



FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE GIMNASIA ESTÉTICA EN GRUPO



REGLAS DE COMPETICIÓN IFAGG

EQUIPOS MIXTOS Categorías júnior y sénior

La IFAGG posee los derechos de autor de estas reglas.
Cualquier uso o cambio de este documento (total o parcial)
sin consentimiento de IFAGG está prohibido.

Válido desde: 1 de septiembre de 2024

Válido hasta: 31 de diciembre de 2024



1.	GENERALIDADES	4
1.1.	DISPOSICIONES DE COMPETICIÓN	4
1.2.	CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN	4
1.3.	GRUPO DE COMPETICIÓN	4
1.3.1.	Número de gimnastas.....	4
1.3.2.	Proporción de gimnastas masculinos y femeninos.....	4
1.4.	PROGRAMA DE COMPETICIÓN	5
1.4.1.	Duración del programa de competición	5
1.4.2.	Música	5
1.5.	ÁREA DE COMPETICIÓN	6
1.6.	VESTIMENTA, PEINADO Y MAQUILLAJE DE GIMNASTAS	6
1.6.1.	Vestimenta	6
1.6.2.	Cabello	7
1.6.3.	Maquillaje	8
1.7.	DISCIPLINA	8
1.7.1.	dopaje.....	8
1.7.2.	Disciplina de gimnastas y entrenadores	8
2.	VALOR TÉCNICO.....	10
2.1.	ELEMENTOS REQUERIDOS DEL PROGRAMA	12
2.1.1.	EQUILIBRIOS	12
2.1.2.	Salto	15
2.1.3.	Movimientos corporales.....	19
2.1.4.	Serie Combinada (Serie Combinada de Diferentes Grupos de Movimiento)	19
2.1.5.	Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos.....	21
2.1.6.	Elementos de elevación	23
2.2.	ELEMENTOS TÉCNICOS Y EVALUACIÓN DEL VALOR TÉCNICO (TV)	26
2.2.1.	Elementos técnicos.....	26
2.2.2.	Evaluación del Valor Técnico	27
3.	VALOR ARTÍSTICO	28
3.1.	CALIDAD ARTÍSTICA.....	28
3.1.1.	Calidad GEG	28
3.1.2.	Estructura	29
3.1.3.	Expresión y música	32
3.1.4.	Penalizaciones	33
3.1.5.	Evaluación de la Calidad Artística (VA-A).....	36
3.1.6.	VA-A Tabla de deducción de calidad artística.....	37
3.2.	ELEMENTOS ARTÍSTICOS	39
3.2.1.	Elementos de dificultad (3.0)	39
3.2.2.	Elementos de colaboración (1.0)	41
3.2.3.	Elementos de originalidad (0,6).....	43



3.2.4.	Evaluación de elementos artísticos (VA-B).....	44
3.2.5.	Tabla de elementos artísticos VA-B.....	44
4.	EJECUCIÓN.....	45
4.1.	REQUISITOS DE EJECUCIÓN	45
4.2.	EVALUACIÓN DE EJECUCIÓN.....	45
4.2.1.	Tabla de deducciones por ejecución	46
5.	PUNTUACIÓN.....	48
5.1.	GENERALIDADES	48
5.2.	JUECES DE EVALUACIÓN	48
5.2.1.	Paneles de evaluación	48
5.2.2.	Jueces principales.....	48
5.2.3.	Juez Responsable.....	49
5.2.4.	Jurado superior.....	49
5.2.5.	Jueces de línea.....	50
5.2.6.	Jueces de tiempo/Crono.....	50
6.	ANOTACIÓN DE LOS PUNTOS	51
6.1.	GENERAL	51
6.2.	CÁLCULO DE LAS PUNTUACIONES PARCIALES	51
7.	MODIFICACIÓN DE LAS NORMAS	52



REGLAS DE COMPETICIÓN DE GIMNASIA ESTÉTICA EN GRUPO

La Federación Internacional de Gimnasia Estética de Grupo (IFGEG) posee los derechos de autor de las siguientes reglas. Queda prohibido cualquier uso de este documento (total o parcial) sin el consentimiento de IFGEG. Estas reglas se aplican a todas las competiciones Internacionales de Gimnasia Estética de Grupo en categorías Junior y Sénior. Competiciones organizadas por IFGEG y/o sus miembros.

1. GENERALIDADES

La gimnasia estética de grupo se compone de movimientos estilizados y naturales de todo el cuerpo, donde las caderas forman el centro de movimiento básico. La filosofía del deporte se basa en movimientos armoniosos, rítmicos y dinámicos realizados con un uso natural de la fuerza. Este deporte combina danza y gimnasia con gracia y belleza.

1.1. DISPOSICIONES DE COMPETICIÓN

Consulte el Reglamento General de competición de IFGEG.

1.2. CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN

Junior: gimnastas de 14 a 16 años.

Dos miembros de un grupo podrán tener un año menos o un año más que las edades mínima y máxima indicadas.

Sénior: gimnastas de 16 años y más.

Dos miembros de un grupo podrán tener un año menos que la edad mínima indicada.

La edad de un gimnasta se determina en función de su año de nacimiento, no de su fecha de nacimiento real.

1.3. GRUPO DE COMPETICIÓN

1.3.1. Número de gimnastas

Categorías Junior y Sénior: un grupo consta de 6 a 15 gimnastas que se nominan durante una temporada. Gimnasta(s) de reserva pertenece(n) al grupo.

Para cada competición específica, un equipo consta de entre 6 y 10 gimnastas en el tapiz de competición. La nominación para cada competición durante la misma temporada (preliminares y/o finales) debe realizarse entre el total (máximo) 15 gimnastas del grupo.

Cada gimnasta podrá competir durante una temporada de competición en un máximo de 2 (dos) grupos/equipos y 2 (dos) categorías de competición (ejemplo: junior y senior). (Ver Reglamento General de Competición IFGEG).

En el caso de que un equipo comience el ejercicio con 6 o más gimnastas y a mitad del ejercicio un componente abandone por cualquier motivo, el grupo será penalizado por falta de gimnasta:

- **Penalización** por parte del Juez Principal de **Ejecución** : -0,5 por cada gimnasta ausente o gimnasta adicional

1.3.2. Proporción de gimnastas masculinos y femeninos

Las categorías de competición por equipos mixtos están abiertas a gimnastas de todos los géneros. Sin embargo, debe haber al menos dos (2) gimnastas masculinos y dos (2) gimnastas femeninas en cada equipo.

No es posible que un equipo participe en ninguna competición GEG si falta algún gimnasta masculino o femenino. Dichos equipos quedarán automáticamente descalificados de las competiciones. Ver Reglamento General de Competición.

Sin embargo, en situaciones de "fuerza mayor", como lesión de gimnasta ocurrida durante la competición, un grupo podrá participar en la competición. En tal caso, un grupo debe informar oficialmente al Consejo de la IFGEG y al juez responsable por escrito y se requiere la aprobación del Consejo de la IFGEG. Se aplicará la penalización de -0,5 por cada gimnasta ausente.

1.4. PROGRAMA DE COMPETICIÓN

1.4.1. Duración del programa de competición

La duración permitida de un programa de competición es 2 min 00 seg – 2 min 45 seg.

El cronometraje comienza desde el inicio del primer movimiento después de que el equipo haya tomado su posición inicial en la moqueta de competición. El cronometraje se detiene tan pronto como todos los gimnastas estén completamente inmóviles.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A: -0,1 por cada** segundo completo adicional o en falta. La penalización es propuesta por ambos Jueces de Crono.

La entrada de un equipo a sus posiciones iniciales **no debe** ser demasiado larga, ni estar acompañada de música ni incluir movimientos adicionales.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de los jueces de VA-A): -0,3 por entrada que demore demasiado, esté acompañada de música o incluya movimientos adicionales

1.4.2. Música

La elección de la música es libre. La música puede ser interpretada por uno o varios instrumentos y se permite tener voz(s) y letra. La música debe ser unificada y completa sin interrupciones, tener una estructura clara y bien definida y ser adecuada a la categoría de edad de los gimnastas. No se permiten fragmentos musicales desconectados ni efectos de sonido irregulares. Se permite que suene una señal breve antes de la música. Se permite una breve introducción musical sin movimiento.

Deberá existir una única pieza musical grabada en formato electrónico. La música deberá entregarse a los organizadores en la forma solicitada.

La siguiente información debe estar claramente marcada en inglés en el CD o en el archivo de música electrónica adjunto:

- nombre del club/nombre del grupo
- país del grupo
- categoría competitiva
- duración de la música.

Los nombres de los compositores y el título de la música deben proporcionarse a los organizadores si así lo solicitan.

El programa deberá realizarse en su totalidad con acompañamiento musical.

Cuando se reproduce una música incorrecta, el equipo es responsable de detener el programa inmediatamente. El equipo reinicia su programa tan pronto como comienza la música correcta.

Un equipo puede repetir su programa solo en situaciones de "**fuerza mayor**", como un accidente o un error causado por los organizadores (es decir, corte de energía, error del sistema de sonido, etc.). Para la repetición del programa se requiere la aprobación del Juez Responsable/Jurado Superior/Jueces Principales de Paneles.

1.5. ÁREA DE COMPETICIÓN

El tamaño del tapiz de competición es de 13 mx 13 m incluyendo el borde. El límite debe estar claramente marcado y tener al menos 5 cm de ancho. A los gimnastas no se les permite salir del área de competición durante el programa de competición, incluidas las posiciones inicial y final.

- **Penalización** por parte del juez principal de **EXE**: -0. 1 por cada gimnasta/ cada vez que se cruce el límite. La sanción es propuesta por los jueces de línea.

1.6. VESTIMENTA, PEINADO Y MAQUILLAJE DE GIMNASTAS

1.6.1. Vestimenta

La vestimenta de competición utilizada por un grupo debe ser un leotardo o mono de gimnasia con un atractivo estético y que aprecie el espíritu del deporte competitivo.

La vestimenta de competición debe ser idéntica (en material y estilo) y del mismo color para todos los miembros del grupo. Sin embargo, si está hecho de material estampado, se tolerarán algunas ligeras diferencias debido al corte.

La vestimenta de competición de gimnastas masculinos, femeninos y de otros géneros debe ser lo más similar posible en estilo y colores. Sin embargo, se toleran ligeras diferencias entre la vestimenta de los gimnastas masculinos, femeninos y de otros géneros.

Los gimnastas deben realizar el programa con cualquier tipo de puntera de color beige.

La vestimenta de competición no debe herir/insultar a ninguna religión o nacionalidad y no debe expresar ninguna actitud/opinión política.

- **Penalización** por Juez Principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de jueces de VA-A): - 0,3 por vestimenta que lastime, insulte o exprese una religión, o adopte una postura política, susceptible de herir personas.

1.6.1.1. Vestimenta de los gimnastas masculinos

La vestimenta de competición de los gimnastas masculinos debe ser un leotardo o mono de gimnasia hecho de un material no transparente, a excepción de las mangas y el escote. El escote del maillot no debe ser más bajo que la parte superior de los senos en la parte delantera y la parte inferior de los omóplatos en la espalda.

En caso de que un gimnasta masculino use un maillot de gimnasia, deberá usar medias hechas de material no transparente hasta los tobillos por encima o por debajo del maillot.

La vestimenta de competición debe ajustarse bien al cuerpo y no debe distraer ni impedir la visión clara de los movimientos ni perturbar la evaluación de la ejecución.

La decoración de la vestimenta del gimnasia masculino debe ser discreta y de buen gusto.

Está permitido llevar:

- medias hechas de material no transparente hasta los tobillos, por encima o por debajo del maillot,
- pequeñas decoraciones (como cintas, pedrería, rosetones, etc.) que sean estéticas y no perturben la ejecución del programa,
- vendajes y cintas de sujeción del color de la piel,
- emblemas y logotipos nacionales de conformidad con el Reglamento General de Competición (tamaño máx. 30 cm²). Los emblemas pueden estar situados en la parte superior del brazo o en la cadera de la vestimenta de competición.

Está prohibido llevar:

- sombreros o cualquier otro tocado,
- decoraciones separadas en muñecas, tobillos y/o cuello,
- todo tipo de aretes y otras joyas,
- cualquier luz en el vestido de competición,
- guantes o mangas en la palma,
- Adornos o elementos decorativos demasiado grandes en la vestimenta de

- competición que no permiten a los jueces ver los movimientos.
- pantalones.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de los jueces de VA-A): -0,1 por un gimnasta y -0,2 por dos o más gimnastas por vestimenta que no se ajuste a estas reglas.

1.6.1.2. Vestimenta de la Mujer y otro género gimnastas

Vestimenta de competición femenina y de otro género. Se debe llevar un leotardo o mono de gimnasia, con o sin falda, hecho de material no transparente con excepción de mangas, escote y piernas para la parte por debajo del pliegue de la entrepierna. El escote del maillot no debe ser más bajo que la parte superior de los senos en la parte delantera y la parte inferior de los omóplatos en la espalda. El corte de la falda debe ser lo suficientemente largo como para cubrir la ingle por delante y los glúteos por detrás.

La vestimenta de competición debe ajustarse bien al cuerpo y no debe distraer ni impedir la visión clara de los movimientos ni perturbar la evaluación de la ejecución.

Está permitido llevar:

- medias hasta los tobillos, por encima o por debajo del maillot,
- pequeñas decoraciones en el vestido/falda de competición (como cintas, pedrería, rosetones, etc.) que sean estéticas y no perturben la ejecución del programa,
- vendajes y cintas de sujeción del color de la piel,
- emblemas y logotipos nacionales de conformidad con el Reglamento General de Competición (tamaño máx. 30 cm²). Los emblemas pueden situarse en la parte superior del brazo o en la cadera. zona del vestido de competición.

Está prohibido llevar:

- sombreros o cualquier otro tocado,
- decoraciones separadas en muñecas, tobillos y/o cuello,
- todo tipo de aretes y otras joyas,
- cualquier luz en el vestido de competición,
- guantes o mangas en la palma,
- Adornos o elementos decorativos demasiado grandes en la vestimenta de competición que no permiten a los jueces ver los movimientos.
- pantalones.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de los jueces de VA-A): -0,1 para una gimnasta y -0,2 para dos o más gimnastas por vestimenta que no se ajuste a estas reglas.

1.6.2. Cabello

El cabello (excepto el corto) debe estar recogido por seguridad de los gimnastas.

Para mujeres y otros géneros de gimnastas, se permite usar pequeños adornos para el cabello (incluido una banda alrededor del moño) de un tamaño máximo de todos los adornos para el cabello juntos de aproximadamente 5 x 10 cm, altura desde el cuero cabelludo máximo 1 cm. Las decoraciones deben ser del mismo estilo.

Para los gimnastas masculinos, no está permitido usar ningún adorno en el cabello.

El peinado de los gimnastas debe permanecer sin cambios desde el principio hasta el final del programa. Cada peinado destruido resultará en una penalización VA-A.

Aclaración: No se penalizará la pérdida de pequeñas horquillas y pequeña pedrería.

