

Gimnasia Artística

1. Participantes

- 1.1. Se participará en NIVEL 1 PROMOCIONAL SUELO, NIVEL 2 PROMOCIONAL 4 APARATOS y NIVEL 3 PROYECCIÓN en damas. NIVEL 1 PROMOCIONAL (SUELO y SALTO) Y NIVEL 3 PROYECCION EN CABALLEROS.
- 1.2. En el NIVEL 1 PROMOCIONAL SUELO "damas", se podrán inscribir cuatro (4) gimnastas Sub 14, las niñas deberán haber nacido en los años 2008, 2009, 2010, 2011 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2022. Las mismas deberán estar asentadas en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
- 1.3. En el NIVEL 1 PROMOCIONAL "caballeros", se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, los niños nacidos en 2008, 2009, 2010 que cumplan los 14 años hasta el 31 de diciembre de 2022 los cuales deberán estar asentados en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
- 1.4. En el NIVEL 2 PROMOCIONAL -4 aparatos "damas", se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, las niñas deberán haber nacido en los años 2008, 2009, 2010, 2011 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2022. Las mismas deberán estar asentadas en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
- 1.5. En el NIVEL 3 PROYECCIÓN "damas", se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, las niñas deberán haber nacido en los años 2008, 2009, 2010, 2011 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2022. Las mismas deberán estar asentadas en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
- 1.6. En el NIVEL 3 PROYECCIÓN "caballeros" se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, los niños nacidos en 2008, 2009, 2010 que cumplan los 14 años hasta el 31 de diciembre de 2022 los cuales deberán estar asentados en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
- 1.7. El equipo se completará con cinco entrenadores, tres (3) de género femenino, y dos (2) de género masculino y un (1) delegado/a los cuales deberán estar asentados en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.

2. La modalidad de participación será Comunitaria y la característica Libre con las siguientes restricciones:

- 2.1. En el NIVEL 1 PROMOCIONAL "damas" podrán participar deportistas federadas en los niveles D y C3 de la Confederación Argentina y no federadas.
- 2.2. En el NIVEL 1 PROMOCIONAL "caballeros" podrán participar los deportistas federados que hayan participado en el último Nacional Federativo 2021 en los niveles AC, AC1 Y AC2 en suelo y salto de la Confederación Argentina y los no federados.
- 2.3. En el NIVEL 2 "damas" 4 aparatos, podrán participar deportistas federadas hasta el nivel C1 de la Confederación Argentina de Gimnasia y NO FEDERADOS.
En el nivel 3 Proyección "damas" no existirán restricciones en cuanto a la participación.
- 2.4. En el nivel 3 Proyección "caballeros" no existirán restricciones en cuanto a la participación.
- 2.5. IMPORTANTE: los niveles federativos serán tomados según registro nacional y/o provincial año 2021

3. Reglamentación

- 3.1. Rama Femenina

3.1.1. NIVEL 1 PROMOCIONAL

- Aparato: Suelo
- Categoría: Sub 14
- Modalidad: Por equipo
- Integrantes: 4 gimnastas (mínimo 3) y un entrenador. Se toman las 3 mejores notas del equipo
- Participantes: Podrán participar todas las gimnastas no federadas y las federadas en los niveles D y C3 de la Confederación Argentina de Gimnasia.

Nota: El equipo que representa cada provincia en la etapa final nacional es el mismo equipo inscripto por planilla en la etapa de inicio provincial.

3.1.2. Nivel 2 – PROMOCIONAL 4 APARATOS

- Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) y un entrenador. Se toman las 2 mejores notas por aparato del equipo
- Categoría: Sub 14
- Participantes - Modalidad Libre con Restricción: Podrán participar todas las gimnastas no federadas y las federadas hasta nivel C1 de la Confederación Argentina de Gimnasia.

Nota: El equipo que representa cada provincia en la etapa final nacional es el mismo equipo inscripto por planilla en la etapa de inicio provincial.

