



Reglamento de puntuación Gimnasia Estética de Grupo 2014 - 2015

La propiedad de este código corresponde a la Federación Internacional de Gimnasia Estética de Grupo IFAGG que asimismo posee sus derechos. La Asociación Española de Gimnasia Estética de Grupo (AEGEG) facilita la traducción del reglamento de puntuación basado en la normativa de la Federación Internacional de Gimnasia Estética de Grupo (IFAGG). Dicho reglamento se aplica en todas las competiciones Internacionales y Nacionales (Autonómicas, Provinciales e Escolares) de gimnasia estética de grupo para las categorías Infantiles, siendo ésta la traducción autorizada por IFAGG

1. GENERALIDADES

Este código será aplicado en todas las competiciones de GEG para categorías infantiles (categorías 8-10 (benjamines) 10-12 (alevines) y 12-14 (infantiles), organizadas por la AEGEG o sus miembros. **Para las categorías infantiles 8-10 (benjamines) y 10-12 (alevines) años se aplica el mismo código.**

1.1. Categorías de competición

Benjamín (8 – 10 años)

Gimnastas nacidas en los - 07,- 06 y - 05
Dos miembros del grupo podrán ser un (1) año mayor o menor de la edad dada como mínima o máxima

Alevín (10 – 12 años)

Gimnastas nacidas en los - 05,- 04 y - 03
Dos miembros del grupo podrán ser un (1) año mayor o menor de la edad dada como mínima o máxima

Infantil (12 – 14 años)

Gimnastas nacidas en los - 03, - 02 y - 01
Dos miembros del grupo podrán ser un (1) año mayor o menor de la edad dada como mínima o máxima

1.2. Grupos de competición

Un grupo está formado entre 6-14 gimnastas en el cual la gimnasta de reserva pertenece al grupo.
Una misma gimnasta sólo puede competir en un grupo y en una categoría durante la misma temporada.
Todas las gimnastas inscritas pertenecen al grupo
Un grupo/equipo puede tener un nombre (Ej.: nombre de club, de grupo).

1.3. Programa de competición

1.3.1 Duración del programa de competición

La duración permitida del programa de competición es de 2 min - 2 min. 30 seg. Un margen de más / menos 5 segundos está permitido.

El crono se pone en funcionamiento con el primer movimiento después de que el grupo haya adoptado su posición inicial sobre el tapiz. El crono se detiene cuando todas las gimnastas se hayan parado completamente.

La entrada del grupo al tapiz hasta su posición inicial no puede ser con acompañamiento musical ni ningún movimiento extra. Todo el programa debe empezar y acabar sobre el tapiz de competición



1.3.2 Música

La elección de la música para el programa de competición es libre.

Campeonatos Nacionales.

Las músicas se enviarán en formato MP3 a la Organización local 15 días antes de la competición. Es necesario nombrar el archivo de la siguiente manera: categoría, nombre del club, nombre del grupo y duración de la música.

En caso de tener problemas con el envío de las músicas, es necesario traer un CD (la grabación debe ser única en el CD). Las músicas deben ser perfectamente grabadas y claramente marcadas: categoría, nombre del club, nombre del grupo y duración de la música.

Campeonatos Internacionales.

La grabación debe ser única en el CD. Las músicas deben estar perfectamente grabadas y claramente marcadas en inglés: país, categoría, nombre del club, nombre del grupo y duración de la música

1.4. Vestimenta de las gimnastas

La vestimenta de competición de un grupo debe ser un maillot de aspecto estético y que respete el espíritu competitivo, idéntico (en material y diseño) y del mismo color para todas las gimnastas del grupo. Sin embargo, si el maillot es de tejido estampado, se toleran pequeñas diferencias debidas al corte. El maillot no puede impedir la visión total del movimiento.

Un correcto maillot de gimnasia estética no debe estar realizado en tejido transparente. Los brazos, espalda y pecho (escote) pueden ser transparentes. El escote del maillot no puede ser muy bajo ni en la parte del pecho ni en la espalda. El corte del maillot en la parte alta de la pierna no debe superar por arriba la línea de la ingle (máximo) ni ir por encima de la línea de los glúteos en la parte posterior.