No está permitido el uso de tintes para el cabello que puedan transferirse al área de competición.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de los jueces de

VA-A): -0,1 para un gimnasta y -0,2 para dos o más gimnastas por cabello que no se ajuste a estas reglas.

- **Penalización** por parte del juez principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de los jueces de VA-A): -0,1 por cada peinado destruido
- **Penalización** por parte del Juez Principal de **VA-A**: -0,1 por **cada** objeto perdido (adornos para el cabello, punteras, etc.). La penalización la proponen los jueces de línea.

1.6.3. Maquillaje

El maquillaje debe ajustarse a los principios de los deportes competitivos, y no a un espectáculo o actuación.

Para mujeres y otros géneros: A las gimnastas se les permite llevar un maquillaje deportivo, moderado y estético. No se permiten maquillajes teatrales, dibujos u otros maquillajes en la cara, piedras o lentejuelas, sombras con brillo, lápiz labial demasiado oscuro o poco natural, lentes de contacto de colores, etc. Se permiten pestañas artificiales (pero no más de 1 cm).

Para los gimnastas masculinos, no está permitido ningún tipo de maquillaje.

- **Penalización** por parte del Juez Principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de jueces de VA-A): -0. 1 para una gimnasta y -0. 2 para dos o más gimnastas por maquillaje que no se ajuste a estas reglas.

1.7. DISCIPLINA

1.7.1. dopaje

Ver Reglas Generales de IFGEG.

Como condición previa para participar en eventos de IFGEG, una persona debe seguir las normas antidopaje. Todos los gimnastas, entrenadores, asistentes de gimnastas y funcionarios deben familiarizarse con las normas antidopaje. Puede encontrar información sobre sustancias y métodos prohibidos en el sitio web de la AMA: <http://www.wada-ama.org/>.

1.7.2. Disciplina de gimnastas y entrenadores

Todos los equipos deberán estar presentes y realizar su programa en el entrenamiento oficial.

Si un grupo no participa en el entrenamiento oficial de la competición, tiene prohibido competir en esa competición (excepto en circunstancias atenuantes y solo cuando lo apruebe el Juez Responsable/Consejo IFGEG).

Todos los grupos y entrenadores deben respetar al equipo competidor y no molestar al equipo competidor, a los jueces y al público durante la competición y/o entrenamientos. No se permiten voces fuertes o música fuera del área de competición durante las actuaciones de otros equipos y resultarán en una penalización deducida de VA-A.

- **Penalización por Juez Responsable:** -0.3 por disciplina del entrenador

A los gimnastas no se les permite calentar en la sala de competición antes de entrar a la moqueta. Durante el programa de competición los entrenadores y gimnastas suplentes deberán permanecer en el lugar designado para los entrenadores. No pueden permanecer en ningún lugar visible cerca de la moqueta. Esto dará lugar a una sanción deducida de la VA-A.

- **Penalización por Juez Responsable:** -0,3 por disciplina del entrenador y/o gimnasta/s

En ningún caso un entrenador, líder de equipo u otra persona oficial podrá comunicarse verbalmente o mediante señales con un gimnasta o con un equipo durante el programa. Cualquier asistencia que contribuya a la ejecución exitosa de un programa dará lugar a una penalización deducida de VA-A.

- **Penalización por Juez Responsable:** -0,3 por asistencia de un entrenador

A las gimnastas no se les permite hacer ningún sonido vocal durante el programa, excepto palmadas, golpecitos o efectos rítmicos similares, y resultará en una penalización deducida de VA-



- A.
- **Penalización** por parte del Juez Principal de **VA-A** (propuesta de la mayoría de jueces de VA-A): -0,1 cada vez.

Para conocer otras regulaciones disciplinarias, consulte el Código de Disciplina de la IFGEG.



2. VALOR TÉCNICO

El Valor Técnico (TV) se compone de:

Equilibrios Saltos Movimientos corporales (MC) y Series de Movimientos corporales (SMC) Series Combinadas (Series combinadas de diferentes grupos de movimientos) Elementos Acrobáticos y pre-acrobáticos Elementos de elevación	Total valor técnico 10.0
---	---

Nivel y valor de las dificultades:

Equilibrios y Saltos:

Nivel:	=	Valor:
A	=	0.1
B	=	0,2
C	=	0.3

Serie Equilibrios y Saltos:

Nivel:		=	Valor:
Serie A	A+A	=	0,2
Serie C	A+B o B+A	=	0.3
Serie D	B+B o A+C o C+A	=	0,4
Serie E	B+C o C+B	=	0,5
Serie F	C+C	=	0,7*

* La combinación de mayor valor posible (C + C) en las series equilibrio y salto obtendrá un +0,1 p. extra.

Movimientos corporales totales requeridos:

onda corporal total	=	0.3
swing total del cuerpo	=	0.3

Serie de movimientos corporales (SMC):

Serie A-MC = 0,3 – serie que incluye dos (2) movimientos corporales diferentes

Serie B-MC = 0,4 – serie que incluye tres (3) movimientos corporales diferentes

Serie C-MC = 0,5 – serie que incluye cuatro (4) movimientos corporales diferentes

Series Combinadas de diferentes grupos de Movimientos:

Serie MC	+ EQUILIBRIO	= 0,4 – 0,9*
Serie MC	+ SALTO	= 0,4 – 0,9*
EQUILIBRIO	+ serie MC	= 0,4 – 0,9*
SALTO	+ serie MC	= 0,4 – 0,9*
Equilibrio	+ Salto (o viceversa)	= 0,2 – 0,7*

* La combinación más alta posible (C-equilibrio/salto + C-SMC series (o viceversa), C-equilibrio + C-salto (o viceversa) obtendrá un +0,1 punto extra.

Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos:

Nivel:	=	Valor:
A	=	0.1
B	=	0,2
C	=	0.3

Elementos de elevación:

Nivel		Criterios adicionales		Valor		Valor		Valor total
A			=	0.1			=	0.1
	+	un (1) criterio		0.1	+	0.1	=	0,2
	+	dos (2) criterios		0.1	+	0,2	=	0.3
	+	tres (3) criterios		0.1	+	0.3	=	0,4
	+	cuatro (4) criterios		0.1	+	0,4	=	0,5
B			=	0,2			=	0,2
	+	un (1) criterio		0,2	+	0.1	=	0.3
	+	dos (2) criterios		0,2	+	0,2	=	0,4
	+	tres (3) criterios		0,2	+	0.3	=	0,5
	+	cuatro (4) criterios		0,2	+	0,4	=	0,6

2.1. ELEMENTOS REQUERIDOS DEL PROGRAMA

Para obtener la puntuación máxima de Valor Técnico, se deben incluir los siguientes elementos en el programa.

2.1.1. EQUILIBRIOS

La composición debe contener 1 equilibrio (estático o dinámico) y 1 serie de equilibrio, que se puede realizar con pie plano o en relevé. En cada elemento se pueden utilizar un máximo de dos (2) formas diferentes.

Todos los equilibrios deben realizarse con claridad y tener las siguientes características:

- la forma es fija y bien definida durante el equilibrio (**“foto”**),
- altura suficiente de la pierna levantada, según los criterios del elemento
- Buen control corporal durante y después del equilibrio.
- Realizado con relevé alto o pie plano.

Equilibrios estáticos

Los equilibrios estáticos se pueden realizar sobre un pie, sobre una rodilla o en posición de “cosaco”. Durante el equilibrio, la pierna libre debe estar elevada a un mínimo de 90°. Solo se puede doblar una pierna al realizar un equilibrio.

- El equilibrio passé no cuenta como dificultad (Excepción: pivotes en posición passé).

Los equilibrios dinámicos (tourlents, ilusiones, pivotes) se ejecutan sobre un pie y deben tener las siguientes características:

Tourlents (giro lento, promenade):

- Se debe completar una rotación de 360° en una forma fija.
- Al realizar un promenade con una rotación de 360°, se permiten como máximo 4 apoyos de talón.
- Los Tourlent y promenade deben comenzar después de que se fije la posición inicial del equilibrio.
- Todos los criterios relativos al nivel de la pierna libre, el apoyo de la mano y la forma de los movimientos del cuerpo son los mismos que para el equilibrio estático.

Ilusion:

- Se debe completar una rotación de 360° desde la línea del hombro y la cadera.

Pivotes:

- Se debe completar una rotación de un mínimo de 360° **en forma fija**.
- Si no todos los gimnastas muestran la rotación requerida en un equilibrio dinámico, el elemento no se cuenta como equilibrio.
- Ambas piernas se pueden doblar durante los pivotes.

La adición de los siguientes criterios a la forma de la base aumenta el valor de los equilibrios estáticos y dinámicos:

- Equilibrio realizado con un movimiento corporal (flexión, torsión, etc.). Criterios de amplitud de movimiento corporal necesarios para elevar el valor técnico del equilibrio: ver Apéndice.
- Equilibrio realizado con una rotación de 360° en una forma fija (tourlents).
- Equilibrio realizado con una rotación mínima de 360° en forma fija (pivotes).
- Equilibrio realizado sin ayuda de mano/s de la pierna libre.
- Equilibrio realizado con mayor amplitud que la forma requerida.
- Equilibrio estático con amplitud de pierna levantada mínima de 135° realizado en alto relevé (este criterio funciona solo desde el nivel B hasta el nivel C).

Para conocer todos los criterios y aclaraciones adicionales, consulte el Apéndice.

Serie de equilibrios

Combinación de dos (2) equilibrios diferentes (nivel A, B o C) realizados sucesivamente sobre la misma pierna o con cambio de pierna de apoyo. Se permite un máximo de un (1) paso entre dos (2) equilibrios de la serie, pero no se permite pararse sobre ambos pies entre los equilibrios.

Equilibrios comenzando con el apoyo de la/s mano/s en el suelo

Un máximo de dos (2) equilibrios durante el programa pueden iniciar con el apoyo de una (1) mano o dos (2) manos en el suelo. El apoyo de la/s mano/s en el suelo podrá durar como máximo un (1) segundo después de fijada la posición inicial de equilibrio.

Si el apoyo de la/s mano/s dura más de un (1) segundo, el elemento **no** contará como dificultad.

Si son más de dos (2) equilibrios comenzando con el apoyo de la/s mano/s en el suelo, **no** se computarán como elementos técnicos.

Tabla de valores: Ejemplos de Equilibrios

Categoría	Nivel A Valor 0,10	nivel B Valor 0,20	nivel C Valor 0,30
1. Pivote en forma passé	Rotación de 360° en un pivote passé	Rotación de 360° en un pivote passé + MC	Rotación de 720° en un pivote passé + MC
		Rotación de 720° en un pivote passé.	
2. Pivote con amplitud inferior a 90°, pierna libre en diferentes direcciones	Rotación de 360° en un pivote con amplitud inferior a 90°	Rotación de 360° en un pivote con amplitud inferior a 90° + MC	Rotación de 720° en un pivote con amplitud inferior a 90° + MC
		Rotación de 720° en un pivote con amplitud inferior a 90°	
3. Pierna libre elevada 90° con ayuda: adelante, lateral, atrás	90° con ayuda de manos + MC	90° con ayuda de manos + MC + rotación de 360°	90° con ayuda de manos + MC + rotación de 720°
	90° con ayuda de manos + rotación de 360°		
4. Pierna libre elevada 90° sin ayuda de la/s mano/s: adelante, costado, atrás	90° sin ayuda	90° sin ayuda de mano/s + MC	90° sin ayuda de manos + MC + rotación de 360°
		90° sin ayuda de mano + rotación de 360°	90° sin ayuda de mano + rotación de 720°
5. Pierna libre levantada mín. 135° con ayuda para las manos – frontal, lateral	135° con ayuda de la mano	135° con ayuda de manos + MC/rotación 360°	135° con ayuda de manos + MC + rotación 360° / relevé
			135° con ayuda de mano + rotación de 720°
		180° con ayuda de la mano	180° con ayuda de mano + MC/ rotación 360°/ relevé
6. Pierna libre levantada mín. 135° sin ayuda de las manos – frontal, lateral		135° sin ayuda	135° sin ayuda + MC/ rotación 360°/ relevé
			180° sin ayuda

7. Pierna libre levantada mín. 135° con ayuda de la/s mano/s – detrás	135° con ayuda en la MISMA MANO	135° con ayuda en la MISMA MANO + Rotación de 360°	135° con ayuda en la MISMA MANO + rotación de 720°
		180° con ayuda en la MISMA MANO	180° con ayuda en la MISMA MANO + rotación/relevé de 360°
		135° con ayuda MANO/MANOS OPUESTAS	135° con ayuda MANO OPUESTA/MANOS + rotación/relevé 360°
			180° con ayuda MANO/MANOS OPUESTAS
8. Pierna libre levantada mín. 135° sin ayuda de la/s mano/s – detrás		135° sin ayuda de las manos	135° sin ayuda de las manos + Rotación de 360°/relevé.
			180° sin ayuda de las manos
9. Ilusión hacia adelante y hacia atrás con rotación mín. 360°, las manos no deben tocar el suelo	Ilusión hacia adelante con rotación mínima de 360°, amplitud mín. 135°	Ilusión hacia adelante con rotación mínima de 360°, amplitud mín. 180°	
		Ilusión al revés con la amplitud de mín. 135°	Ilusión al revés con la amplitud de mín. 180°

Criterios de amplitud del movimiento corporal para elevar el valor técnico de un equilibrio: ver Apéndice.

Se permiten otros equilibrios que no figuran en la tabla “Ejemplos de equilibrios” pero que cumplan con los requisitos necesarios.

No se computarán como dificultad los equilibrios cuando se cometan los siguientes errores:

- la forma no es fija y no está bien definida durante el equilibrio (“foto”),
- altura insuficiente de la pierna levantada,
- rotación insuficiente (menos de 360°) durante un tourlent, ilusión o pivote,
- C-equilibrio tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- B-equilibrio tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- A-equilibrio tiene 0,4 o más puntos de errores EXE.

Bajando el nivel de dificultad:

En algunos casos, se reduce el nivel de dificultad:

- Si el equilibrio C tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como B.
- Si el equilibrio B tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como A.

2.1.2. Saltos

La composición debe contener 1 salto y 1 serie de saltos (combinación de 2 saltos diferentes). En cada elemento se pueden utilizar un máximo de dos (2) formas diferentes.

Los saltos deberán tener las siguientes características:

- forma fija y bien definida durante el vuelo,
- buena elevación durante el salto,

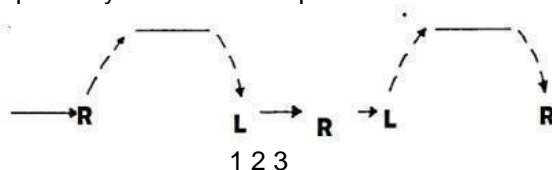
- buen control del cuerpo durante y después del salto,
- El aterrizaje debe ser ligero y suave.

La forma y elevación durante el vuelo determinan el nivel de dificultad de un salto.