3.1.3. Nivel 3 - PROYECCION

- Aparato: salto – paralelas asimétricas – viga de equilibrio - suelo
- Categoría: Sub 14
- Modalidad:
 - Individual (all around) la suma de las notas de los 4 aparatos. Instancia Provincial y Nacional.
 - Por equipo: Instancia Nacional tomando las 2 mejores notas por aparato de las gimnastas integrantes de cada Provincia.
 - Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) por provincia y un entrenador designado por el sistema cuali-cuantitativo (Entrenador de la gimnasta número 1 de la provincia).
- Participantes: Libres. Podrán participar todas las gimnastas sub 14.

3.2. Rama Masculina

3.2.1. NIVEL 1 PROMOCIONAL

- Aparato: Suelo y salto
- Categoría: Sub 14
- Modalidad: Por equipo

- Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) y un entrenador. Se toman las 2 mejores notas, por aparato del equipo

3.3. Participantes: podrán participar los deportistas federados que hayan participado en el último Nacional Federativo 2021 en los niveles AC, AC1 Y AC2 en suelo y salto de la Confederación Argentina y los no federados.

- Nota: El equipo que representa cada provincia en la etapa final nacional es el mismo equipo

inscripto por planilla en la etapa de inicio provincial.

3.3.1. Nivel 3 - PROYECCION

- Aparato: suelo – honguito – anillas – salto -- paralelas – barra fija
- Categoría: Sub 14
- Modalidad: Individual (all around) la suma de las notas de los 6 aparatos. Instancia Provincial y Nacional.
- Por equipo: Instancia Nacional tomando las 2 mejores notas por aparato de los gimnastas integrantes de cada Provincia.
 - o Integrantes: 3 gimnastas por Provincia y un entrenador designado por el sistema cuali-cuantitativo. (Entrenador del gimnasta número 1 de la provincia)
 - Participantes: Libres. Podrán participar todos los gimnastas sub 14.

3.4. Sistema de juzgamiento

- 3.4.1. Todas las normativas no previstas en este reglamento, concernientes a disposiciones relativas a la competencia, se ajustarán a las reglas vigentes en el Código de puntuación de la FIG (Federación Internacional de Gimnasia).

Rama femenina – Descripción Técnica

GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA				
NIVEL	SUELO (serie lineal)			
NIVEL 1 Inicial	No se puede cambiar el orden de los items 1- Enlace o momento coreográfico 2- Giro de 360° 3- Rondo salto en extensión 4- Rol atrás (piernas juntas y extendidas) 5- 2 saltos continuados (1 de amplitud sagital o frontal) 6- Vertical rol 7- Salto en extensión con medio giro 8- Inversión atrás, adelante o tic toc 9- Enlace o momento coreográfico en contacto con el suelo			
NIVEL	SALTO (1,10)	PARALELAS	VIGA (1,10)	SUELO (serie lineal)
NIVEL 2 Promocional (Gimnastas hasta nivel C1)	Metodología de mortero (con mesa de salto, recepción acostada sobre pila de colchones) 1 solo salto	1- kip 2- Flotante a la horizontal 3- Vuelta atrás 4- Pisada piernas extendidas 5- 2 balanceos y soltarse atrás	Se puede cambiar el orden de los items 1- Entrada (puede no estar codificada) 2- Acrobático atrás 3- Acrobático adelante o lateral 4- Serie de danza con 1 salto de amplitud 5- Giro de 360 sobre 1 pie 6- Salida mínimo A 7- 3 momentos coreográficos como mínimo (uno en contacto con la viga, otro en posición lateral)	Se puede cambiar el orden de los items 1- Giro de 360° 2- Rondo flic flac salto en extensión 3- Inversión atrás, adelante o tic toc 4- 2 saltos continuados (1 de amplitud sagital o frontal) 5- justed con piernas extendidas 6- mortero recepción a 2 pies o flic flac adelante 7- 3 momentos coreográficos como mínimo, 1 en contacto con el suelo.
NIVEL	SALTO (1,25)	PARALELAS	VIGA (1,25)	SUELO (serie con música)
NIVEL 3 Proyección	Libre, con mesa de salto 1 solo salto	1- kip 2- Flotante a vertical (piernas juntas o sepradas) 3- Elemento circular a vertical 4- kip 5- Pisada piernas extendidas 6- kip 7- Flotante a vertical 8- Gran vuelta de pecho 9- Salida mortal atrás en posición extendida.	Serie libre con exigencias obligatorias 1- Acrobático atrás con vuelo 2- Acrobático adelante o lateral 3- Serie acrobática (mínimo 1 elemento con vuelo) 4- Giro de 360 sobre 1 pie 5- Serie de danza (idem código) 6- 2 elementos gimnásticos mínimo B 7- Salida en secuencia o mínimo B	Serie libre con exigencias obligatorias 1- Línea ACRO con mortal atrás (posición del cuerpo opcional) 2- Línea ACRO con mortal adelante (posición del cuerpo opcional) 3- Línea ACRO con 2 mortales diferentes 4- Mortal con min. 360 (puede estar o no en línea ACRO) 5- Giro gimnástico mínimo B 6- Pasaje de danza idem código 7- 1 elemento gimnástico mínimo C

