Gimnasia Rítmica

1. Participantes

1.1 Se competirá dentro de la categoría **Sub 14,** la cual, en este deporte, se dividirá del siguiente modo:

1.2 **Modalidad Conjunto**:

1.2.1 **Sub 14 INFANTIL** participarán todas las gimnastas nacidas en 2010 y 2011, en equipos conformados por 4 (cuatro) gimnastas + 1 (una) gimnasta suplente opcional y 1 (uno) Entrenador/a.

1.2.2 **Sub 14 JUVENIL** participarán todas las gimnastas nacidas en 2008 y 2009, en equipos conformados por 4 (cuatro) gimnastas + 1 (una) gimnasta suplente opcional y 1 (uno) Entrenador/a.

1.2.3 El equipo se completará con 1 (uno) Delegado/a, el cual deberá estar asentado en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en el Manual de Competencia.
1.2.4 Entre los tres acompañantes adultos debe haber, mínimamente, uno género femenino.

NOTA: Si el equipo estuviese conformado por 5 (cinco) gimnastas, competirán en conjunto de 4 (cuatro) gimnastas y la quinta gimnasta deberá oficiar de "suplente", participando obligatoriamente de titular en una de las coreografías.

1.3 **Modalidad Dúos**:

1.3.1 Sub 14 OPEN participarán 2 gimnastas +1 suplente (opcional), que deberán encontrarse dentro de las 10 participantes de la modalidad conjunto. Podrán ser nacidas en años 2011, 2010, 2009 y/o 2008. Cada provincia podrá presentar un solo dúo en esta instancia nacional, siendo requisito el participar, por lo menos, con una de las dos categorías de la modalidad conjunto. La reglamentación de esta nueva modalidad podrán encontrarla al final de este manual de modalidad conjunto.

NOTA: en esta modalidad se competirá solamente con una serie, cabe destacar que el rol de "suplente" deberá ser ocupado por una gimnasta que participe dentro de la modalidad conjunto que presenta la provincia. Todas las gimnastas deben realizar por lo menos una serie en alguna modalidad de competencia.

EJEMPLOS: PROVINCIA "Y" participa con un conjunto INFANTIL (5), un conjunto JUVENIL (5) y un dúo OPEN (3), total 10 gimnastas de la provincia, siendo las integrantes del dúo participantes de los conjuntos antes mencionados.

PROVINCIA "X" participa con un conjunto INFANTIL (5) y un dúo OPEN (3), total 7 gimnastas ya que la suplente del dúo open, en este caso, deberá participar del conjunto infantil.

1.4 Los participantes anteriormente descriptos deberán estar asentados en la Lista de Buena Fe de acuerdo a lo dispuesto en este Manual de Competencia, destacando en cada serie la gimnasta suplente.

1.5 La modalidad de participación será Comunitaria y la Característica libre.

2. <u>Reglamentación de la MODALIDAD CONJUNTO</u> COMPETICIONES Y PROGRAMAS

2.1 PROGRAMA PARA CONJUNTOS

2.1.1 El programa para los conjuntos consistirá de 2 ejercicios: uno con MANOS LIBRES (sin aparatos) y el otro con 4 aparatos iguales para las **4 gimnastas**.

NOTA: SUB 14 INFANTIL: 4 MANOS LIBRES y 4 AROS

SUB 14 JUVENIL: 4 MANOS LIBRES y 4 CUERDAS

2.1.2 La suplente deberá participar obligatoriamente en una de las dos coreografías como titular.

2.1.3 La duración de cada ejercicio es de 1'45" a 2'00."

3. Música

3.1 MÚSICA : CRONOMETRAJE

El cronómetro debe ponerse en funcionamiento inmediatamente cuando la primera gimnasta del conjunto se mueva, y debe ser detenido ni bien la última gimnasta del conjunto esté totalmente detenida.

3.1.1 Penalización: Por el Juez Cronometrista: 0.05 puntos por cada segundo adicional y/o de menos.

3.2 MÚSICA

3.2.1 Todos los ejercicios deben ser realizados en su totalidad con acompañamiento musical.

3.2.2 Los conjuntos pueden repetir un ejercicio solo en caso de fuerza mayor de la organización y con la aprobación del Director de Competencia. (Ejemplos: corte de corriente eléctrica, falla en el sistema de sonido, música errónea, etc.)

3.2.3 Se puede utilizar cualquier música que tenga una estructura clara y definida, y está **PERMITIDO LA UTILIZACIÓN DE MUSICAS CON LETRAS**, respetando la ética. Cada provincia deberá presentar (al momento de la acreditación) las músicas en un pendrive.

Cualquier incumplimiento a esta regla significara 1 (uno) punto de descuento por parte del Juez Coordinador.

3.2.4 La música debe ser unificada y completa (Están autorizados los arreglos musicales de fragmentos ya existentes).

Cada conjunto y cada serie competitiva debe ser grabado en un Pen drive en formato de mp3. Una señal sonora puede ser colocada al inicio de la música, pero no se pueden grabar ni el nombre del equipo ni ninguna otra identificación.

NOTA: Las músicas deberán ser entregadas al momento de la Acreditación de las delegaciones.

3.2.5 En el nombre del Archivo debe escribirse la siguiente información: (de este modo podrá agilizarse el sistema de identificación y ordenamiento)

PROVINCIA_CATEGORIA_APARATO (conjunto/duo)

NOTA: la Música que no se ajuste a estas directivas tendrán una penalización de 0.50 puntos por el Director de Competencia.

4 JURADOS

4.1.1 Cada jurado consiste de 2 grupos de jueces:

- Dificultad (D): 2 jueces, promedio de las 2 notas.
- Ejecución (E): 3 jueces, promedio de las 3 notas, evaluando:
  - Faltas Artísticas: Música y coreografía
  - Faltas Técnicas: ejecución de los movimientos corporales y manejos del aparato

DISTRIBUCION Y CÁLCULO DE LAS NOTAS

DISTRIBUCIÓN Y CÁLCULO DE LOS PUNTAJES

DIFICULTAD (D)
Max. 6.00 puntos
2 jueces
Por adición: promedio de las 2 notas
Esto significa que cada grupo inicia con 0,00 pts y por cada elemento logrado de los obligatorios, sumará puntos

EJECUCIÓN (E)
Max. 15.00 puntos
- **Faltas artísticas**
- **Faltas técnicas**

3 jueces
Por deducción: promedio de las 3 notas
Esto significa que cada grupo inicia con 15 pts y por cada falla recibirá una deducción.

Puntaje final: 21.00 puntos
Por adición: puntaje de D 6.00 puntos
+ Puntaje de E 15.00 puntos máximo

5. AREA DE COMPETENCIA

5.1 EJERCICIOS DE CONJUNTO

5.1.1 Cualquier cruce del borde del área del practicable por los aparatos, o uno o los 2 pies, o por cualquier parte del cuerpo, tocando el suelo, fuera del área especificada o cualquier aparato dejando el área practicable y regresando por sí mismo será penalizada.

NOTA: Las líneas que limitan el practicable, forman parte del mismo.

- Penalización: por el Juez de Línea: 0.30 puntos por cada gimnasta de conjunto y/o por cada aparato, cada vez.
- Sin Penalización: si el aparato deja el área del practicable (el aparato se pierde en el último movimiento) luego del final del ejercicio y al final de la música.

5.1.2 Ninguna penalización será aplicada si el aparato rebase el área practicable, sin tocar el piso.

6. APARATOS

6.1 NORMAS – CHEQUEO

6.1.1 Las características de cada aparato están especificadas en el cuadro al final de este reglamento específico de Gimnasia Rítmica.