Una falda corta se permite (cubriendo la cadera pero no las piernas). El maillot/ faldita pueden tener pequeñas decoraciones (como cintas, piedras, apliques) que no deben interferir la clara visión de los movimientos.

Las pequeñas decoraciones en el cabello así como el maquillaje forman parte de la vestimenta de competición y deben corresponder a las características del grupo y su edad.

Las decoraciones separadas en muñecas, tobillos o el cuello no están permitidas. Las zapatillas de puntera de gimnasia y las medias están permitidas.

1.5. Área de competición

El tamaño de la superficie de competición es de 13 m x 13 m incluida la línea delimitadora. Ésta debe estar claramente definida y tener un mínimo de 10 cm de ancho. Al exterior de esta línea debe haber un espacio libre de al menos 2 m.

2. VALOR TECNICO

2.1 Categorías Benjamin y Alevin (8-10 y 10-12) años: elementos técnicos obligatorios

El programa de competición debe formar una totalidad que permita y apoye las habilidades de las gimnastas para aprender las técnicas básicas de la Gimnasia Estética de Grupo.

Los elementos técnicos elegidos para la composición deben corresponderse al nivel de capacidad y la edad de las gimnastas.

El programa de competición debe ser variado conteniendo los siguientes grupos de movimientos y diferentes combinaciones. Combinando los movimientos con otros grupos de movimiento o formando series, se añade valor a la composición.

2.1.1. Movimientos corporales

Los movimientos corporales deben ser característicos de la edad de las gimnastas y corresponder al nivel de sus habilidades. La composición debe contener al menos 1 de cada uno de los siguientes movimientos:

- Onda corporal total
- swing corporal total
- flexión/extensión
- relajación
- alineación
- torsión corporal

Y:

- 2 series que incluyan dos (2) movimientos corporales cualesquiera diferentes (series de dos movimientos corporales = serie A de movimientos corporales).
- 1 serie que incluya (cualquiera) tres (3) movimientos corporales cualesquiera (serie B de movimientos corporales).

Los movimientos corporales aislados obligatorios antes mencionados pueden estar incluidos en las series.

Además, las series de movimientos corporales pueden incluir otros movimientos que desarrollen la coordinación, el control postural y la agilidad de las gimnastas. Por ejemplo:

- vueltas
- líneas en apoyo
- mantenerse sobre los hombros

2.1.2. Equilibrios

Los equilibrios deben ser característicos de la edad de las gimnastas y corresponder a sus habilidades y nivel. La composición debe tener al menos un (1) equilibrio y una (1) serie de al menos dos (2) equilibrios diferentes. En la serie de equilibrios el cambio de la pierna de apoyo está permitido.

Por ejemplo:

- diferentes equilibrios sobre la misma pierna
- giros sobre la misma pierna de soporte

2.1.3. Saltos

Los saltos deben ser característicos de la edad de las gimnastas y corresponder a sus habilidades y nivel. La composición debe tener al menos un (1) salto y una (1) serie de al menos dos (2) saltos diferentes. Entre 2 saltos en la misma serie se permite un máximo de 3 apoyos.

Por ejemplo:

- | | |
|---|-----------------|
| - Salto vertical | - salto cosaco |
| - Vertical con posición en X | - salto en arco |
| - Tijeras piernas dobladas | - Agrupado |
| - Salto vertical, pierna libre en "passé" | - Zancada |
| - Salto vertical, pierna libre en horizontal (delante, atrás) | - Gacela |

2.1.4. Movimientos de brazos

La composición debe incluir al menos dos (2) series diferentes de movimientos de brazos. Cada serie de movimientos de brazos debe incluir al menos 3 movimientos diferentes.

Por ejemplo:

- | | |
|--|---|
| - ondas | - círculos |
| - balanceos | - palmadas |
| - empujes | - elevaciones |
| - ochos | - tirones |
| - <u>rotaciones</u> | - extensiones |
| - *swings y leads con diferente fuerza | *(volteos y circunducciones con diferente fuerza) |

2.1.5. Series de pasitos rítmicos

La composición debe incluir al menos dos (2) series diferentes de pasitos, saltos y/o saltitos. Una serie contiene al menos seis (6) pasitos, saltos y/o saltitos que han de ser, al menos, de dos (2) tipos diferentes.