4. GENERALIDADES Y DEDUCCIONES

4.1. NIVEL 1 (inicial): solo SUELO

- Serie lineal
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u (en el enlace coreográfico final, mínimo 2 partes diferentes del cuerpo en contacto con el suelo).
- Cambiar el orden de los Ítems: 0.30 p
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre 2 pies
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.30 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- Giro de 360 grados y salto en extensión con medio giro: si falta giro, no está el ítem.
- Vertical rol – apoyo de manos para levantarse: 0.50 p
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.2. NIVEL 2 (promocional): SALTO

- ALTURA: 1,10 metro (no se puede modificar)
- Con mesa de salto y pila de colchones nivelado
- 1 solo salto (en caso de salto nulo, puede intentar una segunda vez y tiene una deducción de 3.00 p)
- Se realizan las deducciones desde 10.00 p y se obtiene la nota final

DEDUCCIONES ESPECIFICAS

- o Recepción sentada: 1.00 p
- o Vertical rol: 4.00 p
- o Rol adelante: 5.00 p
- o Apoyo prolongado: 0.10-0.30-0.50 p
- o Recepción piernas flexionadas: 0.10-0.30-0.50 p
- o Recepción piernas separadas: 0.10-0.30 p
- o Cuerpo rotado en el 2do. Vuelo: 0.10-0.30 p
- o Apoyo de 1 mano: 2.00 p
- o Dinamismo: 0.10-0.30-0.50
- o Deducciones generales y específicas del código de puntuación

4.3. NIVEL 2 (promocional): PARALELAS

- Está permitido el uso de la tabla de pique para la entrada
- Cambiar el orden de los elementos: 0.30 c/v
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Ausencia de cada ítem: 0.50 p
- Impulso suplementario s/despegue de cadera: 0.10 p
- Impulso suplementario c/despegue de cadera: 0.50 p
- Amplitud en el flotante: faltan más de 10 grados, no está el requisito
- Pisada piernas extendidas: si flexiona, realizar descuentos por flexión 0.10-0.30-0.50

- Amplitud en los balanceos: entre H y 45: 0.10-0.30 p. Debajo de 45 grados: no está el requisito
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.4. NIVEL 2 (promocional viga): VIGA

- Altura de la viga: 1.10 metro
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.30 p
- Está permitido cambiar el orden de los ITEMS
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre dos pies.
- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- Los saltos gimnásticos deben estar codificados
- En la serie de danza, el salto de amplitud puede ser sagital o frontal.
- Giro sobre 1 pie de 360: si falta giro, no está el requisito.
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.5. NIVEL 2 (promocional): SUELO

- Serie lineal
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u (en el enlace coreográfico en contacto con el suelo, mínimo 2 partes diferentes del cuerpo en contacto).
- Está permitido cambiar el orden de los ITEMS
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre 2 pies
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.30 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- Los saltos gimnásticos deben estar codificados.
- Giro de 360 grados: si falta giro, no está el ítem. Se debe definir la posición de la pierna libre.
- Justed: si faltan más de 10 grados: no está el elemento
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación.