6.1.2 Los aparatos utilizados por los conjuntos deben ser idénticos (peso, dimensión y forma); solo el color puede ser diferente.

Cada aparato será chequeado previo al ingreso de las gimnastas a la sala de competición.

- Penalización Juez Coordinador: 0.50 por conjunto.

6.2 EMPLAZAMIENTO DE LOS APARATOS ALREDEDOR DEL AREA DE COMPETENCIA. APARATOS DE REEMPLAZO.

6.2.1 Colocación de los aparatos alrededor del área del practicable:

- El Comité organizador debe colocar un juego de aparatos idénticos (cuerda y aro) a lo largo de DOS de las cuatro líneas del practicable, no incluyendo el punto de entrada, para su uso por cualquier gimnasta.
- La gimnasta puede solamente hacer uso del aparato de reemplazo que haya sido colocado por la organización.

Penalización (Juez coordinador): 0,50 puntos en caso de utilizar otro aparato de reemplazo

6.2.2 Si el aparato cae y deja el área de competencia, el uso del aparato de reemplazo está autorizada:

- Penalización por (E) Jueces de Ejecución: 1.00 puntos por pérdida del aparato, sin importar la distancia a la que la gimnasta se encuentre del aparato de reemplazo.
- Penalización por el Juez de Línea: 0.30 puntos por aparato que sale del área de practicable
- **Juez de línea**: debe levantar un banderín por aparato/gimnasta que traspasa el límite del practicable y debe anotar la penalización en el formulario específico y pasarlo a la mesa de cómputos.

6.2.3 Si el aparato cae y deja el área del practicable y es devuelto a la gimnasta por una gimnasta, un oficial o un miembro del público:

- Penalización por el Juez Coordinador: 0.50 puntos por devolución no autorizada.

6.2.4 Si el aparato cae y no deja el área del practicable, el uso del aparato de reemplazo **NO** está autorizada:

- Penalización por los jueces de Ejecución (E): 1.00 puntos por perdida del aparato
- Penalización por Juez Coordinador: 0.50 puntos por el uso del aparato de reemplazo no autorizado.

APARATO ROTO O ENGANCHADO EN LAS VIGAS DEL TECHO, NUDO EN CUERDA

- Si el aparato se rompe durante un ejercicio o se engancha en las vigas del techo, el conjunto no está autorizado a reiniciar su ejercicio.
- El conjunto no será penalizado por el aparato roto o enganchado en las vigas del techo pero será penalizado por las consecuencias de las faltas técnicas.
- Si la cuerda se anuda involuntariamente, todo lo que sea realizado con ese nudo no será evaluado por los Jueces de Dificultad y se descontara por los Jueces de Ejecución las faltas técnicas ocasionadas.
- En cualquier caso el conjunto puede:
  -Parar el ejercicio
  -Continuar el ejercicio con un **aparato de reemplazo**
  -**Ninguna gimnasta o conjunto está autorizado a continuar un ejercicio con un aparato roto.**
  Penalizaciones:
  -Si el conjunto para el ejercicio, el mismo no es evaluado.
  -Si el conjunto continúa el ejercicio con un aparato de reemplazo, las penalizaciones serán las mismas que por perdida de aparato y uso de un aparato de reemplazo.
  -Si el conjunto continúa un ejercicio con un aparato roto, el ejercicio no será evaluado.
  -Si el aparato se rompe al final del ejercicio (último movimiento) y la gimnasta o el conjunto finaliza el ejercicio con el aparato roto o sin el aparato, la penalización es la misma que por "perdida de aparato al final del ejercicio". **Penalización**: por los jueces de Ejecución de 1.00 puntos

7 VESTIMENTA DE LAS GIMNASTAS

7.1 GIMNASTAS CONJUNTOS

7.1.1 Maillot de competición:

Cada grupo deberá presentarse vestido de las siguientes maneras:

- Todas las gimnastas deben tener la misma vestimenta, idénticos en material, diseño, estilo y color.
- La vestimenta debe ser malla de danzas o de gimnasia, adherida al cuerpo, para permitirle a los jueces la correcta evaluación de cada parte del cuerpo.
- El escote de delante y de la espalda del maillot no debe estar más bajo de la mitad del esternón y la línea inferior de los omoplatos, tampoco estarán permitidos los maillots de tirantes finos.
- El material del maillot no deberá tener transparencias desde el tronco hasta el pecho. Si las tuviera deberán estar forradas.

- Además, se podrá utilizar una calza bajo la malla, sin pie.
- Como calzado se podrá utilizar punteras de rítmica o descalzas.
- Solo están permitidas en las vestimentas inscripciones con el nombre de la provincia que se representa. La misma puede ser de 30 cm2.
- Las joyas de todo tipo y piercing, las cuales podrían poner en peligro la seguridad de la gimnasta, no están permitidas.
- El peinado debe ser cuidado y elegante, y el maquillaje claro y ligero.
- En el caso de maillots de cuerpo entero, el largo y el color de ambas piernas debe ser idéntico (efecto arlequín prohibido)
- Está prohibida una falda que caiga por debajo de la línea de la pelvis (efecto tutu no permitido).
- Los vendajes o elementos de sujeción no pueden ser de cualquier color, sino que deben ser del color de la piel.

Penalización por el Juez Coordinador: atuendo de la gimnasta del conjunto no conforme a las normas: 0.30 puntos.

8. DISCIPLINA

8.1 DISCIPLINA DE LAS GIMNASTAS Y LOS ENTRENADORES

8.2 Las 4 gimnastas del conjunto deben presentarse en el área de competencia solo una vez que hayan sido llamadas por micrófono

Penalización por el Juez Coordinador:

- Presentación tardía o temprana por el conjunto: 0.50 puntos.
- Gimnastas calentando en el área de competición: 0.50 puntos.
- Las gimnastas del conjunto se comunican verbalmente entre ellas durante el ejercicio: 0.50 puntos.

8.3 El conjunto debe entrar al área de practicable con una rápida marcha sin acompañamiento musical y colocarse en la posición inicial inmediatamente

8.3.1 Penalización por el Juez Coordinador: 0.50 puntos si este requerimiento no es respetado

8.3.2 Durante la ejecución del ejercicio, el entrenador del conjunto (o cualquier otro miembro de la delegación) no podrán comunicarse con las gimnastas del conjunto o los jueces, de ninguna manera.

- Penalización por el Juez Coordinador: 0.50 puntos

8.3.3 Orden de paso incorrecto: Para el orden de paso equivocado o elección incorrecta del aparato de acuerdo del orden de paso del ejercicio será evaluado al final de la rotación. El conjunto será penalizado. Penalización: 1.00 punto Juez Coordinador

9. CONTACTO CON LOS APARATOS

9.1.1 Principio y final del ejercicio.

9.1.2 Al inicio del ejercicio, los aparatos deberán estar en contacto con al menos una integrantedel conjunto debiendo las restantes tomar contacto con los mismos hasta 4 tiempos de iniciado el movimiento de la serie.

● **Penalización** por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos, si una o más gimnastas está sin aparatos más de 4 tiempos (más de 4 segundos).

9.1.2. Si los aparatos y las gimnastas no inician el movimiento simultáneamente, los movimientos deben realizarse rápidamente de modo que no haya más de 4 tiempos de ningún integrante del conjunto o aparato inmóvil.

● **Penalización**: por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos por visible inmovilidad (más de 4 movimientos/4 segundos).

9.1.3. Al final del ejercicio, cada gimnasta puede sostener o estar en contacto con uno o más aparatos. En este caso, una o más gimnastas pueden estar sin aparato en la posición final. Ningún aparato deberá estar sin ningún tipo de contacto.

