



TARIFF SHEET / HOJAS DE COMPETICIÓN DE GIMNASIA ACROBÁTICA

CATEGORÍAS ESCOLARES: BENJAMÍN, ALEVÍN E INFANTIL

- No está permitido seleccionar dos elementos de EQUILIBRIO o DINÁMICO de la misma ROW.
- Es obligatorio que todos/as los/las gimnastas realicen 3 elementos individuales. Será obligatorio mínimo 1 de tumbling y se pueden repetir de EQUILIBRIO, FLEXIBILIDAD Y AGILIDAD O TUMBLING. Por cada requisito que falte se penalizará con 0.5 puntos.
- Es necesario marcar en la hoja de competición el orden en que se realizarán los elementos.
- Es necesario señalar las coordenadas de los elementos opcionales si no son seleccionados de la misma tabla que los obligatorios.

EJEMPLOS DE COMO CUBRIR LAS HOJAS DE COMPETICIÓN

PARELLA	BENXAMÍN
	ALEVÍN
	INFANTIL

CLUBE:	BURGAS
--------	--------

DORSAL:	4
---------	---

XIMNASTAS:	
TOP:	María Fernández
BASE:	Sofía Pérez

	A	B	C	D	E
ROW I					
ROW II					
ROW III					
ROW IV					
ROW V					
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

OUTRO
EQUILÍBRIO
OPCIONAL



PROCEDENCIA
VALOR

	A	B	C	D	E
ROW I					
ROW II					
ROW III					
ROW IV					
ROW V					
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

OUTRO
DINÁMICO
OPCIONAL



PROCEDENCIA
VALOR

	1	2	3	4	5	OUTRO FIG
FLEXIBILIDADE						
EQUILIBRIO 2"						
AXILIDADE / TUMBLING						

DIFÍCULDADE
TOTAL

0,3

ADESTRADOR/A	
Sara Martínez	
TELF.	123456789
EMAIL	club@ejemplo.com

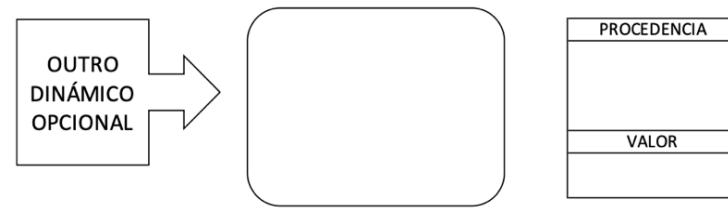
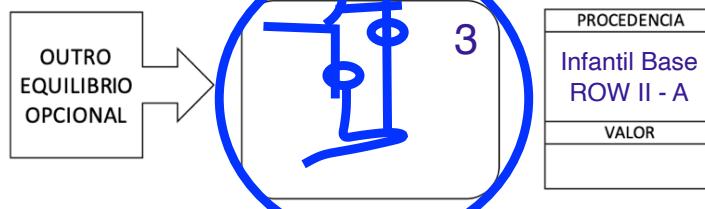
TRIO	BENXAMÍN
	ALEVÍN
	INFANTIL

CLUBE:	FLIC FLAC
XIMNASTAS:	
TOP:	Marta Alonso
BASE:	Carolina Martín

DORSAL:	6
---------	---

	A	B	C	D	E
ROW I					monito o bolita
ROW II					
ROW III				Monito o bolita	
ROW IV	boca arriba o boca abajo				
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

	A	B	C	D	E
ROW I					
ROW II					
ROW III					
ROW IV					
	0	0,1	0,2	0,3	0,4



	1	2	3	4	5	OUTRO FIG
FLEXIBILIDADE						
EQUILÍBRIO						
AXILIDADE / TUMBLING						

DIFÍCILDADE TOTAL → 0,4

ADESTRADOR/A	
Maria Mariño	
TELF.	123456789
EMAIL	club@ejemplo.com



HOJAS DE COMPETICIÓN POR CATEGORÍAS Y MODALIDADES

PARELLA	BENXAMÍN
	ALEVÍN
	INFANTIL

CLUBE:			DORSAL:	
TOP:	XIMNASTAS:		BASE:	