Además: 1 serie (de al menos 6 pasitos, saltos o saltitos) combinada con otro grupo de movimientos (pasos, saltos y saltitos ejecutados al unísono con movimientos de brazos o cuerpo)

Una de las series debe contener un cambio de ritmo.

Por ejemplo:

- variaciones de carrera o pasos
- variaciones de pasos de danza (vals, polca, etc.)
- variaciones de pasos folklóricos

2.1.6. Movimientos Acrobáticos

La composición debe incluir al menos 2 movimientos acrobáticos adaptados a la Gimnasia Estética de Grupo. Estos movimientos acrobáticos deben estar incorporados en la composición de forma fluida y lógica / natural

Por ejemplo:

- rueda lateral
- plancha sobre el pecho
- puente

2.1.7. Movimientos de Flexibilidad

La composición debe contener al menos 4 movimientos de flexibilidad que muestren la elasticidad en piernas tanto frontal, como lateral, como atrás. En línea frontal se debe mostrar tanto flexibilidad de pierna derecha como de izquierda. La amplitud debe ser de al menos 180°.

Los movimientos de flexibilidad deben tener una línea clara, amplitud y buen control postural. Los movimientos se deben ejecutar con una buena calidad técnica y respeto de los aspectos saludables así como contemplar un buen equilibrio entre la elasticidad y la fuerza. La forma del movimiento ha de ser claramente visible.

Por ejemplo:

- Línea frontal: - spagat en suelo
- equilibrio, spagat delante pierna libre mantenida con/sin ayuda, amplitud 180°
- salto en zancada con amplitud de 180°
- Lateral: - spagat frontal en suelo
- equilibrio, spagat lateral pierna libre mantenida con/sin ayuda, amplitud 180°
- salto en zancada lateral con amplitud 180°
- Atrás: -movimientos con el tronco extendido atrás con una amplitud mínima de 80°.
En la extensión: Los hombros deben permanecer en la misma línea/nivel y la extensión ha de ser de toda la espalda.

2.1.8. Series Combinadas de diferentes grupos de movimientos

La composición debe incluir al menos dos (2) diferentes series combinadas de movimientos de dos (2) grupos distintos (serie de movimientos corporales, saltos y equilibrios). En estas series combinadas, se permite un paso entre los dos grupos de movimientos.

Ejemplos de combinación:

- Salto + equilibrio
- Equilibrio + salto
- Salto + serie de movimiento corporal
- Serie de movimiento corporal + salto
- Equilibrio + serie de movimiento corporal
- Serie de movimiento corporal + equilibrio

La serie de movimientos corporales puede contener dos (2) movimientos (serie A) o tres (3) movimientos (serie B)

Las combinaciones de diferentes grupos de movimientos han de ser diferentes. Las jueces contarán cada tipo de combinación sólo una vez.

3.1. Categoría Infantil (12-14 años): elementos técnicos obligatorios

El programa de competición debe ser una unidad total que muestre las habilidades de las gimnastas según el espíritu técnico de la GEG.

Los elementos técnicos elegidos para la composición deben corresponderse al nivel de capacidad y la edad de las gimnastas.



El programa de competición debe variar en su contenido mostrando grupos de movimientos y combinaciones diferentes. La combinación de los movimientos con otros grupos o series de ellos añaden valor a la composición.

2.2.1. Movimientos corporales

Los movimientos corporales deben ser característicos de la edad de las gimnastas y corresponder a sus habilidades y nivel. La composición debe contener al menos 1 de cada uno de los siguientes movimientos:

- onda corporal total
- swing corporal total
- flexión/extensión
- relajación
- alineación
- torsión corporal
- contracción

Y:

- 2 series que incluyan dos (2) movimientos corporales cualesquiera diferentes (series de dos movimientos = serie A de movimientos corporales).

- 2 series que incluyan tres (3) movimientos corporales cualesquiera diferentes (series de tres movimientos = serie B de movimientos corporales).

Los movimientos corporales aislados obligatorios anteriormente mencionados pueden estar incluidos en las series.