● **Penalización**: por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos si todas las gimnastas no tienen contacto con alguno de los aparatos (FALTA DE COMPOSICION)

EL TOTAL DE ESTAS PENALIZACIONES SE DESCONTARÁ A LA NOTA FINAL:

FALTAS	**Desc.**	**Juez responsable**
Por cada segundo adicional o en falta del tiempo del ejercicio	0.05	Cronometrista
Por música no conforme al reglamento	0.50	Coordinador
Por cada música adicional con palabras	1.00	Coordinador
Por cada salida del practicable del aparato y/o gimnasta	0.30	Línea
Utilización de aparato no autorizado (medidas antirreglamentarias)	0.50	Coordinador
Por el uso de cualquier aparato no ubicado previamente	0.50	Coordinador
Por presentación tardía o temprana del conjunto	0.50	Coordinador
Atuendo no conforme a las reglas	0.30	Coordinador
Por recuperación no autorizada del aparato	0.50	Coordinador
Orden de paso incorrecto	1.00	Coordinador
Por gimnasta o entrenador que se comunica verbalmente durante el ejercicio	0.50	Coordinador
Por escudo no conforme con las normas oficiales	0.30	Coordinador
Por vendajes o soportes no conforme a las reglas	0.30	Coordinador
Por entrada del conjunto al practicable no conforme a las reglas	0.50	Coordinador

10. DIFICULTAD:

MANOS LIBRES

DIFICULTAD
6 puntos

Dificultad (D)

Máx.6 Dificultades

MANOS LIBRES: 2 de cada grupo corporal
Valor: 0.10- 0.20

Secuencia de pasos de danzas

Min. 1 **S**

Elementos de colaboración entre las gimnastas

Min. 6

Valor: -0.50 por cada una faltante.

APARATO: CUERDA / ARO

DIFICULTAD
6 puntos

Dificultad (D)
Coordinada con Elementos Técnicos del aparato.

Máx.5 Dificultades

3 Dificultades Corporales: 1 de cada grupo corporal. Valor: 0.10-0.20

2 Dificultades por intercambio. Valor: 0.20-0.50

Secuencia de pasos de danzas

Min. 1 **S**

Coordinada con Grupos Técnicos Fundamentales del aparato

Elementos de colaboración entre las gimnastas

Min. 6

Valor: -0.50 por cada una faltante.

10.1 Dificultad corporal: Las dificultades de cada Grupo Corporal deben estar representadas 1 de cada grupo: Saltos ∧ , Equilibrios T, Rotaciones ♁ en las series de aparato y 2 de cada grupo en la de MANOS LIBRES.

Cada Dificultad Corporal se cuenta una sola vez.

Una dificultad corporal es válida:

- Si la ejecutan las 4 gimnastas

- Simultáneamente o en rápida sucesión
- Por las 4 gimnastas juntas o en subgrupos
- No se pueden realizar 3 o más dificultades corporales diferentes por las 4 gimnastas. Si se realizan dos dificultades diferentes el valor lo determina el más bajo.
- Como mínimo con 1 (un) elemento técnico del aparato.
- Sin una o más de las siguientes faltas técnicas
    - Descuento técnico de 0.30 o más.
    - Pérdida del aparato durante la dificultad. (con o sin lanzamiento).
    - Pérdida del equilibrio, apoyando una mano, un aparato o cayendo.
    - Nudo en cuerda.
    - Aparato estático.
- Si una dificultad es realizada en conexión con un lanzamiento del aparato, solo es válida:
    - Si el aparato es lanzado al principio, durante o justo al finalizar la dificultad
    - Si el aparato es recibido al inicio, durante o al final de la dificultad

11 **Dificultad con intercambio** (↗):

Cada conjunto debe realizar 2 dificultades por intercambio.

11.1 Los intercambios por lanzamiento de aparatos son los únicos que son considerados como dificultad de intercambio. Un lanzamiento es válido siempre que duplique la altura de la gimnasta (de pie), mínimamente.

El valor más bajo de intercambio ejecutado por 2 compañeras determinará el valor del intercambio

11.1.2. Los intercambios se pueden realizar:

- Simultáneamente o en una realmente rápida sucesión
- Con o sin desplazamientos

11.1.3 El intercambio de base es válido solo si todas las gimnastas realizan las dos acciones:

- **Lanzar** su aparato
- **Recibir** el aparato de una compañera
- Si uno o varios aparatos caen en el intercambio, el mismo ya no es válido

11.1.4 Valor de las dificultades de intercambio

- Valor base 0.20 puntos: realizando las 2 acciones que se nombra en el punto 11.1.3 (**durante el intercambio, no se pueden realizar Dificultades Corporales**)

11.2. Es obligatorio realizar varios tipos de intercambios con diferentes lanzamientos (2 tipos diferentes) Penalización: por Jueces de Dificultad: 0.30 puntos si esta norma no es respetada.

11.3. Los siguientes elementos puede incrementar el valor de un intercambio en 0.10 por cada uno de ellos: (valor máx. 0.50):

- Durante el lanzamiento y/o recuperación Distancia 6 metros (cuando está prevista como parte de la coreografía).
- Lanzamiento y/ o recuperación fuera del campo visual.
- Lanzamiento y/ o recuperación sin ayuda de las manos.
- Lanzamiento y/o recuperación con paso a través del aparato (mínimos 2 segmentos corporales).
- Lanzamiento oblicuo del aro
- Lanzamiento de la cuerda abierta o extendida (sostenida por el extremo o el medio)
- Lanzamiento del aro con rotación alrededor de su eje

- Elemento de Rotación (no dificultad) durante el vuelo del aparato.
- Recepción de la cuerda con un extremo en cada mano
- Recepción directa del aro en rotación.

12. Secuencia de pasos de danzas S Valor 0.50 puntos: secuencia de pasos rítmicos de danzas de salón, folclóricas, danzas modernas, etc., como mínimo 8 pasos TIEMPOS MUSICALES (8 segundos), durante los cuales el aparato está en continuo movimiento.

Estos pasos deben guardar las siguientes correlaciones:

- Deben ser en concordancia total con el tiempo, ritmo y acento musicales.
- Los verdaderos pasos de danza deben tener una variedad de niveles, direcciones, velocidades y/o modalidades de movimiento, de acuerdo al tempo, ritmo, carácter y acento de la música. (no simplemente caminar, correr o marcar el paso).
- Deben realizarse con desplazamiento al menos una parte.
- Deben ser coordinados como mínimo con un elemento Técnico Fundamental del Aparato.
- Pueden ser o no iguales para todas las gimnastas.

Los pasos de danzas no serán válidos con:

- Caída/tropezón de la/s gimnasta/s o pérdida del aparato.
- Falta de un elemento técnico fundamental del aparato.
- Menos de 8 segundos.
- Combinación realizada totalmente en el piso.
- Aparato estático o decorativo.
- Participación parcial del conjunto.
- Secuencia sin variación.
- Con elemento(s) Pre acrobático(s) o Dificultades Corporales.

13. Elementos de colaboración de las gimnastas (6 como mínimo- todas las colaboraciones que superen las seis pedidas enriquecerán la coreografía, pero no adicionan puntaje extra). Cada colaboración tendrá un valor de 0,50 puntos, siendo el máximo permitido de 3,00 puntos.

<u>Penalización</u>: Juez de dificultad: 0,50 por cada colaboración faltante. (En composición)

13.1. Los elementos de colaboración implican:

- Todas las gimnastas juntas, o en subgrupos relacionándose entre sí, deben estar en contacto entre ellas o a través de sus aparatos.
- El trabajo del aparato en la colaboración debe ser evidente y no de simple decoración. Un simple contacto entre las gimnastas no será contado como colaboración.
- TODA COLABORACION DEBERA SER CLARA PARA EL JUEZ.