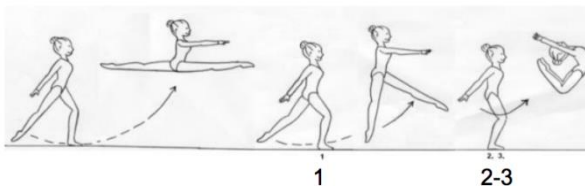
Aclaraciones sobre los Saltos:

- Se podrá utilizar la misma forma de salto y contará como un elemento técnico más (variación) si se realiza:
 - con un giro mínimo de 180° (Ejemplo: forma básica - salto jeté, variación - jeté en giro)
 - con un despegue diferente (Ejemplo: desde una pierna, variación - desde dos pies)
- Se permiten un máximo de tres (3) apoyos entre los 2 saltos de una serie:

Ejemplo 1: Salta con la pierna derecha, aterriza con la pierna izquierda, da un paso con la pierna derecha, salta con la pierna izquierda y aterriza con la pierna derecha.



Ejemplo 2: salto zancada y salto circulo. Después del aterrizaje (1 soporte), se permite un impulso sobre dos pies (2 soportes).



La adición de los siguientes criterios a la forma de la base aumenta el valor de los saltos:

- Salto realizado con un movimiento corporal (flexión, torsión, etc.). Criterios para la amplitud del movimiento corporal requerido para elevar el valor técnico de un salto: Ver Apéndice.
- Salto realizado con una rotación: un giro de mínimo 180° en forma fija y/o 360° desde el momento del despegue hasta el momento del aterrizaje. (Nota: el criterio de rotación dependerá de la técnica y amplitud de un salto).
- Salto realizado con técnica de en tournant.
- Salto realizado con mayor amplitud que la forma requerida.

Tabla de valores: Ejemplos de Saltos:

Categoría	Nivel A Valor 0,10	nivel B Valor 0,20	nivel C Valor 0,30
1. Saltar sin amplitud entre las piernas	Salto sin amplitud entre las piernas + rotación	Salto sin amplitud entre las piernas + rotación + MC	
	Salto sin amplitud entre las piernas + MC		
2. Salto cabriolé	Cabriolé en diferentes direcciones.	Cabriolé + MC	Cabriolé + MC + rotación
		Cabriolé + rotación	
3. Salto con amplitud de 90° entre las piernas, pierna libre en diferentes direcciones	amplitud de 90°	90° amplitud + MC	90° amplitud + MC + rotación
		90° amplitud + rotación	
4. Salto Pike	Salto Pike	Salto Pike + MC	Salto Pike + MC + en tournant
		Salto Pike + en tournant/ rotación	Salto Pike + MC + rotación
5. Salto en corza/amplitud del salto mínimo 135°	Forma de corza (rodilla delantera horizontal)	Forma de corza + MC (rodilla delantera horizontal)	Forma de corza + MC + rotación (rodilla delantera horizontal)
		Forma de corza + rotación (rodilla delantera horizontal)	Forma de corza + MC + en tournant (rodilla delantera horizontal)
		Forma de corza + en tournant (rodilla delantera horizontal)	
	Forma de corza + MC (rodilla delantera no horizontal)	Forma de corza + MC + rotación (rodilla delantera no horizontal)	
	Forma de corza + rotación (rodilla delantera no horizontal)	Forma de corza + MC + en tournant (rodilla delantera no horizontal)	
	Forma de corza + en tournant (rodilla delantera no horizontal)		
			Forma de corza + cambio de piernas ESTIRADAS + MC
		Forma de corza + cambio de piernas ESTIRADAS	Forma de corza + cambio de piernas ESTIRADAS + rotación
		Forma de corza + cambio de piernas ESTIRADAS + en tournant	
6. Salto cosaco	Forma cosaco	Forma cosaco + MC	Forma cosaco + MC + rotación.

			Forma cosaco + MC + en tournant
		Forma cosaco + rotación.	Forma cosaco con amplitud 180° + MC.
		Forma cosaco + en tournant	
7. Salto de gato, con amplitud de 180°	Salto de gato	Salto de gato + MC/rotación/ en tournant	Salto de gato + MC + rotación/ en tournant
8. Salto zancada	135° amplitud	135° amplitud + MC	135° amplitud + MC + rotación
		135° amplitud + rotación	135° amplitud + MC + en tournant
		135° amplitud + en tournant	
	amplitud de 180°		180° amplitud + MC
			180° amplitud + rotación
			180° amplitud + en tournant
	Amplitud de 135° con cambio de piernas dobladas	Amplitud de 135° con el cambio de piernas dobladas + MC	Amplitud de 135° con el cambio de piernas dobladas + MC + rotación
		Amplitud de 135° con el cambio de piernas dobladas + rotación / en tournant	Amplitud de 135° con el cambio de piernas dobladas + MC + en tournant
		Amplitud de 180° con el cambio de piernas dobladas	Amplitud de 180° con el cambio de piernas dobladas + MC/ rotación / en tournant
		Amplitud de 135° con el cambio de piernas ESTIRADAS.	Amplitud de 135° con el cambio de piernas ESTIRADAS + MC/ rotación / en tournant
			Amplitud de 180° con el cambio de piernas ESTIRADAS
	Zancada lateral, amplitud 135°	Zancada lateral, amplitud 135° + MC/ rotación/ en tournant	Zancada lateral, amplitud 135° + MC + rotación/ en tournant
Zancada lateral, amplitud 180°		Zancada lateral, amplitud 180° + MC/ rotación/ en tournant	
9. Salto de anillo	Forma de anillo (menos de 45° de cadera/menos de 80° de flexión)	Forma de anillo (= 45° caderas /= 80° flexión)	Forma de anillo (más de 45° de cadera/80° de flexión)
			Forma de anillo + rotación
			Forma de anillo + en tournant

Se permiten los saltos que no estén enumerados en la tabla “Ejemplos de saltos” pero que cumplan con los requisitos necesarios.

La amplitud se mide desde la línea entre las rodillas; ambos muslos deben mostrar una forma fija donde la amplitud de flexibilidad en la articulación de la cadera sea claramente mensurable (ver Apéndice).

Salto que aterrizan en el suelo con apoyo de otra parte del cuerpo que no sean los pies.

Los saltos normalmente aterrizan en un pie/pies, sin embargo, un máximo de dos (2) saltos en un programa pueden aterrizar en una parte diferente del cuerpo, por ejemplo, rodillas o con apoyo de la parte diferente del cuerpo, por ejemplo, apoyo de manos/brazos. .

Si se realizan más de dos (2) saltos con aterrizaje en el suelo con apoyo de otra parte del cuerpo distinta de los pies, no se computarán como elementos técnicos.

Nota: Si un salto aterriza sobre un pie/los pies y es seguido inmediatamente por una voltereta, giro u otro movimiento corporal, el salto se contará como un aterrizaje de pie/pies.

Los saltos no se computarán como dificultad cuando se cometan los siguientes errores:

- la forma no es fija y está bien definida durante un salto,
- elevación insuficiente del salto,
- C-salto tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- B-salto tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- A-salto tiene 0,4 o más puntos de errores EXE.

Bajando el nivel de dificultad:

En algunos casos, se reduce el nivel de dificultad:

- Si el salto C tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como un salto B.
- Si el salto B tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como un salto A.

2.1.3. Movimientos corporales

La Gimnasia Estética en Grupo se compone de movimientos estilizados y naturales de todo el cuerpo donde las caderas forman el centro de movimiento básico. Un movimiento realizado con una parte del cuerpo se refleja en todo el cuerpo.

La composición debe contener como mínimo los siguientes elementos de movimiento corporal:

- 2 ondas corporales totales
- 2 swings corporales totales
- 4 Serie-MC = serie que incluye varios movimientos corporales diferentes

VALORES PARA SERIE DE MOVIMIENTO CORPORAL

Serie A-MC	(2 MC)	=	0,3
Serie B-MC	(3 MC)	=	0,4
Serie C-MC	(4 MC)	=	0,5

Movimientos corporales fundamentales:

- onda del cuerpo
- swing
- flexión
- inclinación
- torsión
- contracción
- relajación

Características de los movimientos corporales: ver apéndice

Todas las series de movimientos corporales deben realizarse con fluidez y deben subrayar la continuidad de un movimiento al siguiente como si fueran creados por el movimiento anterior. Las series de movimientos corporales se pueden realizar con movimientos de brazos (balanceos, empujes, ondas, ochos, etc.) o con distintos tipos de pasos (pasos rítmicos, caminar, correr, etc.).

2.1.4. Serie Combinada (Serie Combinada de Diferentes Grupos de Movimiento)

La composición debe contener series combinadas de dos (2) grupos de movimientos diferentes (Series de Movimiento Corporal, Equilibrios y Saltos). En cada elemento se podrán utilizar un máximo de dos (2) formas diferentes de saltos y equilibrios.

En una serie, se permite un paso entre los grupos de movimiento. Si se utiliza un salto como segundo elemento de la serie, se permite un assamblé sobre dos pies entre los elementos (no se permite

tener un paso y un assamble). La conexión entre grupos de movimiento debe ser lógica y realizarse con fluidez.

Posibles combinaciones para series combinadas:

Equilibrio	+	MCS
Salto	+	MCS
MCS	+	Equilibrio
MCS	+	Salto
Equilibrio	+	Salto o viceversa *

*Si la mitad del equipo realiza salto +equilibrio y la otra mitad del equipo realiza viceversa equilibrio+salto, esto no contará como una serie combinada.

Solo se contarán para la puntuación final los cuatro (4) niveles más altos de dificultad. La combinación en cada serie combinada debe ser diferente. La misma combinación se contabilizará solo una vez.

- Si las dificultades realizadas **simultáneamente** son de diferentes niveles, el nivel de dificultad está determinado por el valor del nivel de dificultad inferior.

Valores de Series Combinadas (Series Combinadas de Diferentes Grupos de Movimiento) 0,2 – 0,9

El valor de una Serie Combinada está determinado **por el valor agregado de sus componentes.**

La determinación del valor debe seguir reglas matemáticas de suma.

Serie equilibrio o salto + MC (y viceversa)

<u>Nivel</u>		<u>Nivel</u>		<u>Valor</u>		<u>Valor</u>		<u>Valor total</u>
A	+	Serie A-MC (2 MC)	=	0.1	+	0.3	=	0,4
		Serie B-MC (3 MC)				0,4	=	0,5
		Serie C-MC (4 MC)				0,5	=	0,6
B	+	Serie A-MC (2 MC)	=	0,2	+	0.3	=	0,5
		Serie B-MC (3 MC)				0,4	=	0,6
		Serie C-MC (4 MC)				0,5	=	0,7
C	+	Serie A-MC (2 MC)	=	0.3	+	0.3	=	0,6
		Serie B-MC (3 MC)				0,4	=	0,7
		Serie C-MC (4 MC)				0,5	=	0,9*

Equilibrio + Salto (o viceversa)

<u>Nivel</u>		<u>Nivel</u>		<u>Valor</u>		<u>Valor</u>		<u>Valor total</u>
A	+	A	=	0.1	+	0.1	=	0,2
		B				0,2	=	0,3
		C				0.3	=	0,4
B	+	A	=	0,2	+	0.1	=	0,3
		B				0,2	=	0,4
		C				0.3	=	0,5
C	+	A	=	0.3	+	0.1	=	0,4
		B				0,2	=	0,5
		C				0.3	=	0,7*

**Excepción: la combinación más alta posible (C equilibrio/salto + C-MC serie, C equilibrio + C salto o viceversa) obtendrá +0,1 punto extra.*

2.1.5. Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos.

La composición deberá contener dos (2) elementos acrobáticos o pre-acrobáticos diferentes.

Los elementos acrobáticos son movimientos en los que el cuerpo de la gimnasta gira sobre o en su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de mano(s), codo(s), cabeza o en el aire.

Los elementos pre-acrobáticos son movimientos acrobáticos en los que el cuerpo de la gimnasta no gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de mano(s), codo(s), cabeza o en el aire.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos deben realizarse con fluidez y teniendo en cuenta la agilidad y habilidades de los gimnastas, técnica correcta y deben integrarse de forma natural en la composición.

Los elementos pre-acrobáticos requeridos podrán incluirse en Series de Movimiento Corporal o Series Combinadas.

Los elementos acrobáticos requeridos no deben incluirse en Series de Movimiento Corporal o Series Combinadas.

Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos permitidos:

a) Elementos acrobáticos sin fase aérea

Todos los elementos acrobáticos sin tiempo en el aire en los que el cuerpo del gimnasta gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de la(s) mano(s), el(los) codo(s) o la cabeza, como la voltereta (todos los tipos), ruedas (todos los tipos), giro de pecho (todos los tipos), etc.

b) Elementos acrobáticos con fase aérea.

Todos los elementos acrobáticos con tiempo en el aire en los que el cuerpo del gimnasta gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo en el aire, como rueda y voltereta con tiempo en el aire (con apoyo de mano/s, voltereta, sin soporte de mano/s – aéreo), giro (hacia adelante o hacia atrás), etc.

No se permite más de una rotación completa (360°) en el aire. Los gimnastas pueden iniciar el elemento con un pie, con ambos pies, de pie, plié o con un round-off. En caso de que un elemento se inicie a partir de un round-off, se considerará como un (1) movimiento acrobático. Los gimnastas deben terminar el elemento con un pie o con ambos pies.

c) Elementos pre-acrobáticos

Todos los elementos pre-acrobáticos en los que el cuerpo de la gimnasta no gira sobre o en su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas)– como por ejemplo salto mortal (hacia adelante o hacia atrás) con o sin tiempo en el aire, rueda con apoyo en varias partes del cuerpo (pecho, codos u hombros), giro de hombros (transición del pecho a los omóplatos o viceversa), rotaciones laterales pasando por un puente (todos los tipos), etc.

d) Parada en varias partes del cuerpo.

Todo tipo de soportes en diversas partes del cuerpo con mantenimiento claro y fijo en posición vertical durante el elemento (sobre manos, soporte de hombros, soporte de pecho, soporte de codos, puente, etc.).

El momento de parada fijo debe ser claramente visible pero no debe durar más de dos (2) segundos. No está permitido detenerse sobre la cabeza. Las posiciones en varias partes del cuerpo no deben formar parte de las posiciones inicial y final. Doblar la columna lumbar durante el elemento resultará en una deducción EXE.

e) Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos que pasan a posiciones detenidas en varias partes del cuerpo y viceversa.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos sin tiempo en el aire, pasando a cualquier tipo de posición en varias partes del cuerpo con parada clara y fija en la posición vertical durante el elemento o viceversa, como un salto mortal hacia atrás, transición a parada de manos, etc.

El momento fijo debe ser claramente visible pero no debe durar más de dos (2) segundos. No está permitido detenerse sobre la cabeza. Las posiciones en varias partes del cuerpo no deben formar parte de las posiciones inicial y final. Doblar la columna lumbar durante el elemento resultará en una deducción EXE.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos que no cumplan con los requisitos necesarios y no estén en la lista de “Ejemplos de elementos acrobáticos y pre-acrobáticos” serán considerados movimientos prohibidos y darán lugar a una penalización VA-A. Dichos elementos tampoco se computarán como elementos con valor técnico.

