FEDERACIÓN NAVARRA
DE GIMNASIA

NAFARROAKO
GIMNASTIKA FEDERAZIOA

NORMATIVA JDN

NIVELES 3, 4 y 5

GIMNASIA RÍTMICA
TEMPORADA 2025

GENERALIDADES

- Tod@s l@s participantes deberán ajustarse a esta normativa y al Reglamento General de la Federación Navarra de gimnasia.
- Para todos aquellos casos extraordinarios, no contemplados en esta normativa, se aplicará lo estipulado a tal efecto en la normativa de la RFEG y el Reglamento Técnico de la FIG.

DERECHO DE PARTICIPACIÓN

- Cada club podrá participar con tod@s l@s gimnastas a su disposición.
- No se harán distinciones entre el sexo masculino y femenino, esta normativa es válida para ambos sexos y competirán entre sí como iguales.
- La categoría prebenjamín podrá participar sólo en el nivel 5.

INSCRIPCIONES

➔ **Niveles 3 y 4:**

- Se aplicará la normativa de ascensos y descensos sobre los resultados del año 2024.
  .

  ASCENSOS

  Si hay de 1 a 3 gimnastas o conjuntos asciende 1 gimnasta o conjunto.
  Si hay 4 ó 5 gimnastas o conjuntos ascienden 2 gimnastas o conjuntos.
  Si hay 6 gimnastas o conjuntos ascienden 3 gimnastas o conjuntos.
  Si hay más de 10 gimnastas o conjuntos ascienden 4 gimnastas o conjuntos

  DECENSOS

  Si hay de 1 a 3 gimnastas o conjuntos desciende 1 gimnasta o conjunto.
  Si hay 4 ó 5 gimnastas o conjuntos descienden 2 gimnastas o conjuntos.
  Si hay 6 gimnastas o conjuntos descienden 3 gimnastas o conjuntos.
  Si hay más de 10 gimnastas o conjuntos descienden 4 gimnastas o conjuntos

  En el caso de que haya más de 15 gimnastas o conjuntos se hará una valoración por parte de la FNG (teniendo en cuenta las puntuaciones obtenidas durante la temporada, y el nivel de la gimnasta o conjunto) y si se considera oportuno ascenderán más de 4 gimnastas ó conjuntos para que los niveles 3 y 4 queden más equilibrados.

- NO podrán inscribirse las gimnastas que hayan participado o participen en:
  - Cualquier campeonato navarro de niveles 1 o 2.
  - Cualquier campeonato nacional en cualquiera de sus modalidades.
  - Torneos organizados por esta federación de nivel base o absoluto.
  - Excepciones:
    - Se permitirá la inscripción de aquella gimnasta que haya sido SUPLENTE de un conjunto Nacional Base, estando inscrita en Campeonato de España Base, Campeonatos Navarro, o torneos Nacionales (estando inscrita pero no haya participado)
    - En el caso de gimnastas que hayan sido TITULAR de un conjunto Nacional Base, Campeonatos Navarro, o torneos Nacionales deberá dejar un año en blanco.

- Se permitirá la inscripción en conjuntos de categoría juvenil de un máximo de dos gimnastas que hayan participado en nivel 1 y 2, siempre que hayan transcurrido dos años en el caso del nivel 1, y un año si es de nivel 2 desde su última participación a nivel nacional o navarro en niveles 1 y 2.

➔ **Para situaciones especiales se deberá enviar una solicitud a la federación y esta será estudiada por la junta directiva y se dará un dictamen al respecto.**

- CONJUNTOS:
  - Cada gimnasta podrá pertenecer únicamente a un conjunto.
  - En el caso de no tener suficientes gimnastas para cumplimentar un conjunto, se podrán incluir en el conjunto **2 gimnastas de categoría inferior o superior para completarlo**, no pudiendo actuar las dos en el mismo pase.
  - En el caso de tener **solo 5 gimnastas para formar un conjunto** y 2 son de una categoría y 3 de otra superior o inferior, se podrá formar un conjunto siendo este de la categoría marcada por las tres gimnastas.
  - Se permitirá la inscripción de **una gimnasta fuera de plazo**, para completar un conjunto (cuando solo están inscritas 5 gimnastas) y **por fuerza mayor** sea necesaria para la posible actuación del conjunto siempre y cuando esta gimnasta no pertenezca a otro conjunto.
  - Número de gimnastas: Máximo de 7 gimnastas. Todas las gimnastas deberán participar en, al menos un ejercicio, de las dos fases de la competición.