Las colaboraciones son válidas si son ejecutadas por todas las gimnastas sin cualquiera de las siguientes faltas graves:

- Las 4 gimnastas no participan en la acción de colaboración
- Pérdida del aparato.
- Pérdida del equilibrio con apoyo sobre la mano o el aparato o caída de gimnasta.
- Colisión entre las gimnastas o los aparatos.
- Gimnasta/aparato estático (una o varias gimnastas están sin aparato o inmóviles durante más de 4 segundos).
- El aparato se lanza a la compañera después de que completa la rotación (el aparato tiene que estar en vuelo durante la rotación)
- Con un elemento prohibido.
- Elemento pre acrobático con técnicas no autorizadas (ejemplo: voltereta con vuelo)

- En los pasos por encima de los aparatos, estos no pueden estar simplemente tendidos en el suelo y tienen que elevarse al menos a la altura del nivel de la rodilla.

13.2. Elementos prohibidos en las colaboraciones

*Acciones o movimientos en los cuales una o varias compañeras son mantenidas sin tocar el suelo durante más de 4 segundos o tiempos musicales.
*Transportar o arrastrar gimnastas por el piso por más de 2 pasos
*Caminar (más de un apoyo), sobre una o varias gimnastas
*Formar pirámides.
* Spagat frontal o lateral en el suelo con parada en la posición.
*Apoyo sobre una o dos manos o sobre los antebrazos con parada prolongada en la posición vertical.

Penalización: por los jueces de ejecución: 0.50 puntos por cada elemento prohibido

13.3 Queda prohibido todo ejercicio o elemento que ponga en riesgo la integridad física de una o varias integrantes del conjunto.

Penalización: por los jueces de ejecución: 0.30 puntos por cada elemento riesgoso

13.4. Contacto con los aparatos durante las colaboraciones:

Es posible que una o varias gimnastas estén en posesión de uno o más aparatos, habiendo compañeras sin aparatos, bajo la condición de que no sucede por más de 4 movimientos

Penalización por los jueces de Ejecución: 0.30 puntos se encuentre sin aparatos durante más de 4 tiempos, o si uno o más aparatos se encuentran inmóviles por más de 4 tiempos

14. Grupos fundamentales u otros grupos del Aparato:

Cada Grupo Técnico Fundamental del Aparato deberá estar al menos representado 1 (una) vez por todas las gimnastas simultáneamente en el ejercicio.

Penalización por los Jueces de Dificultad: 0.50 puntos por ausencia de cada Grupo Técnico Fundamental del aparato.

- Estos elementos pueden realizarse en forma ilimitada, pero no pueden realizarse en forma idéntica 2 veces, es decir que lo que hace el aparato o lo que hace el cuerpo debe ser diferente cada vez.

14.1. Tabla resumen de los Grupos Técnicos Fundamentales de los aparatos:

Aparato	Grupo Técnico Fundamental	Otros Grupos Técnicos
	Pasaje a través de la cuerda con saltos Cuerda girando hacia atrás, adelante o costado.	
	Pasaje a través de la cuerda con serie de saltitos. (min 3), cuerda girando hacia atrás, adelante o costado Doble rotación de la cuerda o cuerda doblada (min 1 saltito)	Rotaciones de la cuerda extendida y abierta tomada del extreme, o del medio(1 rotación mínimo)
		Enrollamiento
	-Series de rotaciones (1 rotación min. cuerda plegada en dos/ 3 rotaciones min en cuerda plegada en 3 o 4)	↔ Pequeños y medianos lanzamientos
	Escape ó recepción de un cabo ; Espirales (dos o más rotaciones del final de la cuerda durante la escapada)	-Movimientos en 8 o velas con amplio mov. del tronco (cuerda tomada con ambas manos) -Círculos grandes (cuerda tomada con ambas manos)
		Captura de la cuerda con un cabo en cada mano
	Pasaje a través del aro con todo el cuerpo o gran parte de él.	Pasaje por sobre el aro con una parte del cuerpo Rodadas del aro en el suelo
	-Series de rotaciones en la mano (mínimo 1 rotación) - Una rotación libre alrededor de una parte del cuerpo	
	Rodadas del aro por mínimo 1 segmento del cuerpo	pequeños o medianos lanzamientos y recepciones
	Rotaciones del aro alrededor de un eje: • 1 rotación libre entre dedos ▪ 1 rotación si es sobre una parte del cuerpo	- Amplios movimientos en 8 - Grandes círculos del brazo Mínimo 3 rotaciones si es en el suelo (trompo)

Resumen de Otros Grupos Técnicos de todos los aparatos

↗↓	Lanzamientos y recepciones
∞	manejos (aparatos en movimiento): • Transmisión del aparato de una parte a otra del cuerpo o por debajo de las piernas
♀	Equilibrio inestable en una parte del cuerpo

14.2.1 Equilibrio inestable de los aparatos: aparato sostenido sin ayuda de la mano (s) sobre una pequeña superficie de un segmento corporal con riesgo de pérdida del aparato.

♀
- Los aparatos no pueden ser agarrados fuertemente por ninguna parte del cuerpo ni las manos para ser considerados equilibrio inestable.
- Un elemento de equilibrio inestable incorrecto ♀ es considera aparato estatico

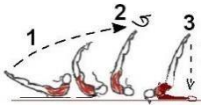
14.2.2 Aparato estatico:
- El aparato sujetado fuertemente por una o dos manos.
- El aparato es sujetado firmemente por una o varias partes del cuerpo durante mas de 4 segundos.
- El aparato es sujetado durante la preparación de una dificultad y la dificultad misma.

Penalización por los jueces de ejecución: 0.30 puntos por cada aparato estático

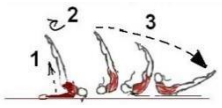
15 Elementos pre acrobáticos:

- Todos los pre acrobáticos deben realizarse SIN detenerse en la posición de vertical ni tener fase de vuelo.
  Penalización juez de ejecución: 0.50 por pre acrobático prohibido.

15.1 Solo están autorizados los siguientes grupos de pre acrobáticos:
- Roles adelante, atrás o laterales sin vuelo
- Inversiones (medialuna o souplesse) adelante, atas o lateral
- Si las inversiones se realizan con diferentes apoyos: sobre manos, codos, pecho, son consideradas diferentes. Sin embargo, el apoyo de una o dos manos sin otra variación es considerado mismo pre acrobático.
- «Rol de pecho o rol de hombro/ Fish- flop



hacia adelante



hacia atrás

15.2 Estos pre acrobáticos están autorizados siempre y cuando estén coordinados con un elemento técnico del aparato

15.3 Los elementos pre acrobáticos son ilimitados pero NO pueden realizarse de forma idéntica.
PENALIZACION Jueces de Ejecución: ELEMENTO PRE ACROBATICO IDENTICO REPETIDO: 0.30 descuento (variedad)

16. Uso del espacio: el área de competencia debe ser utilizada completamente
- Diferentes niveles (gimnasta parada, en el suelo y en el aire)
- Variedad en las direcciones del cuerpo y del aparato.

- Variedad en las modalidades de desplazamiento
  - Penalización por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos por variedad insuficiente en el uso de direcciones y trayectorias.
  - Penalización por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos por variedad insuficiente en el uso de niveles y modalidades de desplazamientos.
  - Penalización por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos por no usar el practicable en su totalidad.
  - Penalización por los Jueces de Ejecución: 0.30 puntos movimientos ejecutados en la misma zona del practicable por mucho tiempo.