Además, las series de movimientos corporales pueden incluir otros movimientos que desarrollen la coordinación, el control postural y la agilidad de las gimnastas. Por ejemplo:

- vueltas
- líneas en apoyo
- mantenerse sobre los hombros

2.2.2. Equilibrios

Los equilibrios deben ser característicos de la edad de las gimnastas y corresponder a sus habilidades y nivel. La composición debe tener al menos 2 equilibrios y una serie de al menos dos equilibrios diferentes. En la serie el cambio de la pierna de apoyo está permitido.

Por ejemplo:

- diferentes equilibrios sobre la misma pierna
- equilibrios dinámicos (equilibrios con movimiento: giros, movimientos corporales realizados sobre una pierna de soporte o equilibrios con movimiento de la pierna libre de una dirección a otra, por Ej. de delante a lateral y a atrás)

2.2.3. Saltos

Los saltos deben ser característicos para la edad y corresponder al nivel de la habilidad de las gimnastas. La composición debe contener al menos 2 saltos aislados diferentes y una serie de saltos formada por dos saltos diferentes. Entre los dos saltos de la misma serie está permitido un máximo de tres (3) apoyos sobre el suelo.

Por ejemplo:

- Salto vertical en posición Passé
- Salto en "Equis"
- Salto "Tijeras" piernas dobladas
- Salto vertical posición arabesque (adelante, lateral o atrás)
- Salto "Tijeras"
- Salto Cabriole (adelante, lateral o atrás)
- Saltos que incluyan giro o rotación
- Salto "Cosaco"
- Salto en Arco
- Salto agrupado
- Salto zancada
- Salto zancada lateral
- Salto "Gacela"
- Salto "Gato"

2.2.4. Series de pasitos rítmicos

La composición debe incluir al menos 1 serie (formada como mínimo por 6 pasos, saltos o saltitos) combinada con otro grupo de movimientos (pasos, saltos y saltitos realizados a la vez con movimientos de brazos o cuerpo).

Por ejemplo:

- variaciones de carrera y pasos
- variaciones de diferentes pasos de danza (Ej. vals, polka, etc....)
- variaciones de saltitos de danzas folklóricas

2.2.5. Movimientos Acrobáticos

La composición debe incluir al menos 1 movimiento acrobático que este adaptado a la GEG. Los movimientos acrobáticos deben estar enlazados en la composición de forma fluida y natural.

Por ejemplo:

- rueda lateral
- apoyo sobre el pecho
- puente

2.2.6. Movimientos de flexibilidad

La composición debe contener al menos 3 movimientos de flexibilidad que muestren la flexibilidad de piernas tanto en plano frontal como atrás. En línea frontal, ha de mostrarse en ambas piernas, tanto derecha como izquierda. La amplitud ha de ser de 180°.

Los movimientos de flexibilidad deben mostrar una línea clara, amplitud y control postural. Los movimientos deben ser ejecutados con buena calidad técnica y respetando los aspectos saludables, así como mostrar el equilibrio entre elasticidad y fuerza. La forma de los movimientos debe verse claramente.

Por ejemplo:

- Plano frontal:
 - spagat en suelo
 - equilibrio en spagat por delante, pierna mantenida con/sin ayuda amplitud 180°
 - salto zancada en 180°
- Atrás:
 - movimientos con el tronco en extensión atrás mínimo 80°. Los hombros deben mantenerse al mismo nivel/línea y la extensión debe ser de toda la espalda.

2.2.7. Series Combinadas de diferentes grupos de movimientos

La composición debe incluir al menos 3 diferentes series combinadas de dos (2) grupos de movimientos (serie de movimientos corporales, saltos y equilibrios). En una serie, se permite un paso entre los grupos de movimientos.

Ejemplos de combinación:

- salto + equilibrio
- equilibrio+ salto
- salto + serie de movimientos corporales
- serie de movimientos corporales + salto
- equilibrio + serie de movimientos corporales
- serie de movimientos corporales + equilibrio

Una serie de movimientos corporales puede contener dos (2) movimientos corporales (serie A) o tres (3) movimientos corporales (serie B). Las combinaciones de diferentes grupos deben ser distintas. Los jueces contarán el mismo tipo de combinación solo una vez.

3.2. Evaluación del Valor Técnico (TV)

2.3.1. Categorías de 8-10 y 10 - 12 años

La puntuación total del valor técnico es 0.0 - 6.0 con un valor para los elementos obligatorios de entre 0.0 – 5.9 y una bonificación de 0.1 puntos.