➔ **Nivel 5:**

- NO podrán inscribirse las gimnastas que hayan participado o participen en:
  - JDN Promoción (niveles 3 y 4) modalidad conjunto o individual.
  - Cualquier campeonato navarro de niveles 1 o 2.
  - Cualquier campeonato nacional en cualquiera de sus modalidades.
  - Torneos organizados por esta y otras federaciones de nivel base o absoluto.

➔ **Para situaciones especiales se deberá enviar una solicitud a la federación y esta será estudiada por la junta directiva y se dará un dictamen al respecto.**

- Cada gimnasta podrá pertenecer únicamente a un conjunto/equipo.
- En el caso de no tener suficientes gimnastas para cumplimentar un conjunto, se podrán incluir en el conjunto **gimnastas de categoría inferior o superior para completarlo**. Si esta opción tampoco fuera posible, de manera excepcional, se podrán conformar “conjuntos” con 4 gimnastas.
- La categoría Prebenjamín podrá participar sólo en JDN nivel 5 en la modalidad de conjunto o equipos. Con motivo de la baja participación eliminamos la modalidad individual.
- En la “modalidad de equipos”, serán considerados Equipos todos aquellos conjuntos que pasen de 5 gimnastas, pudiendo inscribirse en la modalidad de:
  - Equipos A: Pequeños equipos (entre 6 y 10 gimnastas)
  - Equipos B: Grandes equipos (> 10 gimnastas)

ORGANIZACIÓN Y DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN:

- En los niveles 3 y 4, para la clasificación general, se sumarán todas las notas de las dos competiciones (primera y segunda fase). **Para optar a la clasificación general** tendrán que haber actuado en las dos fases. Las gimnastas que no participen en la primera fase no podrán participar tampoco en la fase final (excepto aquellas que presenten un justificante medico oficial y la federación de su aprobación).

- Para el nivel 1 individual, se permitirá la participación por aparatos, sin necesidad de participar con los 3-4 aparatos designados por la RFEG (en la categoría senior, se permite la participación con cualquiera de los 5 aparatos, no sólo los marcados en la normativa de la Federación Española). Sin embargo, sólo optarán a la clasificación general aquellos que realicen todos los aparatos designados por la RFEG.

- Para los conjuntos de niveles nacionales (1 y 2), no habrá clasificación general, siendo independientes la primera fase (primera mitad de año) y la segunda (segunda mitad de año); por lo que no es necesario participar en ambas fases, siendo la inscripción independiente. En el caso del nivel 1, habrá 3 fases, coincidiendo con cada una de las fases de la Copa de España de Conjuntos.

- En los niveles 1, 2, 3 y 4 el número de pases por conjunto será de 2. En el nivel 5 el número de pases por conjunto/equipo será de 1.

MÚSICA

- Para los niveles autonómicos se permite la música cantada con palabras.
- Para los niveles nacionales se seguirá lo marcado en la normativa de la española.

APARATOS

Medidas de los aparatos Código FIG para modalidad individual y Conjuntos, excepto:	
Categoría Alevín	Aro medida mínima 70 cm diámetro
Categoría Juvenil	Cinta mínimo 5 metros

MAILLOTS

Para el año 2025 en nivel 3, 4 y 5 se permiten maillots que cumplan lo exigido en el código FIG 2017-2021 y no con todas las exigencias del código 2022-2024.

RECLAMACIONES

No habrá opción de realizar reclamaciones de las notas de las competiciones en Navarra.

➔ **Para dudas o aclaraciones se deberá enviar una solicitud a la federación y esta será estudiada y se dará un dictamen al respecto.**

MODALIDAD INDIVIDUAL

- NIVEL 1 → Normativa de la RFEG. Excepto en la categoría senior, que se da la opción de participar con cualquiera de los 4 aparatos (clasificación general según normativa RFEG).
- NIVEL 2 → Normativa de la RFEG.
- NIVELES 3 y 4 → Se aplicará el Código FIG 2025-2028, salvo en los puntos que establece la presente Normativa que se detalla a continuación:

1. Dificultades de Aparato (DA)

Cada AD consta de una base y dos criterios o dos bases (siendo una de ellas recepción de un gran lanzamiento) y un criterio, si el criterio se ejecuta durante las dos bases. Ver código FIG y aclaraciones.
Para cada nivel y categoría se detalla en el número máximo y mínimo de DA totales.