17 DIFICULTAD jueces (D)

Los jueces evaluaran la Composición del Ejercicio de la siguiente manera (D):

- Evaluar todas las dificultades y verificar que las mismas sean ejecutadas de manera valida.
- Verificar la ejecución de los DOS intercambios diferentes y las dificultades corporales
- Verificar que se realice al menos una Secuencia de pasos de danzas S $\longrightarrow$
- Verificar que se realicen los 6 elementos de colaboración entre las gimnastas.
- Verificar la presencia de cada Grupo Tecnico Fundamental del aparato.
- Aplicar el puntaje correspondiente.
- Realizar las deducciones correspondientes.

Penalizaciones de los Jueces de Dificultad

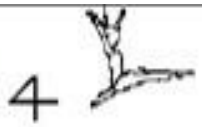
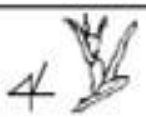
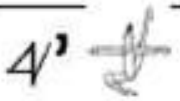
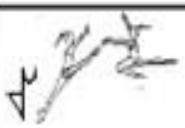
Penalidades	0.30	0.50
	▪ Ausencia de diferentes tipos de lanzamientos de intercambios	▪ Por ausencia de cada Grupo Técnico Fundamental del Aparato ▪ Por no realizar al menos 1 Secuencia de pasos de danza ▪ Por realizar más de la cantidad máxima de dificultades. ▪ Por la falta de algún intercambio o dificultad corporal exigida. ▪ Por realizar más de la cantidad permitida de dificultades corporales de cada grupo y/o intercambio. ▪ Por ausencia de cada una de las colaboraciones (error de composición)

17.1 Tabla de dificultades de salto (∧)

17.1.1 Características de base:

- Forma definida y fijada durante el vuelo
- Altura suficiente para poder mostrar la forma correspondiente al salto

Tipos de Saltos	0,10	0,20
1. Salto Agrupado	360°	
2. «Tijeras» con piernas flexionadas	360°	
3. Salto con piernas extendidas	360°	
4. Salto Passé (pierna libre flexionada adelante o lateral)	360°	
5. Salto con pierna libre extendida en posición horizontal adelante	180°	
6. Salto con pierna libre extendida en posición horizontal lateral	180°	
7 Salto con pierna libre extendida en posición horizontal Arabesque	180°	
8. Salto con pierna libre extendida en posición horizontal Attitude	180°	
9. «Cabriole» adelante		180°
10. «Cabriole» lateral		
11. «Cabriole» atrás o con rotación (180° o más)		180°
12. Salto arqueado o con rotación (180° o más)		180°
13. "Tijeras" saltos con cambio de piernas adelante a la horizontal; también por encima de la horizontal, pierna de impulsión elevada con todo el pie más alto que la cabeza, o con cambio de piernas atrás (a la horizontal), o con círculo		(todo el pie más alto que la cabeza)

15. Cosaco, pierna extendida adelante, a la horizontal, o con rotación (180° o más),		180°
16. Cosaco, pierna extendida adelante, elevada con todo el pie más alto que la cabeza		
17. Cosaco, pierna extendida lateral, elevada con el todo el pie más alto que la cabeza,		
18. Salto en Círculo con una pierna, impulso con uno o dos pies, o con rotación (180° o más)		180°
29. Corza, impulso con 1-2 pies, con círculo o con rotación,		
		180°
30. Corza con cambio de piernas (paso con pierna flexionada)		
31. Fouetté (recepción sobre el pie de impulso),		
33. Fouetté corza, , o con círculo		

17.2. Tabla de dificultades de equilibrio (T)

17.2.1 Características de base: forma definida y claramente fijada (parar en la posición por lo menos 1 segundo)

Nota: se recomienda evitar los equilibrios sobre rodillas o en flexiones profundas.

Tipos de equilibrios	Equilibrios sobre el pie	
	0,10	0,20
1. Pierna libre atrás, por debajo de la horizontal, tronco flexionado atrás		
2. Passé adelante o lateral (posición horizontal) o con flexión atrás de la zona alta de la espalda y los hombros w		
3. Adelante: pierna libre horizontal (extendida o flexionada)		
6. Lateral: pierna libre a la horizontal		
8. Arabesque: pierna libre a la horizontal		
10. Attitude o circulo atrás		
11. Cosaco, pierna libre a la horizontal: todas la direcciones		
12. Cosaco, pierna libre Adelante o lateral (pie más alto que la cabeza), con o sin ayuda		
17. Equilibrio con apoyo sobre el abdomen		
18. Equilibrio con apoyo sobre el pecho (Kabaeva) con o sin ayuda de las manos	Kb	
Equilibrios Dinámicos		
19. Paso de apoyo en el abdomen al pecho		
20. Equilibrios Dinámicos con onda total del cuerpo en todas las direcciones en posición de pie (frente, lateral, atrás) o con descenso o elevación desde el suelo		
22. Equilibrios Dinámicos con apoyo sobre los antebrazos con o sin movimientos de las piernas (Estas dificultades se consideran la misma)	movement backward into elbow stand	

17.3 Tabla de dificultad de Rotacion (ȯ)

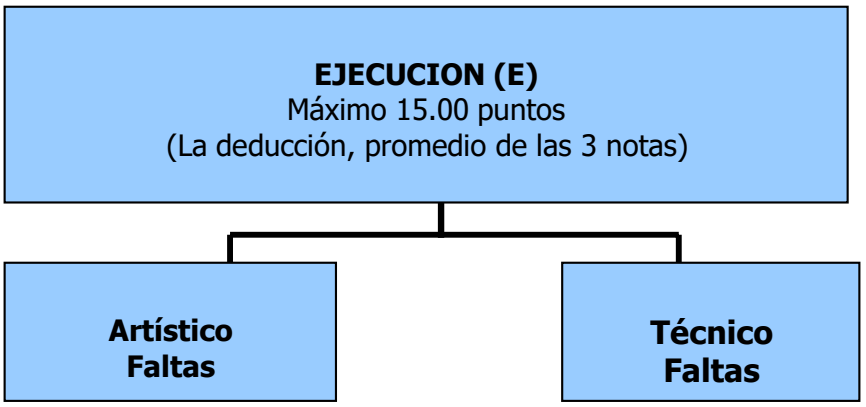
17.3.1. Características de base

- Mínimo una rotación de 360^0 manteniendo la forma

Tipos of Rotaciones	0.10	0.20
1. Pierna libre adelante, tronco flexionado adelante		
2. Pierna libre atrás, tronco flexionado atrás		
3. "Passé" (adelante o lateral); o con flexión de la zona alta de la espalda y los hombros		
5. Adelante pierna libre horizontal (extendida o flexionada)		
7. Lateral: pierna libre		
10.Arabesque: pierna libre horizontal		
14. Attitude:		
15. Fouetté: Passé o con pierna extendida a la horizontal adelante, lateral, "arabesque", o "attitude"		
16. Cosaco		
19. Illusion tronco flexionado adelante/ lateral;		
20. Rotacion sobre el abdomen, piernas próximas al círculo sin ayuda de las manos (Kanaeva) o sobre la espalda (Ralenkova)	RI	
21. Rotación en espagat con ayuda de la mano, sin interrupción, flexionada adelante o atrás		

EJERCICIOS DE CONJUNTO
Ejecución
(E)

18 LA EJECUCIÓN CONSISTE EN:



19. Los componentes artísticos

19.1 Unidad de la composición

19.1.1 El objetivo principal es crear una imagen artística, expresada a través del cuerpo y los movimientos de aparatos, así como el carácter de la música.