Penalizaciones por elementos acrobáticos y preacrobáticos:

A propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- elemento acrobático o pre-acrobático prohibido: -0,5 / cada vez / cada elemento

Tabla de valores: Ejemplos de elementos acrobáticos y preacrobáticos.

Nivel de elemento:	Tipo de elemento:	Valor:
A	Salto mortal con/sin tiempo de suspensión hacia adelante, hacia atrás	0,1
	Posición de parada sobre varias partes del cuerpo (mano, hombro, pecho, codo, puente, etc.)	
	Rotaciones laterales pasando por un puente (todos los tipos)	
B	Rueda/Paloma sin fase aérea (todos los tipos)	0,2
	Pescadilla sobre pecho (todos los tipos)	
	Rueda con apoyo en varias partes del cuerpo (pecho, codos u hombros)	
	Pescadilla sobre hombros (transición del pecho a los omóplatos o viceversa)	
C	Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos sin tiempo de suspensión, transición a cualquier tipo de posición en varias partes del cuerpo con parada clara y fija en la posición vertical durante el elemento o viceversa (como salto mortal hacia atrás, transición a posición de manos, posición de hombros a salto mortal; adelante, etc.)	0,3
	Rueda y voltereta con fase aérea (handspring, aéreo)	
	Mortal (hacia adelante o hacia atrás)	

Si las dificultades realizadas **simultáneamente** son de diferentes niveles, el nivel de dificultad está determinado por el valor del nivel de dificultad inferior.

(Con un máximo de 2 tipos diferentes de elementos acrobáticos y/o pre-acrobáticos durante un elemento acrobático y/o pre-acrobático)

Se permiten otros elementos acrobáticos y pre-acrobáticos no enumerados en la tabla "Ejemplos de elementos acrobáticos y pre-acrobáticos" pero que cumplan los requisitos necesarios.

Los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos no se computarán como dificultad cuando se cometan los siguientes errores:

- elemento prohibido (elemento no realizado de acuerdo con las reglas),
- El elemento acrobático/pre-acrobático de nivel C tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- El elemento acrobático/pre-acrobático de nivel B tiene 0,6 o más puntos de errores EXE,
- El elemento acrobático/pre-acrobático de nivel A tiene 0,4 o más puntos de errores EXE,
- caída total de gimnasta(s).

Reducción del nivel de dificultad:

En algunos casos, se reduce el nivel de dificultad:

- Si el elemento acrobático/pre-acrobático de nivel C tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como un elemento acrobático/pre-acrobático de nivel B.
- Si el elemento acrobático/pre-acrobático de nivel B tiene entre 0,4 y 0,5 puntos de errores EXE, se contará como un elemento acrobático/pre-acrobático de nivel A.

2.1.6. Elementos de elevación

La composición debe contener un (1) elemento de elevación.

Una elevación es un elemento colaborativo en el que los gimnastas elevados pierden contacto con el suelo y tienen su cuerpo completamente apoyado sobre otro/s gimnasta/s. El gimnasta elevado debe estar activo (tiene que ayudar con su propia fuerza durante la elevación).

Por razones de seguridad, no está permitido que un gimnasta masculino sea levantado (para perder contacto con el suelo y tener su cuerpo completamente sostenido por los otros gimnastas) por una sola gimnasta femenina y/o de otro género.

La composición puede incluir elevaciones, pirámides o colaboraciones diversas que deberán realizarse:

- teniendo en cuenta la capacidad y destreza de los gimnastas (aspectos saludables),
- con una buena técnica (control muscular, fluidez, etc.),
- con una conexión lógica al programa.

Elevaciones, pirámides y colaboraciones deben ser estéticos y no deben ser abusivos en la composición.

Todo el equipo debe participar ya sea mediante contacto físico o pasando por encima, por debajo o a través de un gimnasta/gimnastas en algún momento de la "acción principal" del elemento de elevación (desde el despegue hasta el aterrizaje). Al menos un gimnasta debe perder contacto con el suelo y que sea elevado por otras gimnastas.

Está permitido realizar los elementos de elevación en subgrupos. Debe haber al menos 4 gimnastas en cada subgrupo. En caso de que este elemento se realice en los subgrupos, los elementos de elevación deberán ser totalmente idénticos para todos los subgrupos. Debe haber un número idéntico de gimnastas en cada subgrupo.

Las elevaciones deben realizarse teniendo en cuenta la capacidad y las habilidades de los gimnastas (aspectos saludables). Durante una elevación, el gimnasta elevado puede pasar la línea vertical en posición invertida pero no debe detenerse en esa posición. Un gimnasta no debe levantar más que el peso

de otro gimnasta al mismo tiempo. La altura del elemento de elevación no puede ser superior a la altura de dos gimnastas y no más de tres niveles, incluidos los gimnastas de soporte.

Elementos de elevación prohibidos:

Quedan prohibidos en cualquier parte de la composición los siguientes elementos de elevación, pirámides y colaboraciones:

- tener un gimnasta levantando el peso de más de otro gimnasta al mismo tiempo,
- realizar una elevación o una pirámide que sea superior a la altura de dos gimnastas y no más de tres niveles, incluidos los gimnastas que realizan la elevación,
- un elemento acrobático con fase aérea realizado por un gimnasta elevado durante un elemento de elevación,
- tener un gimnasta masculino siendo levantado por una sola gimnasta femenina y/o de otro género
- Rotación vertical con fase aérea durante un elemento de elevación.

Penalizaciones por elementos de elevación:

A propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- elemento de elevación prohibido: -0,5 / cada vez / cada elemento

Tabla de valores: Ejemplos de elementos de elevación

Nivel de elemento:	Categoría	Valor básico:
A	Elementos de elevación realizados por debajo del nivel de los hombros del gimnasta de soporte.	0,1
B	Elementos de elevación realizados por encima* del nivel de los hombros del gimnasta de soporte. <i>* Todo el cuerpo del gimnasta levantado debe estar elevado por encima del nivel de los hombros del gimnasta de soporte.</i>	0,2

2.1.6.1. Criterios adicionales para los elementos de elevación:

El valor de un elemento de elevación se puede aumentar cumpliendo los siguientes criterios adicionales:

Criterios adicionales:	Valor :
Rotación de gimnasta/s durante un elemento de elevación.	+ 0,1
Desplazamiento durante un elemento de elevación	+ 0,1
Impulso (tiempo de suspensión) de gimnasta/s durante un elemento de elevación	+ 0,1
Cambiar de una forma a otra durante un elemento de elevación	+ 0,1

Si un equipo realiza con éxito un criterio adicional al nivel básico de un elemento de elevación, el valor básico de un elemento de elevación se incrementará en +0,1 puntos cada vez por cada criterio adicional realizado con éxito.

El número de criterios adicionales que se permiten realizar durante un elemento de elevación no está limitado.

Los criterios adicionales se pueden realizar durante la fase inicial, durante o final de la elevación.

Rotación de gimnasta/s durante un elemento de elevación (+ 0,1):

Los gimnastas rotan sobre su eje vertical u horizontal durante un elemento de elevación. Se debe realizar al menos una vuelta completa de 360° durante la fase inicial, principal y/o final de la elevación.

Durante un elemento de elevación, los gimnastas pueden rotar con la ayuda de otros gimnastas o solos (en el aire). Sin embargo, no está permitido realizar una rotación vertical con tiempo de suspensión durante un elemento de elevación. Dichos elementos serán considerados movimientos prohibidos y darán lugar a una penalización VA-A. Dichos elementos tampoco se computarán como elementos con valor técnico.

Desplazamiento durante un elemento de elevación (+ 0,1):

El gimnasta elevado es transportado a una distancia de al menos 1,5 m desde la fase inicial hasta la fase final de un elemento de elevación.

Impulso (tiempo de vuelo) de gimnasta/s durante un elemento de elevación (+ 0,1):

Gimnasta elevado es liberado al aire por el gimnasta elevador. La liberación debe ser claramente visible y tanto el gimnasta elevado como el levantador deben estar activos (deben ayudar con su propia fuerza durante el elemento de elevación).

Pasar de una forma a otra durante un elemento de elevación (+ 0,1):

Los gimnastas elevados deben cambiar de una forma a otra durante la fase inicial, principal y/o final de un elemento de elevación. Se requieren al menos dos (2) posiciones diferentes del tronco del gimnasta levantado (por ejemplo, de pie, sentado, acostado, inclinado, etc.).

Valor total de los elementos de elevación y colaboración:

Nivel	Criterios adicionales		Valor		Valor		Valor total
A		=	0,1			=	0,1
	+ un (1) criterio		0,1	+	0,1	=	0,2
	+ dos (2) criterios		0,1	+	0,2	=	0,3
	+ tres (3) criterios		0,1	+	0,3	=	0,4
	+ cuatro (4) criterios		0,1	+	0,4	=	0,5
B		=	0,2			=	0,2
	+ un (1) criterio		0,2	+	0,1	=	0,3
	+ dos (2) criterios		0,2	+	0,2	=	0,4
	+ tres (3) criterios		0,2	+	0,3	=	0,5
	+ cuatro (4) criterios		0,2	+	0,4	=	0,6

Los elementos de elevación no se computarán como dificultad cuando se cometan los siguientes errores:

- elemento prohibido (elemento realizado no de acuerdo con las reglas),
- realizado con errores EXE importantes (errores de -0,3 puntos y más),
- caída total de gimnasta(s).

2.2. ELEMENTOS TÉCNICOS Y EVALUACIÓN DEL VALOR TÉCNICO (TV)

2.2.1. Elementos técnicos

Cada gimnasta de un equipo debe realizar los Elementos Técnicos con buena calidad, o los elementos no serán considerados como dificultades para el Valor Técnico. Si uno (1) o más gimnastas no muestran exitosamente el Elemento Técnico, el elemento no otorgará puntos.

Los Elementos Técnicos deben ejecutarse al mismo tiempo, en canon o en un breve período de tiempo. Los Elementos Técnicos repetidos de forma idéntica varias veces en un programa se contabilizarán solo una vez.

Las ondas y swings obligatorios pueden incluirse en Series de Movimientos Corporales o en Series Combinadas.

Los elementos pre-acrobáticos requeridos podrán incluirse en Series de Movimiento Corporal o Series Combinadas.

Los elementos acrobáticos requeridos no deben incluirse en Series de Movimiento Corporal o Series Combinadas.

TOTAL
VALOR TÉCNICO:
MAX. 10.0 PUNTOS

<p style="text-align: center;">Equilibrios Max. 1.0</p> <p>1 equilibrio aislado (A, B o C) A – 0.1 B – 0.2 C – 0.3</p> <p style="text-align: center;">max. 0.3</p> <p>1 serie de equilibrios</p> <p>A-serie = 0.2 (A+A) C-serie = 0.3 (A+B/B+A) D-serie = 0.4 (B+B/A+C/C+A) E-serie = 0.5 (B+C/C+B) F-serie = 0.7 (C+C)</p>	<p style="text-align: center;">Salto Max. 1.0</p> <p>1 salto (A, B o C) A – 0.1 B – 0.2 C – 0.3</p> <p style="text-align: center;">máx. 0.3</p> <p>1 serie de saltos</p> <p>A-serie = 0.2 (A+A) C-serie = 0.3 (A+B/B+A) D-serie = 0.4 (B+B/A+C/C+A) E-serie = 0.5 (B+C/C+B) F-serie = 0.7 (C+C)</p>	<p style="text-align: center;">Movimientos corporales totales y Series de MC Max. 3.2</p> <p>2 diferentes ondas totales (0.3 cada una)</p> <p style="text-align: center;">max. 0.6</p> <p>2 diferentes swings totales (0.3 cada uno)</p> <p style="text-align: center;">Max. 0.6</p> <p>4 series de MC A-MC serie (2MC) – 0.3 B-MC serie (3MC) – 0.4 C-MC series(4MC) – 0.5</p>
<p style="text-align: center;">Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos Max. 0.6</p> <p>2 elementos acrobáticos o pre-acrobáticos (A, B o C) A – 0.1 B – 0.2 C – 0.3</p> <p style="text-align: center;">Max. 0.6</p>	<p style="text-align: center;">Elementos de elevación Max. 0.6</p> <p>1 elemento (A o B) A – 0.1 B – 0.2</p> <p>+ Criterios adicionales: 0.0 – 0.4</p> <p style="text-align: center;">Max. 0.6</p>	<p style="text-align: center;">Series Combinadas Max. 3.6</p> <p><u>4 diferentes dificultades de valor más elevado</u></p> <p>(Valor de cada Serie Combinada es 0.2-0.7/0.9)</p> <p>Equilibrio + MCS MCS + Equilibrio Salto + MCS MCS + Salto Equilibrio + Salto (o viceversa)</p>

2.2.2. Evaluación del Valor Técnico

El Panel de VT evalúa los Elementos Técnicos de la composición y cuenta su valor.

Todos los jueces de la competición deberán dar su puntuación de forma independiente y deberán proceder de la siguiente manera:

1. marcar todos los elementos técnicos de todo el programa antes de empezar a contar las dificultades
2. Contabilizar el número de elementos requeridos realizados por el equipo mientras presta atención al nivel más alto de dificultad.
 - El cálculo debe comenzar teniendo en cuenta primero las series combinadas. Después no se aplica ningún orden particular :
 - o serie de equilibrio y equilibrio,
 - o series de salto/salto y salto/salto,
 - o serie de movimientos corporales,
 - o ondas y swings totales del cuerpo,
 - o elementos acrobáticos y pre-acrobáticos,
 - o Elementos de elevación.
3. calcular la puntuación final



3. VALOR ARTÍSTICO

El Valor Artístico (VA) se compone de:

Valor artístico (VA) Máx. 10,0	
<p style="text-align: center;">Calidad artística (VA-A) Máx. 5.0</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calidad GEG 2.0 ● Estructura 2.0 ● Expresión y música 1.0 	<p style="text-align: center;">Elementos artísticos (VA-B) Max 5.0</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Elementos de dificultad 3.0 ● Elementos de colaboración 1.4 ● Elementos de originalidad 0.6

3.1. CALIDAD ARTÍSTICA

La calidad artística (VA-A) se compone de:

Calidad artística (VA-A) Máx. 5.0		
<p style="text-align: center;">Calidad GEG Máx. 2.0</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Técnica GEG 0.5 ● Fluidez al enlazar movimientos y series de movimientos 0,5 ● Continuidad 1.0 	<p style="text-align: center;">Estructura Máximo 2.0</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Unidad 0.2 ● Variedad de la composición: <ul style="list-style-type: none"> - Direcciones, planos y niveles 0.3 - Uso del espacio y formaciones 0,5 - Transiciones 0.3 - Movimientos corporales 0.1 - Equilibrios 0,1 - Saltos 0,1 ● Tempo y dinámica 0.4 	<p style="text-align: center;">Expresión y música Max 1.0</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Carácter y estilo de la composición 0,2 ● Lenguaje corporal expresivo 0,2 ● Música 0.6
Penalizaciones		

3.1.1. Calidad GEG

3.1.1.1. Técnica GEG (0,5)

La filosofía de la Gimnasia Estética de Grupo se basa en movimientos armoniosos, rítmicos y dinámicos realizados con un uso natural de la energía y la fuerza, mostrando continuidad y fluidez. La Gimnasia Estética en Grupo se compone de movimientos estilizados y naturales de todo el cuerpo donde las caderas forman el centro de movimiento básico.