Excepciones:

- En rodamientos de pelota y aro en nivel 3 y 4 se permite que la base se componga de un rodamiento por un único segmento (ver tabla resumen).

2. Dificultades Corporales (DB)

- Si la DB se repite o el elemento técnico del aparato se ejecuta de forma idéntica durante la DB, la dificultad repetida no es válida (NO penaliza).
- Se recomienda la no utilización de DB sobre las rodillas de las gimnastas.
- Para las DB en círculo o con flexión, **no** será exigido el contacto.
- **No están permitidas las DB combinadas.**
- **Quedan prohibidas las DB sobre rodillas.**

3. Elementos Dinámicos de Rotación (R)

Además de los Elementos Dinámicos de Rotación especificados en el código FIG, se permitirá realizar Elementos Dinámicos de Rotación con un valor de 0,10 (R1) en los siguientes niveles y categorías:

- Nivel 4 → En todas las categorías con aparato, hasta un máximo de 2 (ver normativa)
- Nivel 3 → Categorías Prebenjamín-Infantil, hasta un máximo de 2 (ver normativa)

Para los R1, se excluirá la exigencia de “2 rotaciones del cuerpo”, siendo necesario realizar únicamente 360º completos. No se podrán bonificar los cambios de nivel ni de eje; ya que sólo se realiza una rotación. **La rotación debe ejecutarse bajo el vuelo del aparato.**

4. Grupos técnicos

Ver tabla resumen por categoría y nivel.

5. Ejecución

Se aplicará el código FIG 2025-2028.

6. Penalizaciones

Todas las penalizaciones que se especifican a continuación restan **0.30:**

- Menos de una dificultad de cada Grupo Corporal; por cada grupo ausente.
- Menos de 3 DB realizadas.
- Realizar más R de los marcados como máximo en la normativa
- Realizar R en las categorías no permitidas.
- Menos de 1 DA realizado.
- Menos de 2 combinaciones de pasos rítmicos realizados, **0,30** por cada serie no realizada (artístico).

- Si una gimnasta abandona el tapiz, el ejercicio se evalúa de la siguiente forma:
  - Las dificultades ya realizadas de forma válida se contabilizarán
  - Artístico dará 0,00
  - Ejecución dará 0,00

NIVEL 3

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD Nacid@s en 2016 (9 años)
PROGRAMA Pelota
TIEMPO 1' a 1'15''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 5	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 6
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1 Valor máx. 0,60	Sólo R1	

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD Nacid@s en 2015-2014 (10-11 años)
PROGRAMA Mazas
TIEMPO 1'10'' a 1'20''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 8
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1 Valor máx. 0,60	Posibilidad de R1 o R	

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD Nacid@s en 2013-2012 (12-13 años)
PROGRAMA Cuerda
TIEMPO 1'15'' a 1'30''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 10
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	Posibilidad de R1 o R	

CATEGORÍA CADETE

EDAD Nacid@s en 2011-2010 (14-15 años)
PROGRAMA Aro
TIEMPO 1’15’’ a 1’30’’
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 3	Mín. 1 Máx. 12
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	Código FIG	

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD Nacid@s en 2009 y anteriores (≥16 años)
PROGRAMA Cinta
TIEMPO 1’15’’ a 1’30’’
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 3	Mín. 1 Máx. 12
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	Código FIG	

NIVEL 4

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD Nacid@s en 2016 (9 años)
PROGRAMA Manos libres
TIEMPO 1' a 1'15''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB
Mín. 3 Máx. 4
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1 Valor máx. 0,50

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD Nacid@s en 2015-2014 (10-11 años)
PROGRAMA Aro
TIEMPO 1'10'' a 1'20''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 5	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 6
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1 Valor máx. 0,50	Solo R1	

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD Nacid@s en 2013-2012 (12-13 años)
PROGRAMA Mazas
TIEMPO 1'15'' a 1'30''
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 5	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 8
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1 Valor máx. 0,50	Posibilidad R1 o R	

CATEGORÍA CADETE

EDAD Nacid@s en 2011-2010 (14-15 años)
PROGRAMA Cuerda
TIEMPO 1’15’’ a 1’30’’
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 2	Mín. 1 Máx. 10
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	Posibilidad R1 o R	

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD Nacid@s en 2009 y anteriores (≥16 años)
PROGRAMA Cinta
TIEMPO 1’15’’ a 1’30’’
DIFICULTAD

DIFICULTADES CORPORALES DB	**ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACION**	**DIFICULTADES APARATO DA**
Mín. 3 Máx. 6	Máx. 3	Mín. 1 Máx. 12
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	Posibilidad de meter R1 (máx. 2) o R	