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.6. NIVEL 3 (Proyección): SALTO

- ALTURA: 1,25 metros
- Con mesa de salto a caer paradas
- 1 solo salto (en caso de salto nulo, puede intentar una segunda vez y tiene una deducción de 3.00 p)
- Si realiza salto con mortal, se realizan las deducciones desde 10.00 p y se obtiene la

nota final

- Si realiza salto sin mortal, se realizan las deducciones desde 9.00 p y se obtiene la nota final
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

4.7. NIVEL 3 (Proyección): PARALELAS

- Está permitido el uso de la tabla de pique para la entrada
- Cambiar el orden de los elementos: 0.30 c/v
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Detención: 0.50 c/v
- Ausencia de cada ítem: 0.50 p
- Impulso suplementario o vacío: 0.50 p
- Amplitud en flotantes y circulares, ídem código
- Si realiza flotante a la vertical (debajo de 10 grados o más) se le otorga el requisito y se aplica el descuento por amplitud según código.
- Si realiza el elemento circular 10 grados o más debajo de la vertical, se le otorga el requisito y se aplica el descuento por amplitud según código.
- Cuclillas: con piernas extendidas
- Si en la salida, hay angulación en la cadera, se otorga posición carpada y no está el requisito.
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie, el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.8. NIVEL 3 (Proyección): VIGA

- Altura de la viga: 1.25 metros
- Serie libre con exigencias obligatorias
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 180 grados
- En la serie acrobática, los elementos pueden ser iguales o diferentes
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación
- Deducciones por presentación artística y composición del código de puntuación

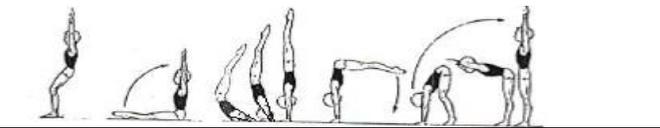
Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

4.9. NIVEL 3 (Proyección): SUELO

- Serie libre con música y exigencias obligatorias
- Duración mínima 60 segundos y máxima 90 segundos
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 180 grados
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación
- Deducciones por presentación artística y composición del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

Artística Masculina

Nivel 1 - Promocional 		
1		Saltado, rondo, pique y salto en extensión con ½ giro...
2		inmediatamente pique y rol volado, salto en extensión con medio giro a terminar en posición de firmes....
3		Realizar paso al frente seguido de medialuna lateral...
4		acomodarse con ¼ de giro a la posición frontal y vertical rol pasajera...
5		inmediatamente al levantarse, salto en extensión con medio giro a posición de firmes...
6		continuando a yuste pasajero descendiendo a posición de firmes
7		Paso al frente y paloma frontal 2°...
8		Continuando, tres pasos de carrera y mortero salto en extensión a posición de firmes

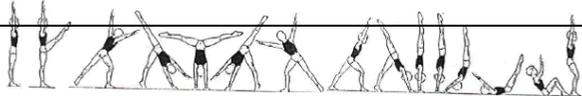
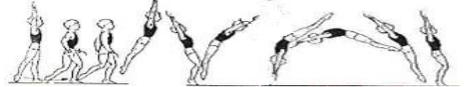
Valor de los elementos y
penalizaciones

1	1.00 0.50	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - No terminar el rondo de frente a su inicio: h. 0.50
2	1.00 0.30	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Falta de amplitud en el rol volado: h. 0.30
3	1.00	- No pasar por el eje vertical en la medialuna: h. 0.30 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
4	1.20	- Intento de vertical sin lograrla, cada vez h. 0.50 - Rol c/ brazos flexionados: h. 0.50 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
5	0.30	- Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
6	1.50	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Errores en la posición final de firmes: s/ C.P.
7	1.20	- Mantener la paloma menos de 2": 0.30 - No Mantener la paloma 0.50 - Intento de paloma sin lograrla, cada vez 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
8	1.50 0.50	- Falta de amplitud en el mortero: h. 0.30 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Errores en la posición final de firmes: s/ C.P.

Nivel 1 – Promocional - SALTO		
EJERCICIO	SALTO	VALOR DE PARTIDA
	MORTAL ADELANTE AGRUPADO	7,5 PUNTOS
	MORTAL ADELANTE CARPADO	8,5 PUNTOS
	MORTAL ADELANTE EXTENDIDO	10 PUNTOS
TABLA DE PIQUE COLCHON DE 30 Y SOFT	DESCUENTOS SEGÚN CODIGO DE PUNTUACION	

Nivel 3 - Proyección



Nº	EJERCICIO	DESCRIPCIÓN
1		Rondo, 2 flic flac.
2		Medialuna, vertical rol
3		Rol volado
4		Yuste
5		Mortero 2 (flic-flac adelante)
6		Paloma frontal 2"
7		Mortal adelante agrupado.
OPCIONES		Salto en extensión con medio giro a posición de firmes.