La composición debe realizarse utilizando la **técnica de movimiento corporal total** que sigue la filosofía GEG. *Técnica GEG: ver apéndice.*

Los movimientos corporales y series de movimientos corporales con la técnica GEG deben ser predominantes en la composición.

Deducciones de la técnica GEG:

La composición no muestra la técnica de movimiento corporal total:

- durante algunas partes del programa -0,3
- durante todo el programa -0,5

3.1.1.2. Fluidez en la unión de movimientos y series de movimientos (0,5)

Los movimientos y series de movimientos deben vincularse de forma fluida y natural. Los movimientos deben estar unidos de manera que el flujo de los movimientos continúe de un movimiento a otro como si fuera creado por el movimiento anterior, subrayando la continuidad.

La composición debe mostrar elementos y series de elementos sin que éstos aparezcan como partes separadas.

Deducciones por falta de fluidez entre movimientos y series de movimientos:

Los movimientos y series de movimientos no se vinculan de forma fluida y natural con los movimientos anteriores o siguientes:

- durante algunas partes del programa -0,3
- durante todo el programa -0,5

3.1.1.3. Continuidad (1.0)

La composición debe mostrar continuidad desde el inicio del programa hasta el final del programa. Cualquier parte de la composición que perturbe o rompa la continuidad del programa dará lugar a una deducción de continuidad.

Pre/acrobáticos mal conectados o realizados con conexión deficiente o ilógica con el resto de elementos (por ejemplo, carrera ordinaria), posición vertical invertida fija de la línea cabeza-hombros-caderas durante los elementos cuando está mantenida durante más de 2 segundos, etc.

Deducciones por continuidad:

- conexiones ilógicas en el programa -0,1 / cada vez
- gimnasta en estatismo durante el programa -0,1 / cada vez

Nota: ¡La deducción máxima por “Continuidad” es 1,0!

3.1.2. Estructura

3.1.2.1. Unidad (0,2)

La composición debe formar una unidad total desde el inicio del programa hasta el final del mismo, aunque la composición sea variada. Las distintas partes de la composición no podrán aparecer como partes separadas. No se permiten rupturas en la estructura y el estilo de la composición. La trama de la composición no debe romperse.

Diferentes tipos de solos o cánones aportan matices a la composición, pero no se deben abusar de ellos. Debe predominar la buena sincronización y una técnica similar y el desempeño en equipo.

Deducciones por falta de unidad:

La composición no forma una unidad total:

- durante algunas partes del programa -0,1
- durante todo el programa -0,2

3.1.2.2. Variedad de la composición (1.4)

La estructura de toda la composición debe ser versátil y variada. Esto incluye variedad de composición, variedad de direcciones, planos y niveles, variedad de uso del espacio y formaciones, variedad de desplazamientos y variedad de movimientos corporales, equilibrios y saltos.

La composición general debe ser variada. El uso de los diferentes grupos de movimientos (movimientos corporales, equilibrios y saltos) debe ser variado y debe estar en armonía y equilibrio durante la composición.

3.1.2.2.1. Variedad en direcciones, planos y niveles (0,3)

La composición debe realizarse usando diferentes direcciones (adelante, atrás, lateral, diagonal, oblicua) y diferentes planos y niveles (nivel bajo: por ejemplo, en el suelo; nivel alto: por ejemplo, en posición de pie con el cuerpo elevado, o en el aire como saltos y saltitos; y nivel medio: entre niveles bajos y altos (por ejemplo, de rodillas o con las piernas dobladas y el cuerpo inclinado).

Todo el equipo deberá mostrar movimientos y series en cada nivel durante el programa. Todo el equipo debe mostrar diferentes direcciones al mismo tiempo así como diferentes planos y niveles al mismo tiempo. La misma dirección, plano o nivel puede durar **máx. 10 segundos cada vez** y luego debe cambiarse inmediatamente.

Deducciones por falta de variedad en planos, direcciones y niveles:

Permanecer demasiado tiempo (más de 10 segundos) en una dirección, plano o nivel	-0,1 / cada vez
No mostrar todos los criterios requeridos (dirección, plano y nivel)	-0,1 / cada vez

Nota: ¡La deducción máxima por “Variedad en direcciones, planos y niveles” es 0,3!

3.1.2.2.2. Variedad en el uso del área de competición y formaciones (0,5)

El equipo debe utilizar todas las áreas de la moqueta de competición. Las formaciones deben variar en tamaño y ubicación en el área de competición. Durante el programa el equipo debe mostrar un mínimo de **6 formaciones** que sean diferentes en forma. Las formaciones que difieran solo en tamaño o dirección no se considerarán formaciones diferentes.

La misma formación y/o la misma ubicación de la formación en el área de competición no deben usarse en exceso (= usarse más de **tres veces**) durante el programa. El mismo lugar en el área de competición y/o la misma formación pueden durar **máx. 10 segundos a la vez** y luego se debe cambiar inmediatamente.

Variedad en el uso del área de competición y deducciones por formaciones :

- Permanecer demasiado tiempo (más de 10 segundos) en la misma formación y/o ubicación -0,1 / cada vez
- La misma formación y/o ubicación de la formación se utiliza en exceso (se usa más de tres veces) -0,1 / cada vez
- Algunas partes del área de competición no se utilizan -0,1
- Menos de 6 formaciones diferentes -0,1

Nota: ¡La deducción máxima por “Variedad en el uso del área de competición y formaciones” es 0,5!

3.1.2.2.3. Variedad en los desplazamientos (0,3)

El cambio de ubicación en la zona de competición debe ser fluido y tener un motivo lógico. Se puede realizar el desplazamiento, por ejemplo, dando pasos, rodando o saltando. Se debe demostrar una buena técnica y utilizar diferentes estilos o tipos de desplazamiento.

Si el desplazamiento se realiza con pasos, la conexión entre ellos no debe incluir carreras ordinarias ni paradas con un estilo inconsistente y las paradas de conexión no deben usarse en exceso. No se debe abusar del mismo modo de desplazamiento (= usarlo más de **tres veces**) durante el programa.

Deducciones por Variedad en desplazamiento:

- desplazarse sin motivo lógico (cambio de lugar ilógico) -0,1 / cada vez
- Se utiliza en exceso la misma forma de desplazamiento (se usa más de tres veces) -0,1 / cada vez

Nota: ¡La deducción máxima por “Variedad en desplazamientos” es 0,3!

3.1.2.2.4. Variedad de movimientos corporales (0,1)

La composición debe contener diferentes movimientos corporales, series de movimientos corporales y diferentes tipos de movimientos. No se debe abusar de movimientos corporales o tipos de movimientos similares.

La variedad debe demostrarse mediante:

- realizar todos los movimientos corporales fundamentales, con formas variadas de movimientos corporales,
- mostrando movimientos en diferentes planos o niveles o con diferente dinámica o tempo,
- con y sin desplazamiento.

Deducciones por falta de Variedad en movimientos corporales:

- No cumplir todos los criterios requeridos -0,1
- Se utilizan en exceso movimientos corporales similares -0,1

Nota: ¡La deducción máxima por “Variedad de movimientos corporales” es 0,1!

3.1.2.2.5. Variedad de equilibrios (0,1)

La composición debe tener un mínimo de 3 tipos diferentes de equilibrios.

La variedad debe demostrarse mediante:

- equilibrios estáticos versus dinámicos: al menos un pivote,
- diferentes direcciones de la pierna libre: adelante, lateral y atrás (se deben mostrar todas),
- diferentes formas, por ejemplo, con y sin apoyo de las manos, con o sin movimiento corporal, con piernas estiradas o dobladas, en diferentes planos, etc.

Deducciones por Variedad de equilibrios:

- No cumplir todos los criterios requeridos -0,1

3.1.2.2.6. Variedad de saltos (0,1)

La composición debe tener un mínimo de 3 tipos diferentes de saltos.

La variedad debe demostrarse mediante:

- diferentes despegues: se debe mostrar tanto el salto como la técnica del salto
- diferentes direcciones: con giro o movimiento sencillo
- diferentes formas: con o sin movimiento corporal, con piernas estiradas o pierna(s) doblada(s)

Nota: El mismo movimiento corporal (por ejemplo, flexión hacia atrás) durante el salto se puede repetir como máximo ¡Tres (3) veces!

NOTA:

Si una parte del equipo realiza, por ejemplo, un salto zancada y la otra parte realiza un salto zancada con una flexión hacia atrás, se **cuenta** como uno de los movimientos corporales permitidos para repetir.

Deducciones por falta de variedad de saltos:

- No cumplir todos los criterios requeridos -0,1
- El mismo movimiento corporal durante el salto se utiliza más de 3 veces -0,1

Nota: ¡La deducción máxima por “Variedad de saltos” es 0,1!

3.1.2.3. Tempo y dinámica (0,4)

Partes rápidas y lentas de la composición.

La variación en el tempo de la composición debe ser clara. La estructura de la composición debe tener al menos **una parte claramente rápida** y al menos **una parte claramente lenta**, y los gimnastas deben poder actuar en diferentes tempos durante el programa.

Partes fuertes y suaves de la composición.

La composición debe ser dinámica. La estructura de la composición debe tener al menos **una parte claramente fuerte** y al menos **una parte claramente suave**, y los gimnastas deben ser capaces de realizar diferentes dinámicas durante el programa.

Deducciones de tempo y dinámica:

- | | | |
|---------------------------------------|---------------|------|
| ○ Falta al menos una parte claramente | <u>rápida</u> | -0,1 |
| ○ Falta al menos una parte claramente | <u>lenta</u> | -0,1 |
| ○ Falta al menos una parte claramente | <u>fuerte</u> | -0,1 |
| ○ Falta al menos una parte claramente | <u>suave</u> | -0,1 |

3.1.3. Expresión y música

3.1.3.1. Carácter y estilo de la composición (0,2)

La composición debe tener un carácter y un estilo claramente definidos. El carácter y el estilo deben transmitirse a lo largo de toda la composición. La idea y atmósfera de la composición deben formar una unidad consistente, mostrando el carácter y estilo de la composición.

Deducciones por carácter y estilo de la composición:

El carácter y estilo de la composición no está desarrollado:

- | | |
|---------------------------------------|-------|
| ○ Durante algunas partes del programa | -0,1 |
| ○ Durante todo el programa | - 0,2 |

3.1.3.2. Lenguaje corporal expresivo (0,2)

La composición debe ser expresiva, y la expresividad debe mostrarse en los movimientos durante todo el programa. La idea y la expresividad de la composición deben formar una unidad consistente en toda la composición. La expresión debe desarrollarse a través de movimientos y series de movimientos, no a través de expresiones separadas y forzadas.

La composición debe mostrar atractivo estético; esto se puede ver en los movimientos y en el estilo de las expresiones gimnásticas. El lenguaje corporal expresivo debe ser apropiado para la categoría de edad de los gimnastas, el nivel de habilidad del equipo y la capacidad del equipo para expresar el estilo. La expresión debe adaptarse al estilo y parecer natural. Las expresiones faciales demasiado dramáticas no se consideran naturales ni apropiadas para GEG.

Deducciones del lenguaje corporal expresivo:

El lenguaje corporal no es expresivo y/o apropiado para GEG:

- | | |
|---------------------------------------|-------|
| ○ Durante algunas partes del programa | - 0.1 |
| ○ Durante todo el programa | - 0,2 |

3.1.3.3. Música (0,6)

La música debe corresponder a la idea y expresión de la composición. En la composición deben encajar los movimientos, el estilo y el ritmo de la música. Los movimientos de las gimnastas deben formar una unidad con la música, y si el tempo o la atmósfera de la música cambia, esto debe reflejarse en la composición y ejecución.

La composición debe complementar la estructura de la música, por ejemplo utilizando los acentos de la música y su melodía. Además, en la composición debe mostrarse el uso del ritmo y la melodía, así como los diferentes matices y efectos de la música. No se permite música de fondo monótona.

La música de la composición debe variar en tempo y dinámica. La música debe tener al menos **una parte rápida**, al menos **una parte lenta**, al menos **una parte fuerte** y al menos **una parte suave**.

La temática, el estilo y el nivel de dificultad de la música deben ser adecuados a la categoría de edad de los gimnastas. El equipo debe demostrar la capacidad de expresar la música elegida.

La música debe formar una unidad. Si la música está compuesta por diferentes piezas musicales, los diferentes temas y modos deben estar vinculados entre sí, y su convivencia debe tener la máxima unidad posible. No se permiten espacios en la música ni mala conexión entre dos temas musicales. La edición de la música debe ser de buena calidad.

La música puede contener efectos de sonido adicionales, pero no deben resultar irritantes ni desconectados. La música no debe terminar interrumpiéndose bruscamente. La música no debe terminar antes ni después del último movimiento de las gimnastas.

Deducciones por música:

- La música no apoya la composición (música de fondo):
 - durante algunas partes del programa -0,1
 - durante todo el programa -0,2
- La música no es variable: -0,1
- La música no es apropiada para el equipo (habilidades, edad, etc.): -0,1
- La música se detiene antes o después del último movimiento -0,1
- Música desconectada (combinación ilógica de música, música mal enlazada, efectos adicionales desconectados, música que terminó abruptamente, etc.) -0,1 / cada vez

Nota: ¡La deducción máxima por “Música” es 0,6!

3.1.4. Penalizaciones

3.1.4.1. Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos.

La composición deberá contener dos (2) elementos acrobáticos o pre-acrobáticos diferentes.

Los elementos acrobáticos son movimientos en los que el cuerpo del gimnasta gira sobre o en su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de mano(s), codo(s), cabeza o en el aire.

Los elementos pre-acrobáticos son movimientos en los que el cuerpo de la gimnasta no gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de mano(s), codo(s), cabeza o en el aire.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos deben realizarse con fluidez y teniendo en cuenta la agilidad y habilidades de los gimnastas, técnica correcta y deben integrarse de forma natural en la composición.

Los elementos pre-acrobáticos requeridos podrán incluirse en Series de Movimientos Corporales o Series Combinadas.

Los elementos acrobáticos requeridos no deben incluirse en Series de Movimientos Corporales o Series Combinadas.

Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos permitidos:

a) Elementos acrobáticos sin fase aérea

Todos los elementos acrobáticos sin tiempo en el aire en los que el cuerpo del gimnasta gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo con apoyo de la(s) mano(s), el(los) codo(s) o la cabeza, como la voltereta (todos los tipos), rueda (todos los tipos), sardina (todos los tipos), etc.

b) Elementos acrobáticos con fase aérea.