19.1.2 El carácter de la música debe definir el tema principal idea de la composición, y las gimnastas deben transmitir esta idea guía a la audiencia desde el principio hasta el final del ejercicio.

19.1.3 La composición debe ser desarrollada por los elementos técnicos, estéticos y de enlace, donde un movimiento pasa sin problemas a la siguiente, incluyendo los contrastes en la velocidad / intensidad (dinamismo), la amplitud y el nivel de los movimientos, realizados en relación con la música.

19.1.4 La composición no debe ser una serie de dificultades corporales desconectadas o elementos de aparatos, las transiciones de un movimiento a otro deben ser lógicas y conectadas sin problemas, sin paradas innecesarias o prolongados movimientos preparatorios antes de los elementos del cuerpo o aparato.

19.1.5 La posición de la gimnasta en el principio del ejercicio tiene que ser justificado y utilizado para el movimiento inicial del aparato. Posiciones de inicio y final no debe ser extrema.

19.1.6 Las transiciones entre formaciones tienen que ser rápidas, lógicas y fluidas, respetando las modalidades de desplazamientos (carreras, elevaciones, saltitos, pasos danza) y la organización de los movimientos (simultáneos, sucesión, etc). Penalización jueces de ejecución: 0.30 por falta de variedad en las transiciones.

19.2 Música y Movimiento

19.2.1 Debe haber una correlación total entre los movimientos y la música, a cargo de:

- El contraste de los movimientos de acuerdo con los acentos de tempo, el ritmo y la música
- La capacidad para expresar el carácter y las respuestas emocionales a la música a través del cuerpo.

19.3. Expresión del cuerpo se caracteriza por:

• Una síntesis de la fuerza, la belleza y la elegancia de los movimientos.
• Participación de todos los segmentos del cuerpo en movimiento (cabeza, hombros, tronco, manos, brazos, piernas)
• Las expresiones faciales también debe comunicar el tema de la música y el mensaje de la composición.
• Variedad en la velocidad y la intensidad (dinámica) de los movimientos de gimnasta aparatos, que debería reflejar el dinamismo del movimiento
• La continuidad de los movimientos, sin interrupciones ni paradas innecesarias o largas elementos preparatorios.

19.4. Organización del trabajo colectivo

19.4.1. El carácter típico del ejercicio de grupo es la participación de cada gimnasta en el trabajo homogéneo del grupo en un espíritu de cooperación.

19.4.2. Cada composición debe tener diferentes tipos de organización en el trabajo colectivo: mínimo 1 de cada uno de los siguientes tipos de trabajo colectivo, manteniendo un equilibrio entre ellos, de manera que no predomine un tipo en la composición.

GUIA PARA EL TRABAJO COLECTIVO
1. SINCRONIZACION: ejecución simultanea del mismo movimiento con la misma amplitud, velocidad, dinamismo, etc. 2. EJECUCION "CORAL": ejecución simultánea de diferentes movimientos por las 4 gimnastas con diferente amplitud, velocidad o dirección. 3. RAPIDA SUCESIÓN O CANON: ejecución por las 4 gimnastas, una después de la otra. El movimiento empieza inmediatamente después o durante el mismo movimiento de la gimnasta previa. 4. CONTRASTE: ejecución por las 4 gimnastas en contraste por velocidad (lento-rápido) o intensidad (con fuerza-suavidad) o nivel (de pie-suelo) o dirección o movimiento (pausa-continuo).

19.5. Utilización del espacio:
19.5.1 Formaciones: mínimo 6

EXPLICACIONES
Las formaciones deberían crearse con una variedad en lo siguiente: *Ubicación en diferentes áreas del practicable: centro, esquinas, diagonales, líneas. *Distribución de las posiciones dentro de las formaciones (mirando adelante, atrás, una a otra, etc.) *Diseño: círculos, líneas en todas las direcciones, triángulos, etc. *Amplitud: tamaño/ profundidad del diseño (amplio, cerrado, etc.)

Penalizaciones por juez ejecución:

- 0,30 por cada formación faltante.
- 0,30 por variedad insuficiente en el uso de direcciones y trayectorias
- 0.30 por variedad insuficiente en el uso de niveles y modalidad de desplazamientos
- 0.30 por no utilizar la totalidad del practicable.
- 0.30 movimientos realizados en la misma zona del practicable durante mucho tiempo.

19.6. Las sanciones de ejecución (artística y técnica)

Penalizaciones	0.10	0.30	0.50 o más
Faltas Artísticas			
Unidad en la Composición	Interrupción en las conexiones lógicas entre movimientos (0.10 cada vez hasta máx. 1.00)	Posición inicial o final injustificada o extrema Falta de variedad en las transiciones entre formaciones (enlaces)	Ausencia de unidad entre las conexiones y de continuidad durante una parte del ejercicio. Ausencia de unidad entre las conexiones y de continuidad durante todo el ejercicio (el ejercicio en su totalidad es una serie de elementos inconexos) (1.00)
Música - movimiento	Ausencia de armonía entre el ritmo y el carácter de la música y los movimientos, en momentos aislados (0.10 cada vez hasta máx. 1.00)		Ausencia de armonía entre el ritmo y el carácter de la música y los movimientos durante una parte del ejercicio Ausencia de armonía entre el ritmo y el carácter de la música y los movimientos durante todo el ejercicio – enteramente carente de ritmo y carácter (1.00)
Expresión Corporal	Movimientos segmentados aislados	Ausencia de expresión corporal y facial en la mayor parte del ejercicio La falta de variedad en la velocidad y la intensidad durante todo el ejercicio (dinamismo)	Ausencia total de expresión corporal (movimientos segmentados) y facial
Organización del trabajo colectivo		Por cada tipo de trabajo colectivo ausente. Elemento riesgoso en el trabajo colectivo.	Elemento de colaboración prohibido (cada vez)
Utilización del espacio (variedad)		Variedad insuficiente en el uso de direcciones y trayectorias Movimientos ejecutados en la misma zona del practicable durante mucho tiempo No se utiliza todo el Practicable Por cada formación faltante. Variedad insuficiente en el uso de niveles y modalidades de Desplazamiento	
Elementos aparatos (variedad)		Falta de variedad en los planos, direcciones, técnicas de elementos de Aparato	
Pre acrobáticos (variedad)		Elemento pre acrobático idéntico.	Elemento pre acrobático prohibido
Penalizaciones	**0.10**	**0.30**	**0.50 o más**
Faltas Técnicas: todas las penalizaciones enumeradas se dan cada vez, independientemente de la cantidad de gimnastas en falta (penalizaciones generales), a menos que se especifique lo contrario en letra negrita (estas faltas se dan para cada gimnasta)			

Música	Falta de sincronización entre el ritmo individual y el del conjunto.	Ausencia de armonía entre música-movimiento al final del ejercicio debida a la pérdida del aparato: 0.30 + pérdida de aparato	Ausencia de armonía entre música-movimiento al final del ejercicio
Sincronización y armonía	Falta de sincronización en la amplitud o intensidad de expresión entre las gimnastas (cada vez)		
Formaciones Y Desplazamientos	Alteración de la formación Imprecisión en la dirección y la forma de los desplazamientos.	Colisión entre las gimnastas/ aparatos (+ todas las consecuencias)	
Movimientos corporales			
Generalidades	Movimiento incompleto		
	Desplazamiento sin lanzamiento: ajuste de la posición del cuerpo sobre el suelo.		
Técnica de Base	Segmento corporal mantenido incorrectamente durante un movimiento		
	Pérdida de equilibrio movimiento suplementario sin desplazamiento **(cada gimnasta)**	Pérdida de equilibrio: movimiento adicional con desplazamiento **(cada gimnasta)**	Pérdida de equilibrio con apoyo de una o dos manos o apoyo sobre el aparato **(cada gimnasta)** Pérdida total de equilibrio con caída: **0,70 (cada gimnasta)**
Saltos	Falta de amplitud en la forma; Recepción pesada		
Equilibrio	Falta de amplitud en la forma; Forma ni definida ni mantenida		
Rotaciones	Falta de amplitud en la forma; Forma ni definida ni fijada	Eje del cuerpo no vertical y terminar con un paso	
	Apoyo del talón durante una parte de la rotación cuando se ejecuta en “relevé”		