A los efectos de enlazar los elementos, el gimnasta podrá realizar el siguiente enlace hasta un máximo de tres (3) veces. Por elementos adicionales se penalizará 0,30 cada vez. Los elementos para enlazar no tienen un valor asignado, pero se penalizará las faltas desde el punto de vista de la ejecución. Salto en extensión con medio giro a posición de firmes.



EL ORDEN DE LAS SECUENCIAS DE EJERCICIOS PUEDE SER ALTERADO, RESPETANDO LA ESTRUCTURA DE COMPOSICION INTERNA DE CADA UNA DE

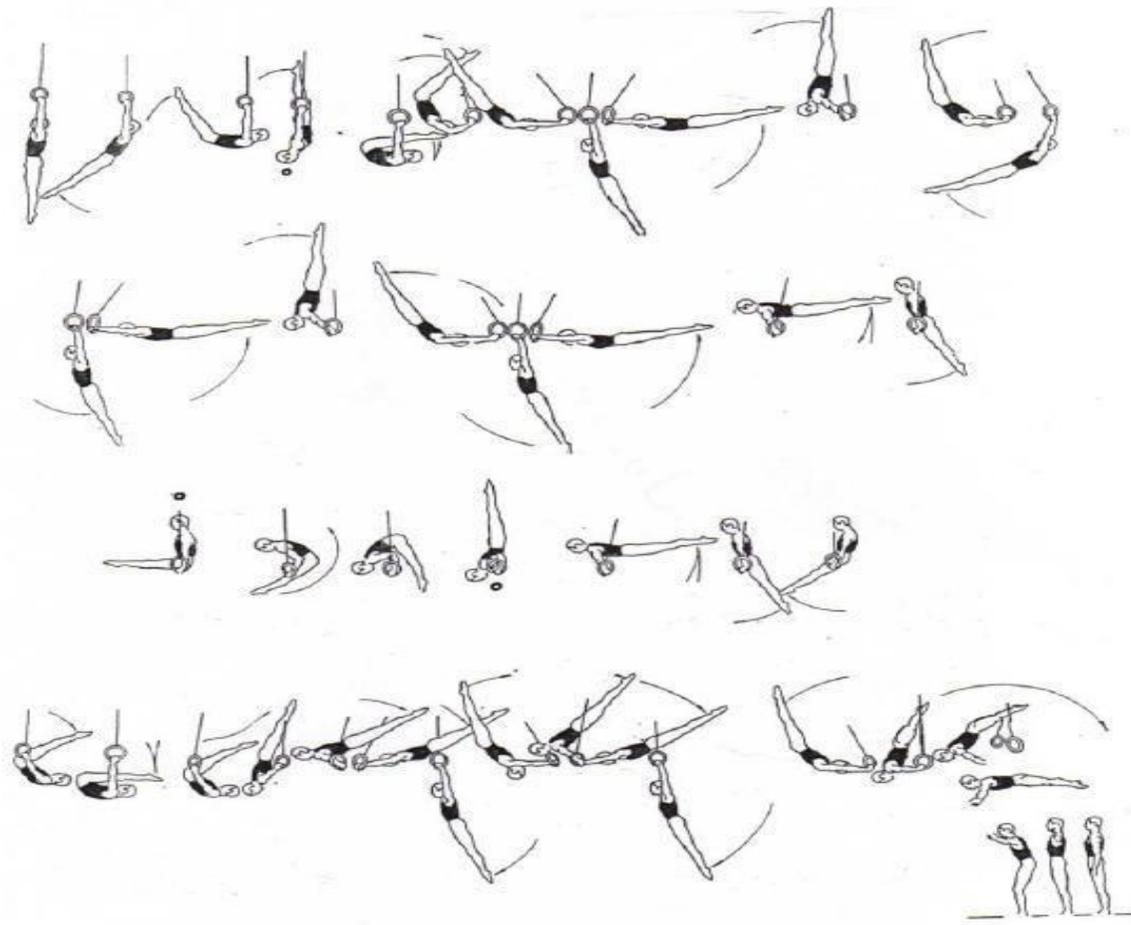
1	0.50 /1/1	0.50 0.90 0.90	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
2	0.50 /1	0.50 0.50	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - No pasar por el eje vertical en la medialuna: h. 0.30 - Intento de vertical sin lograrla, cada vez h. 0.50 - Rol c/ brazos flexionados: h. 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Falta de amplitud en el rol volado: h. 0.30
3	0.50	0.40	- Falta de amplitud en el vuelo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
4	1	0.90	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
5	1.50	1.40	- Falta de amplitud en el mortero: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
6	1	1.30	- Mantener la paloma menos de 2": 0.30 - No Mantener la paloma 0.50 - Intento de paloma sin lograrla, cada vez 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
7	2	1.70	- Falta de amplitud en el vuelo: h. 0.30 - Falta de equilibrio en la recepción: s/ C.P. - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50

