO	
DIFICULTADE	
D-SCORE	0,50
DV	0,50
VALOR	
EQUILIBRIO	0,2
DINÁMICO	0,3
INDIVIDUAL	-

DORSAL	
14	
CLUBE	
ACRO CLUB NIGRÁN	
XIMNASTAS	
TOP	ANTÓN RODRÍGUEZ
BASE	MARIO CONDE
BASE	ROSA MARTÍNEZ
BASE	ALBA FERNANDEZ
PERSONA DE CONTACTO	
NAME	AARON CASTRO
TEL	678 12 34 56
COMPETICIÓN	
NIVEL	
CATEGORIA	
EXERCICIO	
COMBINADO	
DIFICULTADE	
D-SCORE	0,50
DV	0,50
VALOR	
EQUILIBRIO	0,2
DINÁMICO	0,3
INDIVIDUAL	-