Valor de los elementos obligatorios, exigencias mínimas de la composición:

2.3.1.1. Movimientos corporales

		valor máximo
1 onda corporal total	0.2	0.2
1 swing corporal total	0.2	0.2
1 flexión/extensión	0.2	0.2
1 relajación	0.2	0.2
1*línea *(alineación)	0.2	0.2
1 torsión corporal	0.2	0.2
2 series de movs. corporales A	a' 0.3	0.6
1 serie de movs. corporales B	a' 0.4	0.4
		(total 2.2)

2.3.1.2. Equilibrios

1 equilibrio aislado	0.2	0.2
1 serie de equilibrios	0.3	0.3
		(total 0.5)

2.3.1.3. Saltos

1 salto aislado	0.2	0.2
1 serie de saltos	0.3	0.3
		(total 0.5)

2.3.1.4. Movimientos de brazos

2 series diferentes de movs. de brazos	a' 0.2	0.4
		(total 0.4)

2.3.1.5. Series de pasitos

3 diferentes series de pasos, saltos, saltitos	a' 0.3	0.9
--	--------	-----



1 de ellas combinada con otro grupo de movimientos

(total 0.9)

2.3.1.6. Movimientos acrobáticos

2 diferentes movs. acrobáticos

a' 0.2

0.4
(total 0.4)

2.3.1.7. Movimientos de flexibilidad

4 diferentes movimientos de flexibilidad
(delante con derecha, delante con izquierda, lateral detrás)

a' 0.1

0.4
(total 0.4)

2.3.1.8. Series Combinadas de diferentes grupos de movimientos

2 series diferentes

a' 0.3

0.6
(total 0.6)

La puntuación máxima para los elementos obligatorios es 5.9.

Atención! Un elemento repetido de forma idéntica en la composición, cuenta solo una vez en valor técnico. Un elemento obligatorio contará para el valor técnico si esta ejecutado de forma clara y muestra los puntos básicos de la técnica correcta., al menos. 2/3 del grupo, debe ejecutar el elemento de forma aceptable para poder ser tenido en consideración en el valor técnico. Un movimiento solo puede ser contabilizado una vez como elemento obligatorio.

Excepciones:

- Un movimiento corporal obligatorio aislado puede ser incluido en una serie de movimientos corporales obligatoria o en una serie de movimientos corporales dentro de una serie combinada
- Los movimientos de flexibilidad pueden estar incluidos en otros elementos (por Ej. Saltos, equilibrios, movimientos acrobáticos)
- Los movimientos de flexibilidad *frontal *(por delante) pueden ser mostrados con el mismo movimiento (por Ej. Espagat en suelo)
- Las series de movimientos de brazos obligatorias pueden combinarse con otros elementos obligatorios

2.3.1.9. Bonificación + 0.1

- Los elementos corresponden a la edad y al nivel de las habilidades de las gimnastas de forma excelente. Bonificación + 0.1

2.3.2. Categoría 12 – 14 años

La puntuación total del valor técnico es 0.0 – 6.0 con un valor para los elementos de entre 0.0 - 5.9 y una bonificación de 0.1 puntos.

Valor de los elementos obligatorios de la composición:

2.3.2.1. Movimientos corporales

		valor máximo
1 onda corporal total	0.2	0.2
1 swing corporal total	0.2	0.2
1 flexión /extensión	0.2	0.2
1 relajación	0.2	0.2
1*línea *(alineación)	0.2	0.2
1 torsión corporal	0.2	0.2
1 contracción	0.2	0.2
2 series de movs. corporales A	a' 0.3	0.6
2 series de movs. corporales B	a' 0.4	0.8
		(total 2.8)



2.3.2.2. Equilibrios

2 equilibrios aislados diferentes	0.2	0.4
1 serie de equilibrios	0.3	0.3
		(total 0.7)

2.3.2.3. Saltos

2 saltos aislados diferentes	0.2	0.4
1 serie de saltos	0.3	0.3
		(total 0.7)

2.3.2.4. Series de pasitos

1 serie de pasos, saltos o saltitos	<u>0.3</u>	<u>0.3</u>
<u>Combinada con otro grupo de movimientos</u>		<u>(total 0.3)</u>

2.3.2.5. Movimiento Acrobático

1 movimiento acrobático	<u>0.2</u>	<u>0.2</u>
		(total 0.2)

2.3.2.6. Movimientos de flexibilidad

<u>3 diferentes movimientos de flexibilidad</u>	a' 0.1	<u>0.3</u>
<u>(delante con derecha, delante con izquierda, detrás)</u>		<u>(total 0.3)</u>

2.3.2.7. Series Combinadas de diferentes grupos de movimientos

3 series diferentes	a' 0.3	0.9
		(total 0.9)

La puntuación máxima para los elementos obligatorios es 5.9.