ELLAS.

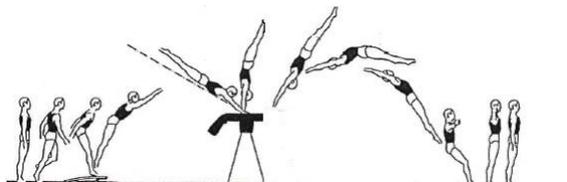
Nivel 3 - Proyección HONGUITO 		
1		10 Molinos continuados en honguito.
DESCRIPCIÓN DE LA PARTE	VALOR	FALTAS TÍPICAS
Desde el apoyo facial de frente al hongo, toma de impulso y 10 molinos completos (terminados al apoyo facial)	1.0 p x c/molino 10.00 p	- El gimnasta debe realizar los 10 molinos en forma continuada. Cada molino se considera iniciado y terminado en el apoyo facial (frontal). Los descuentos se realizarán según el Código de Puntuación. - En caso de caída entre cada molino el gimnasta podrá continuar con la serie recibiendo el correspondiente descuento (caída 0,50). Por no completar el molino según desviación 0,10 o 0,20 según la falta .



Nº	DESCRIPCIÓN DE LA PARTE	VALOR	FALTAS TÍPICAS
1	Desde la suspensión ascender hacia adelante con cuerpo extendido a posición invertida manteniendo 2"	1.00	- Mantener la posición entre 1" y 2": 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
2	Luego descender a plegado y realizar toma de impulso adelante (arranque) balanceo atrás y 2 dislocaciones adelante	0.50 / 1.00 / 1.00	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Falta de amplitud en cada dislocación: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
3	Continuadas de balanceo atrás y dominación atrás (gran montada) a escuadra 2"	1.00 / 0.50	- Falta de amplitud en la dominación: h. 0.30 - Mantener la escuadra entre 1" y 2": 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
4	Vertical de hombros subiendo a fuerza con el cuerpo carpado y piernas juntas, mantener 2 segundos	1.50	- Mantener la escuadra entre 1" y 2": 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
5	Volviendo a extender los brazos para pasar por el apoyo y descendiendo luego atrás a la suspensión carpado y toma de impulso hacia atrás	0.50	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
6	Dislocación directa atrás balanceo adelante y dislocación atrás nuevamente	1.00 / 1.00	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Falta de amplitud en cada dislocación: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
7	Seguida de mortal atrás extendido de salida hasta la posición de firmes	Si realiza salida Agrupada 0,20 P Carpado 0.50 P Extendida 1P	- Falta de amplitud en el mortal: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30 - Errores en la posición final de firmes: s/C.d.P



Nivel 3 - Proyección **SALTO**



MEDIDA	VALOR DEL SALTO	DESCUENTOS
Altura del aparato: 1,20 m. Mesa de Salto	10.00	1º Vuelo: - Falta de extensión del cuerpo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 2º Vuelo: - Falta de rechazo: h. 0.30 - Brazos flexionados: h. 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Recepción: - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Errores en la posición final de firmes: s/C.d.P