Todos los elementos acrobáticos con tiempo en el aire en los que el cuerpo del gimnasta gira sobre su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) boca abajo en el aire, como rueda y voltereta con tiempo en el aire (con apoyo de mano/s, voltereta, sin soporte de mano/s – aéreo), mortal (hacia adelante o hacia atrás), etc.

No se permite más de una rotación completa (360°) en el aire. Los gimnastas pueden iniciar el elemento con un pie, con ambos pies, de pie, plié o con un round-off. En caso de que un elemento se inicie a partir de un round-off, se considerará como un (1) movimiento acrobático. Los gimnastas deben terminar el elemento sobre uno o ambos pies.

c) Elementos pre-acrobáticos

Todos los elementos pre-acrobáticos en los que el cuerpo del gimnasta no gira sobre o en su posición vertical (línea cabeza-hombros-caderas) – como por ejemplo salto mortal (hacia adelante o hacia atrás) con o sin tiempo en aire, rueda con apoyo en varias partes del cuerpo (pecho, codos u hombros), giro de hombros (transición del pecho a los omóplatos o viceversa), rotaciones laterales pasando por un puente (todos los tipos), etc.

d) Se detiene en apoyo sobre diferentes partes del cuerpo.

Todo tipo de soportes en diversas partes del cuerpo con parada clara y fija en posición vertical durante el elemento (pino de manos, soporte de hombros, soporte de pecho, soporte de codos, puente, etc.).

El momento fijo debe ser claramente visible pero no debe durar más de dos (2) segundos. No está permitido detenerse sobre la cabeza. Las posiciones en varias partes del cuerpo no deben formar parte de las posiciones inicial y final. Doblar la columna lumbar durante el elemento resultará en una deducción EXE.

e) Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos que pasan a posiciones en varias partes del cuerpo y viceversa.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos sin tiempo en aire, pasando a cualquier tipo de posición en varias partes del cuerpo con parada clara y fija en la posición vertical durante el elemento o viceversa, como un salto mortal hacia atrás, transición a pino de manos, etc.

El momento de parada fija debe ser claramente visible pero no debe durar más de dos (2) segundos. No está permitido detenerse sobre la cabeza. Las posiciones en varias partes del cuerpo no deben formar parte de las posiciones inicial y final. Doblar la columna lumbar durante el elemento resultará en una deducción EXE.

Todos los elementos acrobáticos y pre-acrobáticos que no cumplan con los requisitos necesarios y no estén reflejados en la lista “Ejemplos de elementos acrobáticos y pre-acrobáticos” serán considerados movimientos prohibidos y darán lugar a una penalización VA-A. Dichos elementos tampoco se computarán como elementos con valor técnico.

Penalizaciones por elementos acrobáticos y pre-acrobáticos:

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- elemento acrobático o pre-acrobático prohibido: -0,5 / cada vez / cada elemento

3.1.4.2. Elementos de elevación

Una elevación es un elemento colaborativo en el que gimnasta/s pierden contacto con el suelo y tienen su cuerpo completamente apoyado por otros gimnastas. El gimnasta elevado debe estar activo (tiene que ayudar con su propia fuerza durante la elevación).

Por razones de seguridad, no está permitido que un gimnasta masculino sea levantado (para perder contacto con el suelo y tener su cuerpo completamente sostenido por los otros gimnastas) por una sola gimnasta femenina y/o de otro género.

La composición puede incluir elevaciones, pirámides o colaboraciones diversas que deberán realizarse:

- teniendo en cuenta la capacidad y destreza de los gimnastas (aspectos saludables),
- con una buena técnica (control muscular, fluidez, etc.),
- con una conexión lógica al programa.

Elevaciones, pirámides y colaboraciones deben ser estéticos y no deben abusarse en la composición.

Todo el equipo debe participar ya sea mediante contacto físico o pasando por encima, por debajo o a través de un gimnasta/s en algún momento de la “acción principal” del elemento de elevación (desde el despegue hasta el aterrizaje). Al menos un gimnasta debe perder contacto con el suelo y ser elevado por otros gimnastas.

Está permitido realizar los elementos de elevación en subgrupos. Debe haber al menos 4 gimnastas en cada subgrupo. En caso de que este elemento se realice en los subgrupos, los elementos de elevación deberán ser totalmente idénticos para todos los subgrupos. Debe haber un número idéntico de gimnastas en cada subgrupo.

Las elevaciones deben realizarse teniendo en cuenta la capacidad y las habilidades de los gimnastas (aspectos saludables). Durante una elevación, el gimnasta elevado puede pasar sobre la línea vertical en una posición invertida pero no debe detenerse en esa posición. Un gimnasta no debe levantar más que el peso de otro gimnasta al mismo tiempo. La altura del elemento no puede ser superior a la altura de dos gimnastas y no más de tres niveles, incluidos los gimnastas de soporte.

Elementos de elevación prohibidos:

Quedan prohibidos en cualquier parte de la composición los siguientes elementos de elevación, pirámides y colaboraciones:

- tener un gimnasta levantando el peso de más de otro gimnasta al mismo tiempo,
- realizar un levantamiento o una pirámide que sea superior a la altura de dos gimnastas y no más de tres niveles, incluidos los gimnastas de soporte,
- un elemento acrobático con tiempo en el aire realizado por un gimnasta elevado durante una elevación,
- tener un gimnasta masculino siendo levantado por una sola gimnasta femenina y/o de otro género
- Rotación vertical con tiempo en el aire durante un elemento de elevación.

Penalizaciones por elementos de elevación:

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- elemento de elevación prohibido: -0,5 / cada vez / cada elemento

3.1.4.3. Religión, nacionalidad e insultos políticos.

La música, composición y vestimenta de competición deben ser estéticas y no deben herir ni insultar a personas ni expresar ninguna religión, nacionalidad u opinión política.

Penalización por religión, nacionalidad e insultos políticos:

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- Religión/nacionalidad/insulto político: -0,3

Nota: ¡La penalización máxima por “Religión, nacionalidad e insultos políticos” es 0,3!

3.1.4.4. Entrada del equipo

Ver Generalidades: La duración del programa de competición.

Entrada del equipo al tapiz de competición:

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- Entrada del equipo está acompañada de música o movimientos adicionales.
o tarda demasiado: -0,3

3.1.4.5. Sonido extra hecho por gimnasta/s

Ver Generalidades: Disciplina de gimnastas y entrenadoras

Sonido extra hecho por gimnasta/s

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- Durante la composición, la gimnasta emite una señal o sonido vocal:

-0,1

3.1.4.6. Vestimenta, peinado y maquillaje no conforme a la normativa.

Ver Generalidades: Vestimenta, peinado y maquillaje de las gimnastas.

Faltas de vestimenta, peinado y maquillaje:

a propuesta de la mayoría de los jueces de la VA-A

- Vestimenta no conforme a la normativa:
 - para una gimnasta -0,1
 - para dos o más gimnastas -0,2

- Cabello no conforme a la normativa:
 - para una gimnasta -0,1
 - para dos o más gimnastas -0,2

- Peinado destruido durante el programa:
 - cada gimnasta / cada vez -0,1/ cada peinado destruido

- Maquillaje no conforme a la normativa:
 - para una gimnasta -0,1
 - para dos o más gimnastas -0,2

Penalización impuesta por el juez principal VA-A (previa propuesta de los jueces de línea)

- Objetos perdidos (adornos para el cabello, punteras, etc.) -0,1 / cada objeto perdido

Sanción impuesta por el Juez Responsable (después de la propuesta de los jueces de línea):

- Mancha de color en el área de competición causada por tinte para el cabello -0,2 / cada mancha de color

3.1.4.7. Duración del programa de competición.

Ver Generalidades: La duración del programa de competición.

Faltas por duración del programa de competición:

Penalización impuesta por el Juez Principal VA-A (previa propuesta de los Jueces de Tiempo)

- Cada segundo completo adicional o faltante -0,1 / cada segundo

3.1.5. Evaluación de la Calidad Artística (VA-A)

- La puntuación máxima de Calidad artística (VA-A) es de 5,0 puntos.
- Durante el programa, el panel de VA-A califica el contenido del programa y cada error que se desvía de los requisitos VA-A.
- Cuando finaliza el programa, cada juez:
 - deduce los errores del valor máximo de cada requisito, utilizando la tabla de deducción VA-A,
 - cuenta los puntos para cada requisito, dando la puntuación total para el equipo,
 - si es necesario, marca una propuesta de sanciones.

3.1.6.VA-A Tabla de deducción de calidad artística

	Errores y deducciones.	valor máximo
CALIDAD GEG		2.0
técnica GEG	La composición no muestra la técnica de movimiento corporal total: -0,3 durante algunas partes del programa -0,5 durante todo el programa	0,5
Fluidez en la unión de movimientos y series de movimientos.	Los movimientos y series de movimientos no están conectados de forma fluida y natural con los movimientos anteriores o siguientes: -0,3 durante algunas partes del programa -0,5 durante todo el programa	0,5
Continuidad	Conexiones ilógicas en el programa: -0,1/cada vez Gimnasta en posición estática durante el programa: -0,1/cada vez	1.0

ESTRUCTURA		2.0
Unidad	La composición no forma una unidad total: -0,1 durante algunas partes del programa -0,2 durante todo el programa	0,2
Variedad de la composición.	<u>Variedad en direcciones, planos y niveles:</u> Permanecer demasiado tiempo (más de 10 segundos) en una dirección, plano o nivel: -0,1 / cada vez	0.3
	<u>Variedad en uso del espacio y formaciones:</u> Permanecer demasiado tiempo (más de 10 segundos) en el mismo espacio o en la misma formación:-0,1 / cada vez La misma formación y/o la misma ubicación de la formación se usan en exceso (se usan más de tres veces):-0,1 / cada vez Algunas partes del área de competición no se utilizan:-0,1 Menos de 6 formaciones diferentes :-0,1	0,5
	<u>Variedad en desplazamientos :</u> traslado sin motivo lógico (cambio de lugar ilógico): -0,1 / cada vez La misma forma de desplazamiento se usa en exceso (más de tres veces): -0,1 / cada vez	0.3
	<u>Variedad de movimientos corporales:</u> No cumplir con todos los criterios requeridos:-0,1 Se abusa de movimientos corporales similares:-0,1	0.1
	<u>Variedad de equilibrios:</u> No cumplir con todos los criterios requeridos:-0,1	0.1
	<u>Variedad de saltos:</u> No cumplir con todos los criterios requeridos:-0,1 Se abusa del mismo movimiento corporal durante el salto:-0,1	0.1
Tempo y dinámica	Falta al menos una parte claramente rápida :-0,1 Falta al menos una parte claramente lenta :-0,1 Falta al menos una parte claramente fuerte :-0,1 Falta al menos una parte claramente suave :-0,1	0,4

EXPRESIÓN Y MÚSICA		1.0
Carácter y estilo de la composición.	El carácter y estilo de la composición no están desarrollados: -0,1 durante algunas partes del programa -0,2 durante todo el programa	0,2
lenguaje corporal expresivo	El lenguaje corporal no es expresivo y/o apropiado para GEG: -0,1 durante algunas partes del programa -0,2 durante todo el programa	0,2
Música	La música no apoya la composición (música de fondo): -0,1 durante algunas partes del programa -0,2 durante todo el programa La música no es variable: -0,1 La música no es apropiada para el equipo (habilidades, edad, etc.): -0,1 La música se detiene antes o después del último movimiento: -0,1 Música desconectada (combinación ilógica de música, música mal enlazada, efectos adicionales desconectados, música finaliza abruptamente, etc.): -0,1 / cada vez	0,6
TOTAL		5.0

PENALIZACIONES (a propuesta de la mayoría de los jueces VA-A)	CADA VEZ	Máx.
Elemento pre-acrobático, elemento de elevación prohibido	-0,5 / cada elemento / elevación	sin máx.
Religión / nacionalidad / insulto político	-0,3	-0,3
Entrada del equipo	-0,3	-0,3
Sonidos adicionales hechos por gimnasta/s	-0,1 / cada vez	sin máx.
Vestimenta que no se ajusta a las normas.	-0,1 para un gimnasta -0,2 para dos o más gimnastas	-0,2
Cabello que no se ajusta a la normativa.	-0,1 para un gimnasta -0,2 para dos o más gimnastas	-0,2
Peinado destruido durante el programa	-0,1/ cada peinado destruido	sin máx.
Maquillaje no conforme a la normativa.	-0,1 para un gimnasta -0,2 para dos o más gimnastas	-0,2
PENALIZACIONES por parte del Juez Principal VA-A (después de la propuesta de los Jueces de Línea)	CADA VEZ	máx.
Artículos perdidos	- 0,1 / cada artículo perdido	sin máx.

PENALIZACIONES por el Juez Responsable (previa propuesta de los Jueces de Línea)	CADA VEZ	máx.
Mancha de color en el área de competición.	- 0,2 / cada mancha de color	sin máx.
PENALIZACIONES por parte del Juez Principal VA-A (previa propuesta de los Jueces de crono)	CADA VEZ	máx.
Cada segundo completo adicional o que falte	-0,1 / cada segundo	sin máx.

3.2. ELEMENTOS ARTÍSTICOS

Los elementos artísticos (VA-B) constan de:

Elementos artísticos (VA-B) Max 5.0		
Elementos de dificultad Max 3.0	Elementos de colaboración Max 1.4	Elementos de originalidad Max 0.6

3.2.1. Elementos de dificultad (3.0)

La composición debe mostrar diferentes elementos de dificultad como bilateralidad en saltos y equilibrios, y series de movimientos corporales que incluyan cambios de dirección y rotación, cambio de nivel, desplazamientos, variaciones de tempo y dinámica.

Se debe mostrar al menos un (1) equilibrio y un (1) salto iniciado directamente a partir de un movimiento corporal. Se debe mostrar al menos un (1) equilibrio dinámico de rotación (ilusión/pivote) y un (1) salto en rotación.

Todo el equipo debe mostrar cada elemento. Todos los elementos deben estar conectados lógicamente con la composición y realizarse con fluidez y buena técnica.

Elementos de dificultad		Cantidad máxima	valor cada vez	valor máximo
Bilateralidad en saltos y equilibrios		4	0,2	0,8
Serie de movimientos corporales que incluya:	cambio de dirección y rotación	2	0,2	0,4
	cambio de nivel	2	0,2	0,4
	desplazamiento	2	0,2	0,4
	variación de tempo	1	0,2	0,2
	dinámica	1	0,2	0,2
Equilibrio ejecutado directamente desde movimiento corporal.		1	0,2	0,2
Salto ejecutado directamente desde movimiento corporal.		1	0,2	0,2
Equilibrio dinámico de rotación (ilusión/pivote)		1	0.1	0.1
Salto con rotación		1	0.1	0.1
				3.0

3.2.1.1. Bilateralidad en saltos y equilibrios (0,8)

La composición debe mostrar al menos un (1) equilibrio del lado derecho, un (1) equilibrio del lado izquierdo, un (1) salto del lado derecho y un (1) salto del lado izquierdo. El equipo debe mostrar la dificultad al mismo tiempo o en menos de 5 segundos y con máximo dos (2) formas diferentes. En el caso de dos formas diferentes de equilibrio, todos los elementos deben realizarse en la misma dirección de flexibilidad de la pierna elevada. El elemento de bilateralidad debe mostrarse **claramente** con la pierna elevada hacia adelante y/o hacia atrás, movimiento tipo spagart con mín. amplitud de 135° (para saltos se permite forma de corza) .