MODALIDAD DE CONJUNTOS

- NIVEL 1 → Normativa de la RFEG
- NIVEL 2 → Normativa de la RFEG
- NIVELES 3 y 4 → Se aplicará el Código FIG 2025-2028, salvo en los puntos que establece la presente Normativa que se detalla a continuación:

1. Dificultades Corporales (DB)

- Si la DB se repite o el elemento técnico del aparato se ejecuta de forma idéntica durante la DB, la dificultad repetida no es válida (NO penaliza)
- Quedan prohibidos los equilibrios en "tour lento".
- Para las DB en círculo o con flexión, no será exigido el contacto.
- **No están permitidas las DB combinadas.**
- **Quedan prohibidas las DB de rodillas.**

2. Dificultades de intercambio (DE)

- En cuanto a los intercambios según el código FIG 2025-2028 no habrá bonificación por el doble criterio distancia y altura.

3. Grupos técnicos

Ver tabla resumen por categoría y nivel.

- Excepciones:

  En rodamientos de pelota y aro en nivel 3 y 4 se permite que la base se componga de un rodamiento por un único segmento (ver tabla resumen).

4. Colaboraciones:

   a) Ejercicios de Manos libres

TIPOS DE COLABORACIONES MANOS LIBRES	VALOR
CC: 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. - 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas - Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones.	**0,20**

CR: Colaboración con rotación corporal. Si más de una gimnasta realiza la rotación, estas deben ser idénticas. 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 gimnastas realizando el riesgo corporal). No podrá haber repetición de rotación ni inversiones ni verticales. No se bonificará el paso a través/por encima.	**0,20**
CL: Es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizadas 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 de la cadera del/la compañera que se encuentra en una posición de pie.	**0,20**

Necesario un cambio de formación para valorar dos colaboraciones seguidas

b) Ejercicios con Aparato:

• **NO son válidas las C en colaboraciones con aparato.**

Excepciones:

- **Altura** de los lanzamientos. En todas las categorías de nivel 4 y en benjamín, alevín e infantil en nivel 3, el requisito de la altura será de más de una altura de la gimnasta.

5. Ejecución

Se aplicará el código FIG 2025-2028.

6. Penalizaciones

Todas las penalizaciones que se especifican a continuación restan **0.30**
- Menos de una dificultad de cada Grupo Corporal; por cada grupo ausente.
- Una dificultad corporal de cada Grupo Corporal no ejecutada simultáneamente o en muy rápida sucesión (no en subgrupos) por l@s 5 gimnastas.
- Menos de 3 DB realizadas.
- Menos del número mínimo de Intercambios realizados.
- Menos de las C (CC, CM o CR) mínimas establecidas para cada categoría y nivel, penalización por cada falta de un tipo de C.
- Realizar un elemento dinámico de rotación (categorías no permitidas) o más de uno (cadete y juvenil)
- Menos de 2 combinaciones de pasos rítmicos realizados, **0,30** por cada serie no realizada (artístico).

NIVEL 3

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD Nacid@s en 2017-2016 (8-9 años)
PROGRAMA Manos libres
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max DB = 5

DIFICULTADES CORPORALES DB	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3 / Máx. 7
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1 Valor máx. 0,50	Mín. 2 CC Máx. 5 CR

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD Nacid@s en 2016-2015-2014 (10-11 años)
PROGRAMA 5 Pelotas
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 5

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 2	NO	Mín. 5 / Máx. 8
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1 Valor máx. 0,50			Mín. 2 CC Mín. 2 CR Mín. 1 CMúltiple

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD Nacid@s en 2014-2013-2012 (12-13 años)
PROGRAMA 5 Cuerdas
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3	NO	Mín. 5 / Máx. 8
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1			Mín. 2 CC Mín. 2 CR Mín. 1CMúltiple

CATEGORÍA CADETE

EDAD Nacid@s en 2012-2011-2010 (14-15 años)
PROGRAMA 5 Pelotas
TIEMPO 2’15’’ a 2’30’’
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3	Máx. 1	Mín. 6 / Máx. 10
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1		Código FIG	Mín. 2 CC Mín. 2 CR Mín. 2 CMúltiple

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD Nacid@s en 2010 y anteriores (≥16 años)
PROGRAMA 5 Aros
TIEMPO 2’15’’ a 2’30’’
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3	Máx. 1	Mín. 6 / Máx. 10
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1		Código FIG	Mín. 2 CC Mín. 2 CR Mín. 2 CMúltiple