Atención! Un elemento repetido de forma idéntica en la composición, cuenta solo una vez en valor técnico. Un elemento obligatorio contará para el valor técnico si esta ejecutado de forma clara y muestra los puntos básicos de la técnica correcta., al menos. 2/3 del grupo, debe ejecutar el elemento de forma aceptable para poder ser tenido en consideración en el valor técnico. Un movimiento solo puede ser contabilizado una vez como elemento obligatorio.

Excepciones:

- Un movimiento corporal obligatorio aislado puede ser incluido en una serie de movimientos corporales obligatoria o en una serie de movimientos corporales dentro de una serie combinada
- Los movimientos de flexibilidad pueden estar incluidos en otros elementos (por Ej. Saltos, equilibrios, movimientos acrobáticos)
- Los movimientos de flexibilidad *frontal *(por delante) pueden ser mostrados con el mismo movimiento (por Ej. Espagat en suelo)
- Las series de movimientos de brazos obligatorias pueden combinarse con otros elementos obligatorios

2.3.2.8. Bonificación + 0.1

- Los elementos corresponden a la edad y al nivel de las habilidades de las gimnastas de forma excelente, Bonificación + 0.1



3. VALOR ARTISTICO

3.1 Elementos artísticos obligatorios de la composición

3.1.1. Calidad gimnástica en la composición

Toda la composición debe mostrar equilibrio en la presencia de las cualidades de las gimnastas. Debe consistir en movimientos versátiles y variedad de grupos de movimientos, combinaciones y series que se correspondan con el nivel de las habilidades de las gimnastas.

Todos los miembros del grupo deben ejecutar los elementos exigidos al mismo tiempo o en breve espacio de tiempo. Los elementos obligatorios se dividen en seis grupos: movimientos corporales, equilibrios, saltos, series de pasos, movimientos acrobáticos, movimientos de flexibilidad y series combinadas de diferentes grupos de movimientos.

La composición se debe desarrollar empleando la técnica del movimiento corporal total siguiendo la filosofía de la Gimnasia Estética de Grupo, donde los elementos y las combinaciones fluyen de forma natural, mostrando continuidad y fluidez. La composición debe mostrar los movimientos y elementos sin que parezcan partes separadas.

La composición debe mostrar control y flexibilidad muscular bilateral de las gimnastas. Además, debe procurar el desarrollo de la fuerza, velocidad y resistencia de las gimnastas. Para el trabajo bilateral, es necesario que el grupo realice un salto y un equilibrio con pierna derecha y uno con pierna izquierda.

La unidad (*ejecución como un equipo) de grupo debe ser predominante. Diferentes tipos de solos o cánones pueden tener cabida en la composición, pero no deben predominar.

3.1.2. Estructura de la composición

La composición debe formar una unidad total: unidad entre las gimnastas y unidad entre movimientos versátiles y variedad de grupos de movimientos, combinaciones y series de movimientos.

La estructura de la composición debe ser versátil y tener variedad. Los elementos obligatorios deben estar incluidos en el programa de forma natural y diversa de acuerdo a la estructura de la composición.

Los elementos obligatorios deben ser versátiles, con un mínimo de tres (3) tipos de equilibrios diferentes (por Ej. 1 de pierna delante, 1 giro, 1 pierna atrás), un mínimo de 3 saltos diferentes (por Ej. 1 con giro, 1 con flexión, 1 con batida de dos piernas) y variedad en los movimientos corporales (por Ej. Combinados con otro grupo de movimiento, en el suelo, etc.) .La composición debe mostrar bilateralidad en los movimientos (ambas piernas, flexiones a ambos lados, etc.) y variedad en el uso de elementos.