Izquierdo es, por ejemplo, salto zancada con la pierna izquierda al frente, equilibrio penché con apoyo de la pierna izquierda y pierna derecha arriba, ilusión con apoyo de la pierna izquierda o equilibrio frontal con la pierna izquierda arriba. El lado derecho es, por ejemplo, salto de corza con la pierna derecha delante y la izquierda detrás, entrelazado comenzando con la pierna derecha arriba y abriendo la pierna derecha delante y la izquierda detrás, o penché pivote con apoyo de la pierna derecha.

Los elementos se computarán si se ejecutan de acuerdo con los criterios de VT.

Los equilibrios y saltos que no muestran la amplitud requerida o ningún lado (por ejemplo, saltos donde la forma es simétrica para ambos lados) no dan valor de bilateralidad.

Valor por cada elemento bilateral válido: 0,2/cada vez

3.2.1.2. Elementos de la serie de movimientos corporales (2.0)

La composición debe mostrar al menos dos (2) series de movimientos corporales que incluyan cambio de dirección y rotación, al menos dos (2) series de movimientos corporales que incluyan cambio de nivel, al menos dos (2) series de movimientos corporales que incluyan desplazamiento, al menos dos (2) series de movimientos corporales que incluyan variación de tempo y al menos dos (2) series de movimientos corporales que incluyan cambio de dinámica.

La serie de movimientos corporales debe mostrar la técnica de movimiento corporal total que sigue la filosofía de GEG. *Técnica GEG: ver apéndice*. Todos los gimnastas deben realizar los requisitos para la serie de movimientos corporales.

El valor de cada elemento de la serie de movimientos corporales realizado con éxito es de 0,2 puntos.

La ejecución de cada elemento debe demostrar una buena técnica. Los elementos con errores EXE importantes (errores de -0,3 puntos y más) no serán evaluados.

Nota: máx. Se contarán dos (2) elementos de dificultad para una serie de movimientos corporales (por ejemplo, series de movimientos corporales que incluyen cambio de nivel, desplazamiento y dinámica = valor 0,2 + 0,2).

3.2.1.2.1. Serie de movimientos corporales que incluye cambio de dirección y rotación (0,4)

- Para la rotación, todos los gimnastas deben rotar al menos una vuelta completa (360°) durante la serie, ya sea en dirección vertical y/o horizontal.
- Para el cambio de dirección, se debe mostrar al menos un (1) cambio de dirección visible (adelante, atrás, lateral, diagonal, oblicuo) durante la serie.
- Se deben realizar ambos criterios descritos anteriormente (rotación y cambio de dirección).

3.2.1.2.2. Serie de movimientos corporales incluyendo cambio de nivel (0,4)

- Para el cambio de nivel, todos los gimnastas deben mostrar al menos un movimiento corporal en nivel de pie y un movimiento corporal en nivel del suelo durante la serie.

3.2.1.2.3. Serie de movimientos corporales, incluido desplazamiento (0,4)

- Para desplazarse, todos los gimnastas deben moverse con claridad, al menos 1,5 m. Desplazarse significa cambiar de ubicación dentro del área de competición. Se puede hacer dando pasos, rodando, etc.

3.2.1.2.4. Serie de movimientos corporales que incluye variación de tempo (0,2)

- La composición debe tener como objetivo expresar y mostrar cambios de tempo dentro de los movimientos corporales en la serie de movimientos corporales. Esto puede verse como variaciones de fases lentas y rápidas y como aceleraciones y desaceleraciones durante los movimientos corporales en la serie de movimientos corporales. Se debe mostrar al menos una variación de tempo visible durante la serie.

3.2.1.2.5. Serie de movimientos corporales incluyendo cambio de dinámica (0,2)

- La composición debe tener como objetivo expresar y mostrar la variación de energía dentro de los movimientos corporales en la serie de movimientos corporales. La dinámica es una variación de fases fuertes y suaves o controladas y relajadas durante los movimientos corporales en la serie de movimientos corporales. Durante la serie debe mostrarse al menos una variación de dinámica visible.

Valor para cada elemento de la serie de movimientos corporales realizado con éxito: 0,2/cada vez hasta máx.

3.2.1.3. El equilibrio se inició directamente a partir de un movimiento corporal (0,2)

La composición debe mostrar al menos un (1) equilibrio iniciado directamente a partir de un movimiento corporal. Directamente significa sin ningún paso, parada, posición o apoyo adicional entre el movimiento corporal y el equilibrio. El movimiento corporal debe ser un movimiento, no una posición.

Valor para un equilibrio iniciado directamente a partir de un movimiento corporal: 0,2

3.2.1.4. Salto ejecutado directamente a partir de un movimiento corporal (0,2)

La composición deberá mostrar al menos un (1) salto iniciado directamente a partir de un movimiento corporal. Directamente significa sin ningún paso, parada, posición o apoyo adicional entre el movimiento corporal y el salto. El movimiento corporal debe ser un movimiento, no una posición.

Valor para un salto iniciado directamente a partir de un movimiento corporal: 0,2

3.2.1.5. Equilibrio dinámico de giro (ilusión/pivote) (0,1)

La composición debe presentar al menos un (1) giro (ilusión o pivote). La rotación debe ser de al menos una vuelta completa (360°) para pivotes o una vuelta completa (360°) para ilusión forma fija.

Valor para un equilibrio dinámico de giro (ilusión/pivote): 0,1

3.2.1.6. Salto girando (0,1)

La composición deberá mostrar al menos un (1) salto girando. Se debe completar una rotación mínima de 180° en una forma fija. Para saltos en tournant, se debe completar una vuelta completa (360°) desde el despegue hasta el aterrizaje.

Valor para un salto girando: 0,1

3.2.2. Elementos de colaboración (1,0)

La composición debe mostrar diferentes elementos de colaboración, como colaboración en equipo sin elevación, colaboración en pareja/trío con/sin elevación, elevación, elemento de movimiento sincronizado del equipo y elemento en canon del equipo. Los elementos de colaboración deben ser claramente visibles e identificables.

Los elementos de colaboración pueden aparecer a lo largo de toda la composición, incluido el principio y el final del programa, pero los gimnastas deben participar activamente durante la ejecución del elemento de colaboración.

Cada elevación del equipo, elemento de movimiento sincronizado del equipo y elemento en canon del equipo se contará como máximo una vez; los elementos adicionales del equipo no se contarán. Cada colaboración en equipo sin elevación, colaboración en pareja/trío con/sin elevación se contará como máximo dos veces, los elementos de equipo adicionales no se contarán.

La composición puede contener otro tipo de colaboraciones o elevaciones, pero no se computarán como elementos de colaboración con valor VA-B.

El valor de cada elemento de colaboración realizado con éxito es de 0,2 puntos. La ejecución de cada elemento debe demostrar una buena técnica. Los elementos con errores EXE importantes (errores de -0,3 puntos y más) no serán evaluados.

Elementos de colaboración	Cantidad máxima	valor cada vez	valor máximo
Colaboración de equipo sin elevación	2	0,2	0,4
Colaboración en pareja o trío con/sin elevación	2	0,2	0,4
Elevación	1	0,2	0,2
Elemento de movimiento sincronizado del equipo.	1	0,2	0,2
Elemento en Canon del equipo.	1	0,2	0,2
			1.4

3.2.2.1. Colaboración en equipo sin elevación(0.4)

La colaboración en equipo es un trabajo cooperativo entre todos los gimnastas. Puede manifestarse mediante contacto físico entre sí o pasando por encima, por debajo o a través de un gimnasta/s. Todo el equipo debe participar claramente en el elemento. No está permitido realizar la colaboración en equipo en subgrupos.

Se permite el apoyo de uno o más gimnastas; sin embargo, no está permitido realizar una elevación durante la colaboración del equipo.

3.2.2.2. Colaboración en pareja y/o trío con/sin elevación (0,4)

Todo el equipo debe realizar movimientos colaborativos en pareja y/o trío al mismo tiempo o en un corto período de tiempo. Los movimientos de parejas/tríos pueden ser diferentes. La colaboración en parejas/tríos se puede mostrar mediante contacto físico entre sí o pasando por encima, por debajo o a través de otro/s gimnasta/s.

3.2.2.3. Elevación de equipo (0.2)

Todo el equipo debe participar ya sea mediante contacto físico o pasando por encima, por debajo o a través de un gimnasta/s en algún momento de la "acción principal" del elemento de elevación (desde el despegue hasta el aterrizaje). Al menos un gimnasta debe perder contacto con el suelo y ser elevado por otros gimnastas. No está permitido realizar la elevación del equipo en subgrupos.

Las elevaciones deben realizarse teniendo en cuenta la capacidad y las habilidades de los gimnastas (aspectos saludables). Durante una elevación, el gimnasta levantado puede pasar la línea vertical en posición invertida pero no debe detenerse en esa posición. Un gimnasta no debe levantar más que el peso de otro gimnasta al mismo tiempo. La altura del elemento no puede ser superior a la altura de dos gimnastas y no más de tres niveles, incluidos los gimnastas de soporte.

3.2.2.4. Elemento de movimiento sincronizado del equipo (0.2)

El elemento de movimiento sincronizado del equipo es un movimiento o una serie de movimientos

realizados por todo el equipo al mismo tiempo en total sincronismo. Todo el equipo debe realizar movimientos idénticos, como movimientos corporales y series de movimientos corporales, pasos de danza realizados con movimientos corporales adicionales, etc. La duración del elemento es mín. 5 s/8 contos.

El equipo puede desplazarse o cambiar de formación durante el elemento; sin embargo, todos los gimnastas deben utilizar las mismas direcciones y niveles en todo el elemento.

No está permitido realizar saltos, equilibrios o elevaciones durante el elemento de movimiento sincronizado del equipo.

3.2.2.5. Elemento en Canon del equipo (0.2)

El canon es un movimiento o una serie de movimientos en el que todos los gimnastas copian y repiten de manera idéntica un movimiento o una serie de movimientos en intervalos de tiempo igualmente largos. Se requieren al menos tres (3) intervalos en un corto período de tiempo.

Todo el equipo debe participar en el elemento en canon. El movimiento debe realizarse utilizando todo el cuerpo.

Valor por cada elemento de colaboración realizado con éxito: 0,2

3.2.3. Elementos de originalidad (0,6)

Los elementos de originalidad son elementos novedosos y poco vistos, específicos de cada grupo y programa. Los elementos de originalidad le dan al programa un valor artístico especial y adicional y lo hacen inolvidable.

Elementos de originalidad	valor máximo
Originalidad en los movimientos.	0.1
Originalidad en las colaboraciones.	0.1
Conexión inolvidable entre música y composición.	0,2
historia temática	0,2
	0,6

3.2.3.1. Originalidad en los movimientos (0,1)

La composición debe contener movimientos, series de movimientos y combinaciones de diferentes grupos de movimientos realizados de una manera novedosa, original e inolvidable (por ejemplo, combinados con una formación de apoyo o un elemento de colaboración artística, etc.). Un solo movimiento nuevo u original no es suficiente.

La originalidad en los movimientos se nota en cualquier elemento; No es necesario que sea un elemento técnico requerido. La originalidad en los movimientos también podría provenir del estilo original de toda la composición.

- **Valor 0,1**

3.2.3.2. Originalidad en las colaboraciones (0,1)

La composición debe contener varios tipos de colaboraciones que se realicen de formas nuevas, innovadoras e inolvidables. La cooperación entre las gimnastas debe ser original y variada a lo largo de toda la composición.

- **Valor 0,1**

3.2.3.3. Conexiones inolvidables entre música y composición (0.2)

Cada composición debe construirse armoniosamente en torno a la elección musical específica. Las conexiones inolvidables entre la música y la composición se pueden lograr, por ejemplo, mediante una colocación bien pensada de elementos específicos en acentos musicales específicos y frases de la música, etc.

Toda la composición debe estar coreografiada para que las conexiones entre la música y la composición formen una experiencia inolvidable para los espectadores.

- Valor 0,2

3.2.3.4. Historia temática (0.2)

Cada composición debe tener una "historia" temática clara que se desarrolle a lo largo del programa y se interprete con gran expresión artística. La impresión puede provenir de una sola parte impresionante de la composición o de una totalidad inolvidable de la composición.

- Valor 0,2

3.2.4. Evaluación de elementos artísticos (VA-B)

- La puntuación máxima para Elementos artísticos (VA-B) es de 5,0 puntos.
- Durante el programa, cada juez marca el contenido del programa y cada elemento requerido.
- Cuando finaliza el programa, el juez:
 - cuenta los puntos de cada elemento VA-B requerido, dando la puntuación total para el equipo.

3.2.5. Tabla de elementos artísticos VA-B

ELEMENTOS ARTÍSTICOS		cantidad máxima	valor cada vez	valor máximo
Elementos de dificultad				3.0
Bilateralidad en saltos y equilibrios		4	0,2	0,8
Serie de movimientos corporales que incluya:	cambio de dirección y rotación	2	0,2	0,4
	cambio de nivel	2	0,2	0,4
	desplazamiento	2	0,2	0,4
	variación de tempo	1	0,2	0,2
	Cambio de dinámica	1	0,2	0,2
Equilibrio ejecutado directamente desde movimiento corporal.		1	0,2	0,2
Salto ejecutado directamente desde movimiento corporal.		1	0,2	0,2
Equilibrio dinámico de giro (ilusión/pivote)		1	0,1	0,1
Salto girando		1	0,1	0,1
Elementos de colaboración				1.4
Colaboración de equipo sin elevación		2	0,2	0,4
Colaboración en pareja o trío con/sin elevación		2	0,2	0,4
Elevación de equipo		1	0,2	0,2
Elemento de movimiento sincronizado del equipo.		1	0,2	0,2
Elemento Canon del equipo.		1	0,2	0,2
Elementos de originalidad				0,6
Originalidad en los movimientos.				0,1
Originalidad en las colaboraciones.				0,1
Conexión inolvidable entre música y composición.				0,2
historia temática				0,2

4. EJECUCIÓN

Filosofía y técnica de GEG – ver apéndice

4.1. REQUISITOS DE EJECUCIÓN

- 1 La ejecución debe estar unificada y sincronizada.
- 2 Todos los miembros del equipo deberán realizar los mismos elementos con igual grado de ejecución, ya sea de forma simultánea, sucesiva o en un corto período de tiempo.
- 3 Debe predominar la técnica de la gimnasia estética de grupo. Todos los movimientos y combinaciones de movimientos deben realizarse con técnica de movimiento total donde los cambios de un movimiento o formación corporal a otro deben ser fluidos. En la técnica de movimiento total, el movimiento principal se refleja en cada parte del cuerpo cuando el movimiento fluye desde el centro del cuerpo o hacia atrás a través de las caderas. Los movimientos están unidos de tal manera que el flujo continúa de un movimiento al otro.
- 4 La ejecución debe mostrar buena técnica, buenas extensiones, precisión de los movimientos, variaciones en el uso de la tensión muscular, relajación y fuerza, y precisión de las formaciones y transiciones.
- 5 La ejecución debe mostrar buena postura, coordinación, equilibrio, estabilidad y ritmo.
- 6 La ejecución debe mostrar las habilidades atléticas del equipo como coordinación, flexibilidad, fuerza, velocidad y resistencia.
- 7 La ejecución debe mostrar expresividad y atractivo estético.
- 8 Las gimnastas deberán realizar el programa al ritmo y dinámica de la música.
- 9 Posiciones inicial y final son parte de la ejecución.
- 10 Todos los elementos deben ejecutarse teniendo en cuenta los aspectos saludables: hombros y caderas alineados, pierna de apoyo, forma, posición, postura y lanzamientos.