NIVEL 4

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD Nacid@s en 2017-2016 (8-9 años)
PROGRAMA Manos libres
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max DB en total = 4

DIFICULTADES CORPORALES DB	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3 / Máx. 6
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1 Valor máx. 0,50	Mín. 2 CC Máx. 4 CR

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD Nacid@s en 2016-2015-2014(10-11 años)
PROGRAMA 3 Pelotas y 2 Manos libres
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 5

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 2	NO	Mín. 3 / Máx. 7
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1 Valor máx. 0,50			Mín. 2 CC Mín. 1 CR

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD Nacid@s 2014-2013-2012 (12-13 años)
PROGRAMA 5 Cuerdas
TIEMPO 1'45'' a 2'00''
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 2	NO	Mín. 3 / Máx. 7
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1 Valor máx. 0,50			Mín. 2 CC Mín. 1 CR

CATEGORÍA CADETE

EDAD Nacid@s en 2012-2011-2010(14-15 años)
PROGRAMA 5 Aros
TIEMPO 2’15’’ a 2’30’’
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3	Máx. 1	Mín. 4 / Máx. 9
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1		Código FIG	Mín. 2 CC Mín. 1 CR Min. 1 Multiple

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD Nacid@s en 2010 y anteriores (≥16 años)
PROGRAMA 10 Mazas
TIEMPO 2’15’’ a 2’30’’
DIFICULTAD Max BD y ED en total = 6

DIFICULTADES CORPORALES DB	**DIFICULTADES INTERCAMBIO DE**	**ELEMENTOS DINÁMICOS ROTACIÓN R**	**COLABORACIÓN DC**
Mín. 3	Mín. 3	Máx. 1	Mín. 4 / Máx. 9
Salto Mín. 1 Equilibrio Mín. 1 Rotación Mín. 1		Código FIG	Mín. 2 CC Mín. 1 CR Mín. 1 Multiple

NIVEL 5

El nivel 5 es un modelo de Juegos Deportivos **NO competitivo**; por ello el número de jueces será inferior a lo habitual y se valorarán aspectos no contemplados en las anteriores normativas.
De igual manera tod@s l@s participantes tendrán su reconocimiento, ya que se reagruparán los equipos/conjuntos de las diferentes modalidades para que haya un máximo de 4 equipos/conjuntos. De esta forma, con máximo de 1 empate, todos los equipos subirán al pódium.

Habrá una única jornada por equipo/conjunto; aunque dependiendo de las inscripciones, puede que se realice en dos jornadas. Tanto los conjuntos como los equipos se guiarán por la presente normativa:

1. Música (orientativa)

- Prebenjamín, Benjamín y alevín → 1'45'' a 2'00''
- Infantil, Cadete y juvenil → 2'15'' a 2'30''

2. Dificultades Corporales (BD)

- No es necesario que las corporales sean de dificultad técnica.
- Se recomienda la no utilización de BD sobre las rodillas de las gimnastas.
- Quedan prohibidos los equilibrios en "tour lento".

3. Valoración de los ejercicios:

Los equipos/conjuntos tendrán una nota dividida en 3 apartados:

a) Originalidad música, composición, vestuario.
b) Ejecución: Se hará especial hincapié en el trabajo en grupo (coordinación entre l@s componentes, que tod@s l@s niñ@s participen por igual, etc.)
c) Dificultad técnica.

➔ Asimismo, se tendrán en cuenta actitudes que representes los valores deportivos (respeto, honestidad, juego limpio, compañerismo). El no respeto de estos valores supondrá una penalización inmediata.

4. Exigencias técnicas para todas las categorías

DIFICULTADES CORPORALES	CAMBIOS	PASOS DE DANZA	COLABORACIONES	FORMACIONES
Mín. 3	Mín. 2	Mín. 2	Mín. 4	Mín. 3
Saltos Mín. 1 Equilibrios Mín. 1 Rotaciones Mín. 1	(Cuando hay aparato)			

5. Edades y Aparatos (Conjuntos y equipos por igual)

CATEGORÍA	EDADES	APARATOS
Prebenjamín	2019-2018-2017	ML
Benjamín	2017-2016	ML
Alevín	2016-2015-2014	Pelota y ML
Infantil	2014-2013-2012	Cuerda y ML
Cadete	2012-2011-2010	Aro y ML
Juvenil	2010 y anteriores	Mazas y ML