	Desplazamiento (deslizamiento) durante la rotación	Saltitos durante la rotación o interrupción	
Elementos Pre-acrobáticos	Recepción pesada		

Penalizaciones	**0.10**	**0.30**	**0.50 o más**
Aparatos			
Pérdida del aparato (por gimnasta)			Pérdida y recuperación sin desplazamiento **0.50** Pérdida y recuperación después de un pequeño desplazamiento (1-2 pasos) **0.70**
			Pérdida y recuperación después de un gran desplazamiento (3 o más pasos) o fuera del practicable (independiente de la distancia): **1.00**
			Pérdida del aparato y utilización del aparato de reemplazo: **1.00**
			Pérdida del aparato (sin contacto) al final del ejercicio: **1.00**
Técnica	Trayectoria imprecisa y recuperación al vuelo con 1 - 2 pasos	Trayectoria imprecisa y recuperación al vuelo con 3 o más pasos	
	Recuperación incorrecta o con ayuda de una mano o del cuerpo contacto involuntario con el cuerpo con alteración de la Trayectoria	Aparato estático ** o elementos decorativos no reglamentarios	
		Durante la colaboración inmovilidad visible de uno o varios aparatos por mas de 4 segundos.	
		Al principio del ejercicio una o varias gimnastas están sin el aparato más de 4 seg.	
		Gimnasta estática/ Aparato estático (independientemente del número de gimnasta)	
		Al final del ejercicio ninguna de las gimnastas está en contacto con el aparato (error composición)	
Cuerda			

Técnica de Base	Manejo incorrecto: por la amplitud o la forma o el plano de trabajo, cuerda no sujeta por ambos cabos		
		Pérdida de un cabo de la cuerda con pequeña parada en el ejercicio **(cada gimnasta)**	
		Tropezar con la cuerda durante salto o saltito **(cada gimnasta)**	
		Nudo en la cuerda (**cada gimnasta)**	
		Enrolle involuntario alrededor del cuerpo o de un segmento con interrupción del ejercicio **(cada gimnasta)**	
Aro			
Técnica de Base	Manejo incorrecto: alteración del plano de trabajo, vibraciones Rotación irregular sobre su eje vertical		
	Recuperar tras lanzar: contacto con el antebrazo	Recuperar tras lanzar: contacto con el brazo	
	Rodamiento incorrecto con rebote y rodamiento involuntariamente incompleto sobre el cuerpo		
	Deslizamiento en el brazo durante las rotaciones		
		Paso a través: tropezar con el aro (**cada gimnasta)**	

Resultado de Ejecución (E): Cada juez de Ejecución (E) registra todos los defectos de ejecución y da las deducciones totales.

CUADRO RECAPITULATIVO

Categorías	Aparato	Tiempo	Formaciones	Dificultades	Colaboraciones	Secuencia de Pasos de danza
Sub 14 INFANTIL CONJUNTO	Manos Libres ARO	1:45 a 2:00 min	6 mínimo (-0,30c/u Ejecución)	6 MAX. 2 de cada grupo corporal. 5MAX. 2 con inter. x lanzamiento. 3 sin interc. (1 de cada grupo corporal)	Mínimo 6, (-0,50c/u J. Dificultad) Las colaboraciones que excedan las 6 requeridas enriquecerán la coreografía pero no adicionan puntaje extra.	Mínimo 1 (+ 0.50 c/u J. Dificultad)
Sub 14 JUVENIL CONJUNTO	Manos Libres CUERDA	1:45 a 2:00 min	6 mínimo (-0,30c/u ejecución)	6 MAX. 2 de cada grupo corporal. 5 MAX. 2 con inter. x lanzamiento. 3 sin interc. (1 de cada grupo corporal)	Mínimo 6, (-0,50c/u J. Dificultad) Las colaboraciones que excedan las 6 requeridas enriquecerán la coreografía pero no adicionan puntaje extra	Mínimo 1, (+ 0.50 c/u J. Dificultad)

REGLAMENTACIÓN DE LA MODALIDAD SUB 14 OPEN (DÚOS):

1. COMPETICIONES Y PROGRAMAS

1.1 **Sub 14 OPEN** participaran en equipo conformado por 2 (dos) gimnastas + 1 (una) suplente opcional.

La conformación de este dúo será con gimnastas elegidas del equipo provincial, con la condición de que las mismas participen de la instancia final nacional de los Juegos Evita, en la modalidad "conjunto".

1.2 PROGRAMA PARA DUOS

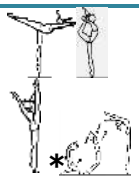
El programa para los DUOS consistirá de 1 ejercicio con elemento PELOTA, una para cada gimnasta

2. MUSICA

2.1 La duración de la serie será entre 1:15`` a 1:30`.

2.2 Todos los puntos de este ítem guardan relación con modalidad conjunto.

3. DIFICULTADES CORPORALES:

GRUPO CORPORAL	0.10	0.20	0.30
SALTOS			
EQUILIBRIOS (podrán ser ejecutados en relevé o pie plano con los mismos valores de COP vigente)		*	 *
GIROS		*	
***se consideran las variantes de posición frontal, lateral, atrás.**			

Requisito de Dificultades corporales (ver modalidad conjunto)

4. Grupos Técnicos del aparato "pelota":

Grupos Técnicos Fundamentales de Aparato	Grupos Técnicos No-Fundamentales de Aparato
Rebotes: • Serie (mín.3) de rebotes pequeños(por debajo del nivel de la rodilla) • Un rebote alto (nivel de la rodilla o superior) • Rebote visible desde el suelo o parte corporal	∞ • Movimiento de "inversión" de la pelota • Rotaciones de la mano/s alrededor de la pelota • Serie (min.3) de pequeños rodamientos acompañados • Rotación(es) libre de la pelota en una parte del cuerpo
Rodamiento de la pelota sobre mínimo 2 grandes segmentos corporales	
Movimientos en ocho de la pelota con movimientos circulares del brazo (brazos)	• Rodamiento de la pelota por el suelo • Rodamiento del cuerpo encima de la pelota por el suelo
Recepción de la pelota con una mano	
Explicaciones	
El manejo de la pelota sujeta con dos manos no es típico de este aparato, por tanto, no debe predominar en la composición.	
La ejecución de todos los Grupos Técnicos con la Pelota apoyada sobre la mano es correcta únicamente cuando los dedos se unen de forma natural y la pelota no toca el antebrazo.	
Nota:	La acción de botar o de recuperar el bote debe producirse durante la BD.
Nota:	Debe proceder de un lanzamiento mediano o grande (no de un pequeño lanzamiento o reimpulso).
Nota:	Estos Rodamientos pueden ser pequeños, medianos o grandes.

Otros grupos técnicos no fundamentales

↗↓	Lanzamientos y recepciones
∞	manejos (aparatos en movimiento): • Transmisión del aparato de una parte a otra del cuerpo o por debajo de las piernas
	Equilibrio inestable en una parte del cuerpo

5. REQUERIMIENTOS DUO:

1) Las dificultades (BD) requeridas serán una de cada grupo corporal, combinadas con un manejo técnico del aparato.
   - Las dificultades de la tabla son las únicas que se podrán seleccionar y contarán para la suma de dificultad corporal, guardan el valor expresado en el COP.