	A	B	C	D	E
ROW I					
ROW II					
ROW III					
ROW IV					
ROW V					
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

OUTRO EQUILÍBRIO OPCIONAL	
PROCEDENCIA	
VALOR	

	A	B	C	D	E
ROW I					
ROW II					
ROW III					
ROW IV					
ROW V					
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

OUTRO DINÂMICO OPCIONAL	
PROCEDENCIA	
VALOR	

	1	2	3	4	5	OUTRO FIG
FLEXIBILIDADE						
EQUILIBRIO 2''						
AXILIDADE / TUMBLING						

DIFÍCULDADE TOTAL	
ADESTRADOR/A	
TELF.	
EMAIL	

TRIO	BENXAMÍN
	ALEVÍN
	INFANTIL

CLUBE:			DORSAL:	
TOP:			BASE:	
BASE				

	A	B	C	D	E
ROW I					monito o bolita
ROW II					
ROW III				Monito o bolita	
ROW IV	boca arriba o boca abajo		monito o bolita	boca arriba o boca abajo	
	0	0,1	0,2	0,3	0,4



	A	B	C	D	E
ROW I				FRONT OR BACK 0/4	FRONT OR BACK 0/4 180°
ROW II	0/4 F	0/4 F	0/4 F	0/4 F	0/4 F
ROW III	0/4 B	0/4 B	0/4 B	0/4 B	0/4 B
ROW IV				0/4	2/4 Front
	0	0,1	0,2	0,3	0,4



	1	2	3	4	5	OUTRO FIG
FLEXIBILIDADE						
EQUILÍBRIO 2"						
AXILIDADE / TUMBLING			Voltereta adiante	Voltereta atrás		

DIFICULDADE TOTAL →

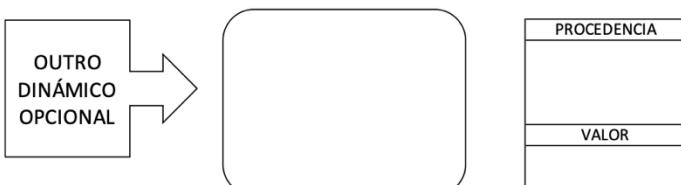
ADESTRADOR/A
TELF.
EMAIL

CUARTETO	BENXAMÍN
	ALEVÍN
	INFANTIL

CLUBE:			DORSAL:	
XIMNASTAS:				
TOP:			BASE:	
BASE			BASE:	

	A	B	C	D	E
ROW I			 3"	 monkey o bolita	 2"
ROW II	 3"	 3"	 3"		
ROW III		 2"	 3"		
ROW IV		 Tercer base agarre por las piernas			 monkey o bolita
	0	0,1	0,2	0,3	0,4

	A	B	C	D	E
ROW I	 1/4 Front recogen 3	 1/4 Back recogen 3	 0/4	 0/4 + 180°	 CAMBIO BASE
ROW II	 0/4 F	 (sentado) lanzan 3 recogen 2	 0/4 F	 0/4	 0/4 F
ROW III	 0/4 B	 0/4 B	 0/4 B	 0/4 B	 0/4 B
ROW IV	 3 bases trabajando	 (dejar caer a bandeja)	 0	 1/4 B	 Lanzan 3 recogen 2
	0	0,1	0,2	0,3	0,4



FLEXIBILIDADE	1	2	3	4	5	OUTRO FIG
EQUILIBRIO 2"						
AXILIDADE / TUMBLING			Voltereta adiante	Voltereta atrás		
	180°	360°				

DIFÍCULDADE TOTAL →

ADESTRADOR/A

TELF.
EMAIL