

**NORMATIVA PROVISIONAL**  
**CAMPIONATO GALEGO PROMOCION 2020**



## DEREITO DE PARTICIPACIÓN

a.-Teñen acceso a esta competición todas aquelas ximnastas que no ano 2019 non competiron en competición autonómica ou nacional de nivel federado **ou en competición autonómica** ou nacional de nivel base.

b.- Só unha única ximnasta por conxunto e categoría do mesmo Club inscrita na fase provincial como na final do Campionato de Promoción poderá participar nas dúas modalidades independentemente da categoría: conxunto e individual. Non poderá participar por duplicado nos conxuntos, isto é pertencer a dous conxuntos da mesma ou diferente escola/club.

c.-Na modalidade individual a inscrición non ten límite de ximnastas por Club para as fases provinciais. O pase a fase final para INDIVIDUAL estará limitada a 5 primeiras ximnastas por categoría e provincia e para CONXUNTOS será aberta.

d.- Haberá competición en dúas fases por provincia. Na 1ª Fase obterase unha clasificación e entregaránselle medallas aos 3 primeiros clasificados por categoría, na 2ª Fase obterase unha clasificación que sumará a da primeira fase e obterase a clasificación final provincial, entregaranse medallas e trofeos os 3 primeiros clasificados provinciais.

e.- Para acceder a Fase final do Cpto. é obrigatoria a inscrición e participación na fase provincial.

f.-O número de ximnastas mínimo para o conxunto é de catro e o máximo é de oito ximnastas. Isto é, os conxuntos poderán formarse con 4, 5, 6, 7, ou 8 ximnastas.

g.-Un mesmo club non pode presentar o mesmo exercicio dúas veces, aínda que cambien as ximnastas.

h.-Permítese as músicas cantadas en individual e conxuntos.

i.-As ximnastas individuais ou pertencentes os conxuntos que se clasifiquen nos últimos postos de cada categoría, en función do 30% de cada categoría, e sempre que non acadaran podium poderán optar a competir na tempada seguinte (2020) no Cpto. Galego Escolar ou seguir en Promoción. *Exemplo: se hai 13 conxuntos en cat. Infantil poderán baixar a Escolar os 4 últimos postos da cat. Infantil.* Tamén poden optar a descender a Escolar en 2020 as ximnastas individuais e conxuntos de Promoción 2019 que só competiron nas fases provinciais pero non na Fase Final.

j.-Permítese a participación de ata dúas ximnastas dunha categoría inferior nunha superior para formar conxunto sempre e cando sexan ximnastas de ano inmediatamente inferior (primeiro ano na súa categoría), excepto en categoría Master-Adultos. *Exemplo: ata 2 ximnastas (alevins) de 2010 poderían formar conxunto de categoría infantil.*

**k.-Os dous primeiros conxuntos clasificados, ximnastas titulares e reservas, en tódalas categorías no Cpto. Galego de Promoción de 2020 ascenderán obrigatoriedade a PREBASE en 2021.**

## IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE INDIVIDUAL

- **Categoría Prebenxamín:** ximnastas nadas en **2012 (8 ANOS)**
- **Categoría Benjamín:** ximnastas nadas en **2011 (9 ANOS)**
- **Categoría Alevín:** ximnastas nadas en **2009, 10 (11, 10 ANOS)**
- **Categoría Infantil:** ximnastas nadas en **2007, 2008 (13, 12 ANOS)**
- **Categoría Cadete:** ximnastas nadas en **2005, 2006 (14, 15 ANOS)**
- **Categoría Xuvenil:** ximnastas nadas en **2004 e anteriores (16 e mais ANOS)**
- **Categoría Master (Adultos):** ximnastas nadas en **2001 e anteriores (19 e mais ANOS)**

## IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE CONXUNTO

- **Categoría Prebenxamín:** ximnastas nadas en **2012, 2013 e 2014 (8, 7 e 6 ANOS)**
- **Categoría Benjamín:** ximnastas nadas en **2011, 2012 (9 e 8 ANOS)**
- **Categoría Alevín:** ximnastas nadas en **2009, 2010, 2011 (11, 10 e 9 ANOS)**
- **Categoría Infantil:** ximnastas nadas en **2007, 2008, 2009 (13, 12 e 11 ANOS)**
- **Categoría Cadete:** ximnastas nadas en **2005, 2006, 2007 (13, 14 e 15 ANOS)**
- **Categoría Xuvenil:** ximnastas nadas en **2005 e anteriores (15 e mais ANOS)**
- **Categoría Master (Adultos):** ximnastas nadas en **2001 e anteriores (19 e mais ANOS)**

## DURACIÓN DAS MÚSICAS INDIVIDUAIS

Categoría Prebenxamín	1,15 – 1,30”
Categoría Benxamín	1,15 – 1,30”
Categoría Alevín	1,15 – 1,30”
Categoría Infantil	1,15 – 1,30”
Categoría Junior	1,15 – 1,30”
Categoría Xuvenil	1,15 – 1,30”
Categoría Máster	1,15 – 1,30”

## DURACIÓN DAS MÚSICAS CONXUNTO

Categoría Prebenxamín	1,45 – 2,00”
Categoría Benxamín	1,45 – 2,00”
Categoría Alevín	1,45 – 2,00”
Categoría Infantil	2,15 – 2,30”
Categoría Cadete	2,15 – 2,30”
Categoría Xuvenil	2,15 – 2,30”
Categoría Máster	2,15 – 2,30”

**ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS INDIVIDUAIS**  
**VER NORMATIVA NACIONAL BASE INDIVIDUAL 2020 - RFEG**

**APARATOS:**

- CATEGORÍA PREBENXAMÍN: MÁNS LIBRES
- CATEGORÍA BENXAMÍN: MÁNS LIBRES
- CATEGORÍA ALEVÍN: MAZAS OU ARO
- CATEGORÍA INFANTIL: ARO OU PELOTA
- CATEGORÍA CADETE: CORDA OU MAZAS
- CATEGORÍA XUVENIL: CINTA OU PELOTA
- CATEGORÍA MASTER (ADULTOS): CORDA OU PELOTA OU MAZAS OU CINTA (segue as esixencias da categoría Xuvenil)

**ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS CONXUNTO**  
**VER NORMATIVA NACIONAL BASE CONXUNTOS 2020 - RFEG**

**APARATOS:**

- CATEGORÍA PREBENXAMÍN: MÁNS LIBRES
- CATEGORÍA BENXAMÍN: MÁNS LIBRES
- CATEGORÍA ALEVÍN: MÁNS LIBRES e AROS (mínimo 50% de cada, menos da metade máis un aro)
- CATEGORÍA INFANTIL: AROS e PELOTAS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elixir)
- CATEGORÍA CADETE: PELOTAS e MAZAS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elixir)
- CATEGORÍA XUVENIL: CINTAS e PELOTAS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elixir)
- CATEGORÍA MASTER (ADULTOS): a elixir APARATOS MIXTOS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elixir) OU APARATOS ÚNICOS (segue as esixencias da categoría Xuvenil)