

# NORMATIVA PROVISIONAL

# CPTO. ESCOLAR X. RÍTMICA 2023



## DEREITO DE PARTICIPACIÓN: CAMPIONATO GALEGO ESCOLAR 2023

- Teñen acceso a esta competición todos aqueles ximnastas que non participaran en ningunha competición e modalidade ximnástica de Nivel autonómico prebase, base ou federado nos anos **2021-2022** ou de promoción no ano **2022**.
- **Só haberá competición na modalidade de conxuntos**
- 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 e poderán ser mixtos.
- Respecto ao número de exercicios, este límitase a un por categoría e modalidade.  
*Na Fase Provincial permitirase a participación de tantos conxuntos por club como se quixera, tendo en conta que o pase ao Cpto. Galego dependerá da participación global, é dicir, só poderán pasar como máximo dous conxuntos pertencentes ao mesmo club.*
- 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 una clasificación que sumará a da primeira fase e obterase a clasificación final provincial, entregaranse medallas e trofeos os 3 primeiros clasificados provinciais.**
- O pase o Cpto. Galego Escolar (Final) atenderá a seguinte proporción por categoría e provincia:

1-6 conxuntos: os 3 primeiros clasif. na fase prov. final	12-16 conxuntos: os 7 primeiros clasif. na fase prov. final
7-11 conxuntos: os 5 primeiros clasif. na fase prov. final	17 e mais conxuntos: os 10 primeiros clasif. na fase prov. final

No caso de que nalgunha provincia non se cubra o número mínimo de conxuntos clasificados por categoría (3) entrará, para completala, como máximo o seguinte da provincia que nesa categoría teña mais equipos participantes.

- As adestradoras inscritas deberán posuír alo menos o Nivel I e ter licenza federativa.
- Tódalas ximnastas inscritas deberán ter a licenza federativa que corresponda.
- As ximnastas pertencentes os conxuntos clasificados nos 2 primeiros postos do Cpto. Galego Escolar **2023** (fase final) obrigatoriamente deberán competir en **2024** tempada seguinte) no Cpto. Galego de Promoción ou superior, non podendo participar en Escolar no **2024** ningunha das súas integrantes (incluídas as ximnastas reservas). **Para que haxa ascenso ten que haber como mínimo 3 conxuntos participantes na categoría.**
- **Permítese a utilización de músicas cantadas.**
- Permítese a participación de ata dúas ximnastas dunha categoría inmediatamente inferior nunha superior para formar conxunto. **Exemplo:** *ata 2 ximnastas alevíns poderían formar conxunto de categoría infantil.*

## IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE CONXUNTO

- **Categoría Iniciación:** ximnastas nadas en **2016 e 2017**
- **Categoría Prebenxamín:** ximnastas nadas en **2015 e 2016**
- **Categoría Benxamín:** ximnastas nadas en **2014 e 2015**
- **Categoría Alevín:** ximnastas nadas en **2012, 2013 e 2014**
- **Categoría Infantil:** ximnastas nadas en **2010, 2011 e 2012**
- **Categoría Cadete:** ximnastas nadas en **2008, 2009 e 2010**
- **Categoría Senior:** ximnastas nadas en **2008 e anteriores**

## ESIXENCIAS TÉCNICAS PARA CATEGORÍAS CON MANS LIBRES




CATEGORIA	DIFICULTADES	GRUPOS CORPORALES	VALOR MÁX. DIFICULTADES	ONDAS CORPORALES	COLABORACIONES MINIMO	SERIES PASOS min/máximo	COLABORACIONES	DURACION MÚSICAS	APARATO
INICIACIÓN	3-4	UNO DE CADA mínimo	0.10	Ondas Totales del Cuerpo  W Obligatorio 2, sin máximo (Valor 0,30)	2C, 2CC, 2CR	2/4	6/10	1,30 a 1,45	M.L.
PREBENXAMIN	3-4	UNO DE CADA mínimo	0.20		2C, 2CC, 2CR	2/4	6/10	1,30 a 1,45	M.L.
BENXAMIN	3-4	UNO DE CADA mínimo	0.20		2C, 2CC, 2CR	2/4	6/12	1,45 a 2,00	M.L.
ALEVIN	3-4	UNO DE CADA mínimo	0.30		2C, 2CC, 2CR	2/4	6/12	1,45 a 2,00	M.L.