2) **Intercambios (ED):** deberán cumplir con las exigencias COP, es decir, todas deberán lanzar su aparato y recibir un aparato de su compañera. Podrán sumarse criterios de lanzamiento y recepción hasta 0.40. (VER MODALIDAD CONJUNTO)

3) La cantidad de Preacrobáticos exigidas será 1 en forma aislada, tendrá que estar coordinados obligatoriamente con un Grupo técnico del aparato. El Pre acrobático deberá ser ejecutado correctamente y no tendrá valor si presenta una falta técnica mayor a **0.10**ptos. (VER MODALIDAD CONJUNTO)

4) Onda completa de cuerpo será exigida en cualquiera de sus formas y niveles. Para ser válida la onda debe ser continua y debe estar ligada a los movimientos del esquema, es decir, no debe ser un movimiento aislado y con un manejo técnico del aparato. En el caso de hacerlo en posición de pie, será obligatorio finalizarla en relevé.
   La dificultad de bajada en empeines no se contará como onda.

5) **Formaciones:** Se exigirán al menos cuatro formaciones diferentes, con variedad de amplitud, dirección. Su ausencia será penalizada en el componente artístico.

6)

COLABORACIONES: Un ejercicio de conjunto dúo se define por el trabajo cooperativo armonioso donde cada gimnasta entabla una relación con uno o más aparatos y/o con una o más compañeras. El valor de las mismas será el que figura en el siguiente cuadro. Si se realizan más de las exigidas no tendrán penalización, pero no contarán para la sumatoria de dificultad.

VALOR	TIPO DE COLABORACIÓN
CC **0,30**	**- Relaciones realizadas con un Mínimo de 3 acciones idénticas con relaciones corporales o relaciones de aparatos, realizadas en sucesión: 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas, o varias gimnastas que realizan una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones.** **- Acciones válidas que se pueden realizar con: • Distribución del aparato • Acciones de elevación/ apoyo en las gimnastas o aparatos • Transmisiones del aparato de una gimnasta a otra/ Devolución / • reenvío de un aparato.** **Acciones adicionales válidas que deben realizarse con: • Paso por encima, por debajo o a través de compañeras o sus aparatos. • Una construcción con los aparatos interrelacionados que forman una imagen con los cinco aparatos claramente fijado durante 1 segundo es válida para CC** **TODAS DEBEN PARTICIPAR**
CR **0.10 (base)**	**-Una o más gimnastas que realizan la siguiente secuencia de elementos, denominada "acción principal": Un lanzamiento alto / largo / grande del propio aparato por parte de una o más gimnastas, <u>seguido</u> por un elemento dinámico de la rotación del cuerpo durante el vuelo del aparato con pérdida del control visual del aparato, seguido por una captura inmediata del aparato propio o de un compañero después del elemento dinámico de la rotación del cuerpo.** • **Se pueden utilizar criterios para incrementar valor: serie de rotaciones, cantidad de gimnastas, criterios para lanzamiento/ recepción y aquellos durante el vuelo de aparato según COP.**
C **(0.30)**	**Colaboración con múltiples aparatos de tiros altos / largos / grandes.** **Definición: Un simultáneo Lanzamiento alto (más de 2 alturas de la gimnasta) o lanzamiento largo (mínimo 8 m) de dos o más aparatos arrojada por una gimnasta a sus compañero realizada de una de las siguientes maneras:** **-Dos aparatos lanzados en direcciones opuestas entre sí. Direcciones opuestas: cada aparato se lanza en una dirección 180° opuesto al otro.** **-Tres o más aparatos lanzados en la misma dirección o en direcciones opuestas: pueden lanzarse en una construcción unida siempre que haya un mínimo de 3 aparatos.**

TABLA RECAPITULATIVA

DUO OPEN				
●	**BD**	MÁX 3 (1 DE C/GRUPO)	Valor COP	
	⤵	1 Onda corporal	0.10	
	ED	2 Intercambios	0.20 +criterios	
DURACIÓN : **MÍN 1.15`` –** **1.30``MÁX**	⚥	1 Elemento Pre acrobático	0.10	
	Colaboraciones (4)	1 CC 2 CR 1 A ELECCION	Valor CoP	

Los requisitos exigidos deben estar presentes. Por ausencia de cada uno se penalizará 0.30. NO HAY PENALIZACION POR EXCESO SALVO CONSIDERACION EN VALOR ARTISTICO SI LO HUBIERE.

Descuentos técnicos de pelota (todos de 0.10 de descuento)

ATENCIÓN: Cuando la interpretación de este Reglamento Deportivo (Anexo I) difiera de otras interpretaciones anteriores, este Reglamento tendrá prioridad.

Pelota			
Técnica de base	Manejo incorrecto: pelota apoyada en el antebrazo ("agarrada") o visiblemente apretada con los dedos		
	Rodamiento involuntariamente incompleto sobre el cuerpo		
	Rodamiento incorrecto con rebote		
	Pelota recuperada involuntariamente con las dos manos (Excepción: recuperación fuera del campo visual)		

ANEXOS

Sistema de desempates:

a) **Para las clasificaciones a las finales por aparato**:
Si el empate se produce en el 8vo puesto, siendo que entran a la final 8 conjuntos por aparato, la modalidad de desempate será la siguiente:
1- Se verá la mejor nota final de ejecución de la serie en cuestión;
2- Si aún persiste el empate, pasan ambos a la final correspondiente, sorteando entre ambos quien pasará en 9no lugar.

b) **Para las premiaciones generales y por aparato**: siendo que el reglamento general de los Juegos Nacionales Evita no se contempla la posibilidad de empate, se tendrá en cuenta al momento de premiar la nota exacta del conjunto, incluso cuando la diferencia entre notas sea menor a 0.05 (siendo este puntaje el descuento menor que figura en el Código de Puntuación).

APARATO		
CUERDA	DIMENSIONES	LARGO; según la altura de la gimnasta (se mide pasando por el medio de la cuerda con ambos pies juntos llevando los cabos de la misma hasta los hombros) Al tener gimnastas de diferentes alturas dentro del conjunto, se sugiere elegir a la gimnasta con altura media para medir todas las cuerdas según su altura, ya que todas las cuerdas del conjunto deben ser iguales. DIAMETRO SUGERIDO: de 8 a 12 mm.
	MATERIAL	Yute/cáñamo o material sintético. Se sugiere cabo náutico Dacron, Dynema o Kripton de 8 a12 mm de diámetro.
	PESOS	Sin especificaciones.

ARO	DIMENSIONES MATERIAL PESO	DIAMETRO INTERNO: min 75 cm, máximo 90 cm. Al tener gimnastas de diferentes alturas dentro del conjunto, se sugiere tomar como referencia para las medidas a la gimnasta del equipo de mediana estatura, ya que todos los aros del conjunto deben ser iguales. Polietileno, plástico u otro material sintético similar, PVC. Se sugiere diámetro de caño de 15 a 18 mm. Min 280 gr. (peso final incluyendo el forrado del aro con papeles autoadhesivos o cinta adhesiva y/o cinta scotch)
PELOTA	DIMENSIONES MATERIAL PESO	DIAMETRO de 16 a 18 cm. La **pelota** tiene forma esférica goma o plástico. Todas las pelotas del dúo deben ser iguales en tamaño, material y peso, pudiendo variar en el color. Mínimo 300 gr.