<p>1</p>		<p>Desde impulso en la tabla de pique, saltar al apoyo braquial, balancear adelante y kip de báscula a piernas abiertas, rebotando en las bandas, e inmediatamente balanceo atrás mínimo al horizontal.</p>
<p>2</p>		<p>Descolgarse por detrás a la suspensión carpada para realizar finlandés axilar.</p>
<p>3</p>		<p>Descolgarse por detrás a la suspensión y kip largo al apoyo.</p>
<p>4</p>		<p>Balanceo atrás mínimo al horizontal, dejarse caer al balanceo axilar y kip de pecho al apoyo.</p>
<p>5</p>		<p>Balanceo atrás mínimo al horizontal, balanceo adelante</p>
<p>6</p>		<p>Balanceo atrás pasando mano izquierda al apoyo del barrote derecho para salir lateralmente, e inmediatamente 1/2 giro a derecha hasta la posición de firmes.</p>

1	2.00	- Cuerpo debajo de 30° al iniciar susp. axilar: h. 0.30 - Cadera debajo de la horizontal en el plegado: h. 0.30 - Ayudarse c/ las piernas en el kip: h. 0.50 - falta de amplitud en el balanceo atrás h. 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
2	2.00	- Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
4	2.00	- No alcanzar la horizontal a/ de descolgarse 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
4	2.00	- No alcanzar el horizontal en el balanceo 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
5	1.00	- No alcanzar la amplitud pedida cada vez: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Falta de extensión del cuerpo h. 0.30
6	1.00	- No alcanzar la amplitud pedida en la salida h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - no completar el giro antes de la recepción 0.30

Los balanceos en apoyo incluidos en las partes 1, 4 y 5 tienen un requisito mínimo de altura al horizontal



<p>1</p>		<p>Rotura de inercia, arranque al frente y balanceo atrás mínimo a 45° sobre la horizontal</p>
<p>2</p>		<p>Balanceo adelante con ½ giro a toma mixta mínimo a 45° sobre la horizontal</p>
<p>3</p>		<p>Balanceo adelante y atrás en toma mixta, acomodar la mano nuevamente a dorsal (balanceos mínimos a 45° sobre la horizontal)</p>
<p>4</p>		<p>Balancear adelante y kip largo.</p>
<p>5</p>		<p>Flotante mínimo al horizontal seguido de vuelta atrás al apoyo con cuerpo extendido.</p>
<p>6</p>		<p>Descolgarse adelante (pescadito) e inmediatamente balanceo atrás mínimo a 45° sobre la horizontal</p>
<p>7</p>		<p>Salida mortal atrás Extendido</p>

1	1.00	- Cuerpo debajo de 30° al iniciar susp. axilar: h. 0.30 - Cadera debajo de la horizontal en el plegado: h. 0.30 - Ayudarse c/ las piernas en el kip: h. 0.50 - falta de amplitud en el balanceo atrás h. 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - falta de amplitud en el balanceo atrás menos de 45° h. 0.30- falta de amplitud en el balanceo menor a la horizontal 0,50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Descuentos de ejecución según código 2021-2024
2	1.00	- falta de amplitud en el balanceo adelante con medio giro menos de 45° h. 0.30- falta de amplitud en el balanceo adelante con medio giro menor a la horizontal 0,50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Descuentos de ejecución según código 2021-2024 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
3	1.00	- falta de amplitud en el balanceo atrás menos de 45° h. 0.30- falta de amplitud en el balanceo menor a la horizontal 0,50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Descuentos de ejecución según código 2021-2024 - No alcanzar la horizontal a/ de descolgarse 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50
4	2.00	- No alcanzar el horizontal en el balanceo 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Descuentos de ejecución según código 2021-2024
5	2.00	- No alcanzar la amplitud pedida cada vez: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Falta de extensión del cuerpo h. 0.30 Descuentos de ejecución según código 2021-2024
6	1.00	- falta de amplitud en el balanceo atrás menos de 45° h. 0.30- falta de amplitud en el balanceo menor a la horizontal 0,50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 Descuentos de ejecución según código 2021-2024
7	Si realiza salida Agrupada 0,50 P Carpado 1 P Extendida 2P	- No alcanzar la amplitud pedida en la salida h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - no completar el giro antes de la recepción 0.30 Descuentos de ejecución según código 2021-2024