TIPOS DE COLABORACIONES MANOS LIBRES	VALOR
<b>C:</b> Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal y sin elevación de ninguna gimnasta).	<b>0,10</b>
<b>CC:</b> Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal). La relación/es pueden realizarse conjuntamente o por subgrupos. Este tipo de colaboraciones incluyen relaciones realizadas con un mínimo de 3 acciones idénticas con relaciones corporales, realizadas en sucesión. <ul style="list-style-type: none"> <li>1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas.</li> <li>Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones.</li> </ul>	<b>0,30</b>
<b>CR:</b> Colaboración con rotación corporal. Si más de una gimnasta realiza la rotación, estas deben ser idénticas.	<b>0,10</b>
Es posible realizar la rotación con o sin ayuda de las compañeras, con o sin paso por encima, a través o por debajo. El valor será incrementado en 0,10 para cada gimnasta que realice la acción principal (Máximo 3 gimnasta realizando el riesgo corporal)	
<b>CL:</b> es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizados elevando y sujetando a/el gimnasta en un nivel elevado. La elevación puede realizarse con varias posiciones del/la gimnasta sostenido/a en el espacio, elevado/a por encima del nivel del hombro del/la compañero/a que se encuentra en una posición de pie. Ver Página 201 del Código para más aclaraciones	<b>0,20</b>

Considéranse dificultades de 0,10 ademais das incluídas no código de puntuación Federativo as seguintes:

- Equilibrios:
  - Tódolos equilibrios **sobre o metatarso** coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Tódolos equilibrios 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
  - 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 360° sobre o metatarso coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
  - Xiro sobre os glúteos

## ESIXENCIAS TÉCNICAS PARA CATEGORÍAS CON APARATO

CATEGORIA	DIFICULTADES	GRUPOS CORPORALES	VALOR MAX. DIFICULTADES	RIESGOS OPTATIVOS	ONDAS CORPORALES	COLABORACIONES MINIMO	SERIES PASOS MIN/ MÁX.	COLABORACIONES	DURACION MÚSICAS	APARATO
INFANTIL	3 corporales 3 intercambios	Uno de cada mínimo	0.30 corporales	1 máx.	Ondas Totales del Cuerpo	1  , 1CC, 1CR	2/4	3/14	2,15 a 2,30	CUERDAS
CADETE	3 corporales 3 intercambios	Uno de cada mínimo	0.30 corporales	1 máx.	<b>W</b> Obligatorio 2, sin máximo	1  , 1CC, 1CR	2/4	3/14	2,15 a 2,30	AROS
SENIOR	3 corporales 3 intercambios	Uno de cada mínimo	0.30 corporales	1 máx.		1  , 1CC, 1CR	2/4	3/14	2,15 a 2,30	PELOTAS

- **TIPOS DE COLABORACIONES:** Ver Código de Puntuación 2022/2024 → COLABORACIONES PARA CONJUNTOS.

*Se permiten máximo 2 colaboraciones múltiples combinadas con CR que se cuentan como una sola dificultad.*

- **ELEMENTOS FUNDAMENTALES ESPECÍFICOS:** Mínimo 1 de cada
- **INTERCAMBIOS** bonifican a partir de 6 metros de distancia.

## RECORDATORIO DIFICULTAD:

- Las dificultades corporales deben ejecutarse a la vez o en rápida sucesión, en subgrupos no son válidas.
- Las dificultades de valor 0.10 adaptadas para MI, son válidas sólo para iniciación, prebenjamín y benjamín
- Las gimnastas no podrán hacer en ningún momento del ejercicio, ni en grupo ni de forma individual, dificultades de más valor que las de su categoría y nivel.
- Las gimnastas podrán realizar R1 con una sola inversión bajo el vuelo del aparato.
- Los intercambios son válidos si son grandes, por alto, por largo (6 metros) ... o por ambas cosas.
- No se pueden repetir las inversiones en las colaboraciones de riesgo.

## PENALIZACIONES DIFICULTAD:

- **Menos de 3 corporales, más de 4 en ML.**
- **Menos de 3 intercambios**
- **Menos de una dificultad de cada grupo corporal (penalización por cada grupo que falta)**
- **Dificultad corporal ejecutada no simultánea o en sucesión.**
- **Menos de 3 colaboraciones**
- **Más de un tour lento**

**0.30 todas las faltas**

## EJECUCION:

En todos los casos se resta de 10 puntos la suma de faltas técnicas.

## ARTÍSTICO:

En todos los casos se resta de 10 puntos la suma de faltas artísticas.