4.2. EVALUACIÓN DE EJECUCIÓN

Puntos máximos 10.00

Penalización por gimnasta ausente o adicional (por el juez principal de EXE)

Ver Generalidades: Número de gimnastas

- cada gimnasta ausente o adicional: - 0,5 / gimnasta

El Panel EXE evalúa la ejecución de la composición contando los errores en la ejecución utilizando la tabla de deducción de ejecución.

Todos los jueces de la competición deberán dar su puntuación de forma independiente y **deberán proceder de la siguiente manera:**

- contar todos los errores de ejecución y restarlos de los puntos máximos de ejecución (10,00)
- calcular la puntuación final

4.2.1. Tabla de deducciones por ejecución

Requisitos y tipos de errores.	Deducción por error (cada vez/cada elemento, a menos que se especifique lo contrario)		
	Menor: -0,1	Medio: -0,2	Mayor: -0,3
Postura y línea de apoyo, aspectos saludables.	<ul style="list-style-type: none"> - línea de apoyo incorrecta (por ejemplo, posición de la pierna de apoyo (en equilibrios) o hombros y caderas no alineados) - postura pobre - final pesado de la elevación 	<ul style="list-style-type: none"> - Control del cuerpo perdido durante o al finalizar la elevación 	<ul style="list-style-type: none"> - aterrizar desde un salto mientras todavía se está en flexión atrás - en una elevación, claramente incorrecta postura/línea de apoyo al elevar gimnastas - Flexión de la columna lumbar durante un elemento pre-acrobático.
Técnica básica de gimnasia.	<ul style="list-style-type: none"> - extensión insuficiente - diferencia en la ejecución entre gimnastas - falta de fluidez/continuidad - falta de ligereza - permanecer demasiado tiempo en una posición fija boca abajo durante un elemento pre-acrobático 	-	-
Pérdida del equilibrio (en cualquier movimiento) :	con movimiento innecesario (cada vez/gimnasta)	con salto innecesario (cada vez/gimnasta)	con un apoyo en la mano, pie u otra parte del cuerpo (cada vez/gimnasta)
Unidad	<ul style="list-style-type: none"> - falta de sincronización - Planos, niveles o direcciones imprecisos. - Inexactitud entre movimiento y ritmo de la música. - inexactitud en las formaciones 	-	-
Colisión entre gimnastas	- la ejecución no está o está levemente perturbada	- La ejecución está claramente perturbada para 1 gimnasta.	- la ejecución está claramente perturbada para 2 o más gimnastas
Características físicas: - Falta en alguna área (flexibilidad, coordinación, fuerza, velocidad, control muscular o resistencia) durante todo el programa.	ligera falta (equipo /cada área)	clara falta (1-2 gimnastas/cada zona)	clara falta (equipo /cada área)

Requisitos y tipos de errores.	Deducción por error (cada vez/cada elemento, a menos que se especifique lo contrario)		
	Menor: -0,1	Medio: -0,2	Mayor: -0,3
Movimientos corporales: - técnica incorrecta - Características no mostradas para movimientos corporales básicos.	Pequeños errores en la técnica de un elemento	Técnica parcialmente incorrecta de un elemento.	Técnica totalmente incorrecta de un elemento.
Salto: - técnica incorrecta características no mostradas (forma no fija, elevación baja, control corporal deficiente, aterrizaje pesado)			

<p>Equilibrios: - técnica incorrecta características no mostradas (forma no fija, amplitud insuficiente, control corporal deficiente, rotación insuficiente)</p>			
<p>Elementos acrobáticos y pre-acrobáticos : - técnica incorrecta - características no mostradas (forma no fija, control corporal deficiente, rotación insuficiente)</p>			

<p>Caída total (dos o más apoyos) en cualquier movimiento</p>	<p>-0,4 cada gimnasta/ cada vez</p>
<p>Elevación fallida</p>	<p>- la elevación falla: -0,5 cada vez - gimnasta(s) caen al suelo desde la elevación: -0,5 cada vez</p>
<p>Técnica GEG: - falta de técnica GEG total</p>	<p>-0.3 programa completo</p>

5. PUNTUACIÓN

5.1. GENERALIDADES

Todos los jueces deben tener una licencia válida.

La Oficina de IFAGG mantiene un registro de Licencias de Jueces de jueces internacionales autorizados.

El Comité Técnico de IFAGG propone al Consejo de IFAGG una lista de jueces y un Juez Responsable para cada competición de categoría A.

La lista de jueces, los jueces responsables y el jurado superior de los Campeonatos del Mundo y los Campeonatos Continentes son nominados por el Consejo de la IFAGG.

El coreógrafo o entrenador de un equipo participante no puede ser juez en la Categoría de Competición en la que compite el equipo.

5.2. JUECES DE EVALUACIÓN

5.2.1. Paneles de evaluación

El número mínimo de jueces para los paneles es 12. Sin embargo, en el Trofeo IFAGG, el número requerido de jueces es 16.

Los grupos son evaluados por tres paneles de jueces:

- Composición, **valor técnico (VT)** , consta de 3 a 4 jueces
- Composición, **valor artístico (VA)**, consta de 2 subpaneles (6 a 8 jueces):
 - **Calidad artística (VA-A)**, consta de 3 a 4 jueces.
 - **Elementos artísticos (VA-B)**, consta de 3 a 4 jueces.
- **Ejecución (EXE)**, consta de 3 a 4 jueces.

Deberes y responsabilidades de los Jueces de Evaluación

- Los jueces deben dar sus puntuaciones de forma independiente.
- Durante la competición, los jueces no podrán discutir la evaluación entre sí, ni con los entrenadores ni con las gimnastas.
- Cada panel de jueces trabaja de forma independiente y otorga sus puntos independientemente de los puntos de los demás paneles.

Uno de los jueces evaluadores de cada panel (No1) será el **Juez Principal**.

Todos los jueces envían sus puntuaciones al Juez Principal del Panel.

Después del primer equipo en una categoría de competición, los jueces se reúnen para negociar dentro de su propio panel y comprobar juntos las diferencias en sus puntuaciones. Los jueces deben dar sus puntuaciones antes de la negociación.

5.2.2. Jueces principales

Deberes y responsabilidades de los Jueces Principales de los Paneles

- supervisa que se sigan las reglas
- Convoca a los jueces después del primer equipo que se presenta en una categoría de competición.
- comprueba que las diferencias entre las puntuaciones de los jueces se ajusten a las reglas
- convoca una reunión en situaciones donde la diferencia entre las puntuaciones es demasiado alta (el orden entre las puntuaciones de los jueces (más alto/más bajo) no se puede cambiar en la negociación).
- Convoca al Jurado Superior (si está nominado) si los jueces no pueden llegar a un acuerdo.
- deduce sanciones

- Comprueba y aprueba las puntuaciones informáticas junto con el juez responsable antes de su publicación.

Las penalizaciones se dan por separado y se deducirán de la puntuación final solo si la mayoría (mínimo 3/4 o 2/3) de los jueces han hecho una propuesta para la penalización.

Penalizaciones deducidas por los jueces principales

Juez Principal del Valor Artístico (panel VA-A):

Sanciones que requieren propuesta [-] de la mayoría de los jueces de la VA-A:

- Movimiento/elevación prohibido: -0,5 por cada movimiento/elevación.
- Insulto religioso/político: -0,3
- equipo tarda demasiado, va acompañada de música o incluye movimientos extra: -0,3
- Vestimenta, peinado o maquillaje:
 - La vestimenta, el peinado o el maquillaje no se ajustan a las normas:
-0,1 para un gimnasta y -0,2 para dos o más gimnastas
 - peinado destruido:
-0. 1 cada peinado destruido

Penalización deducida por el Juez Principal VA-A (previa propuesta de los Jueces de Línea)

- Objetos perdidos (adornos para el cabello, punteras, etc.) -0,1 / cada objeto perdido

Penalización deducida por el Juez Responsable (previa propuesta de los Jueces de Línea):

- Mancha de color en el área de competición causada por tinte para el cabello -0,2 / cada mancha de color

Penalización deducida por el Juez Principal VA-A (previa propuesta de los Jueces de Tiempo):

- Tiempo: -0,1 por cada segundo completo adicional o ausente

Juez Principal de Ejecución:

Sanciones deducidas por el Juez Principal EXE:

- Límite: por cada gimnasta cada vez que se cruza el límite: -0,1 puntos
- Gimnasta ausente o adicional: -0,5 por cada gimnasta ausente o adicional

5.2.3. Juez Responsable

El Juez Responsable debe ser un buen modelo en términos de comportamiento y acciones para todos los jueces de evaluación. El juez responsable discutirá los detalles finales de la competición (por ejemplo, el calendario de la competición y la lista de jueces) con el Consejo de la IFAGG y supervisará la competición para garantizar que las acciones de los jueces estén de acuerdo con las reglas y regulaciones de la IFAGG.

Deberes y responsabilidades:

- debe estar presente para los sorteos del equipo
- Responsable de todas las reuniones de jueces de instrucción antes de las competiciones.
- asigna paneles evaluadores según su nivel (sorteo de jueces)
- deduce penalizaciones (de acuerdo con las Reglamento General de Competición)
- comprueba y aprueba las puntuaciones informáticas junto con los jueces principales de los paneles antes de que se publiquen las puntuaciones.
- puede permitir la repetición de un programa en situaciones de "fuerza mayor"
- puede interrumpir la ejecución debido a un problema técnico o situación peligrosa

5.2.4. Jurado superior

El Jurado Superior está formado por 3 o 4 jueces de primer nivel. Forman parte de los paneles evaluadores, pero sus puntuaciones no están incluidas en las puntuaciones oficiales.

Deberes y responsabilidades:

- supervisa que las acciones de los paneles de evaluación estén de acuerdo con las normas y reglamentos del IFAGG
- Observa el trabajo de evaluación y escucha las negociaciones.
- en casos extremos tiene derecho a interferir en el trabajo de un panel evaluador. Estos casos siempre deben registrarse.

5.2.5. Jueces de línea

Debe haber un mínimo de dos (2) jueces de línea que observen los límites en las esquinas de la moqueta de competición.

Deberes y responsabilidades:

- Deberá señalar cada paso del límite del área de competición con una bandera y registrar cada uno de ellos en el papelito designado. Al final del ejercicio, los jueces de línea envían el papelito al Juez Principal del Panel de Ejecución quien aprueba la penalización. La penalización se deduce de la puntuación media de Ejecución.
- Recoger cada objeto perdido de la moqueta y registrar cada uno de ellos en la hoja de papel designada. Al final del ejercicio, los jueces de línea envían el papelito al Juez Principal del Panel VA-A quien aprueba la penalización. La penalización se deduce de la puntuación media del Panel VA-A.
- Anotar manchas de color en la moqueta (en caso de detectarlas) y registrar cada una de ellas en la hoja de papel designada que se le proporcionará. Al final del ejercicio, los jueces de línea envían el papelito al Juez Responsable quien aprueba la sanción. La penalización se deduce de la puntuación media del Panel VA-A.

5.2.6. Jueces de tiempo/Crono

Debe haber al menos dos (2) Jueces de Tiempo. Los jueces de tiempo deben medir el tiempo de forma independiente y registrar el tiempo de cada equipo por separado en la hoja de papel designada.

Si la duración del programa no se ajusta a las normas (según al menos uno de los Jueces de Tiempo), ambos Jueces de Tiempo deben acercarse al Juez Principal del Panel de Valor Artístico (VA-A) y mostrar sus cronómetros con el cronometraje medido. . El juez principal verifica y aprueba la penalización.

El cronometraje comienza desde el inicio del primer movimiento después de que el equipo haya tomado la posición inicial en la moqueta de competición. El cronometraje se detiene tan pronto como todos los gimnastas estén completamente inmóviles.

6. ANOTACIÓN DE LOS PUNTOS

6.1. GENERAL

La puntuación final de un grupo se calcula sumando las 3 puntuaciones parciales: Valor Técnico, Valor Artístico y Ejecución. La puntuación máxima del grupo en las preliminares y finales es de 30,00 para cada una.

- Puntuación máxima para el Valor Técnico 10.0
- Puntuación máxima para el Valor Artístico 10.0
- Puntuación máxima para la Ejecución 10.0

La puntuación de las preliminares se suma a la puntuación de la final para obtener los resultados finales (clasificación).

La puntuación máxima para los resultados finales (ranking) es de 60,00 puntos.

Panel VT (Composición/Valor Técnico) evalúa los elementos técnicos de la composición y calcula la puntuación (0,0 - 10,0).

El panel VA (Composición/Valor artístico) consta de 2 subpaneles: la puntuación total de VA se calcula a partir de 2 (dos) subpuntuaciones:

- El Panel VA-A evalúa la calidad artística de la composición, calcula la puntuación (0,0-5,0) y hace la propuesta de posibles penalizaciones [-].
- El panel VA-B evalúa los elementos artísticos de la composición y calcula la puntuación (0,0-5,0).

El Panel EXE (Ejecución) evalúa la ejecución del programa, calcula la puntuación (0,0 - 10,0) y hace la propuesta de posibles penalizaciones [-].

6.2. CÁLCULO DE LAS PUNTUACIONES PARCIALES

Los puntajes parciales de Valor Técnico y Ejecución son los puntajes promedio de cada panel evaluador.

La puntuación parcial de Valor artístico es la suma de las puntuaciones medias de 2 subpaneles (VA-A + VA-B).

Dependiendo del número de jueces que integren el panel, las puntuaciones se contabilizarán de la siguiente manera:

Panel de 4 jueces:

- se eliminarán las puntuaciones más alta y más baja y el promedio de las dos puntuaciones medias será la puntuación parcial
- la diferencia entre las puntuaciones medias tomadas en cuenta no debe ser superior a 0,3

Panel de 3 jueces:

- Se calculará el promedio de todas las puntuaciones y el resultado será la puntuación parcial.
- la diferencia de todas las puntuaciones no debe ser mayor que 0,4



7. MODIFICACIÓN DE LAS NORMAS

El Comité Técnico de IFAGG es responsable de modificar las reglas. Cualquier modificación está sujeta a la aprobación previa del consejo de la IFAGG.