La composición debe incluir 6 diferentes formaciones y los movimientos se deben realizar en distintos planos y niveles (por Ej. Nivel inferior: en suelo, nivel medio y nivel elevado: saltos) y en diferentes direcciones (por Ej. hacia delante, detrás, lateral, oblicuo).

Debe haber variedad en el uso del espacio. Los cambios de un movimiento o formación a otro deben ser fluidos y variados. El uso de la superficie de competición debe ser suficiente.

La composición debe incluir variaciones de tiempo (movimientos rápidos y lentos) y variaciones en el empleo de la energía (movimientos fuertes y suaves).

3.1.3. Originalidad y música



La composición debe mostrar originalidad así como expresividad y apariencia estética en los movimientos, y ser equilibrada y acorde con la forma de moverse característica de la edad de la categoría.

Una composición original incluye nuevos elementos y formaciones y nuevas formas de enlazar estas formaciones, así como nuevas e interesantes colaboraciones.

Los movimientos de las gimnastas deben conformar una unidad con la música y los movimientos y la composición deben seguir la estructura de la música. La música debe corresponderse a la idea y la expresividad de la composición.

La música debe ser rítmicamente variada y apropiada para la edad de la categoría.

3.1.4. Deducciones en Valor Artístico

3.1.4.1. Música

La música debe formar una unidad. Si la música está formada por diferentes piezas musicales, los diferentes temas y modos deben estar fusionados y su relación debe tener la máxima unidad posible. Un fondo musical monótono no está permitido. Una interrupción de la música o una unión pobre entre dos temas musicales no está autorizada. La calidad de la grabación musical debe ser apropiada. La música no puede terminar antes que el movimiento de las gimnastas. La música no debe tener un final brusco.

3.1.4.2. Error de composición

Un error de composición es cualquier parte del programa que rompa, distorsionándola, la unidad de la composición. Este tipo de errores pueden ser, por ejemplo, una pausa demasiado prolongada entre elementos o combinaciones (por Ej. Paradas, partes estáticas de la composición), pobres o ilógicos movimientos de una formación a otra (por Ej. Una carrera normal, una situación en la que una gimnasta emplea pierna diferente al resto durante el mismo elemento) las exigencias de bilateralidad para el grupo no están claramente presentes (falta de empleo de la pierna no dominante en saltos y equilibrios), uniones pobres para enlazar los movimientos pre-acrobáticos y las colaboraciones (que no se realizan de forma enlazada y fluida), movimientos antiestéticos, etc.

3.1.5. Penalizaciones en valor artístico

3.1.5.1. Movimientos prohibidos

La composición no debe contener movimientos acrobáticos con fase aérea o elevación de una gimnasta (teniendo todo su peso mantenido por el resto del grupo o con pérdida de contacto con el suelo).

Excepción en 12-14 años: Una elevación sin pérdida de contacto se permite en la coreografía. La gimnasta elevada debe estar activa (ha de ayudar con su propia fuerza a las otras para que la eleven) En cualquier caso, la gimnasta no puede estar de pie sobre otra compañera o alguna parte del cuerpo de esta, y la gimnasta elevada no puede perder contacto con sus compañeras.

3.1.6. Bonificación + 0.1

La bonificación se puede otorgar cuando la composición presente un "tema" y se haya desarrollado con gran expresión artística. La impresión artística puede provenir de una sola parte o de la totalidad inolvidable de la composición.



3.2 Evaluación del Valor Artístico (AV)

La puntuación máxima de Valor Artístico es 0 - 4.0 con un 3.9 para los distintos aspectos y una bonificación de 0.1.

3.2.1. Calidad gimnástica de la composición (1.3)

- Técnica de GEG 0.2
 - Elementos corresponden a habilidades 0.4 (0.1/movimientos corporales, equilibrios, saltos, series combinadas)
 - capacidades físicas 0.3 (0.1 /control muscular, flexibilidad velocidad)
 - Trabajo bilateral 0.2
 - Unidad (trabajo como un grupo) 0.2
- (total 1.3)

3.2.2. Estructura de la composición (1.3)

- Composición es una unidad total 0.1
 - Estructura variada 0.1
 - Variedad en el uso de grupos de movimientos 0.1
 - Variedad en el uso de elementos obligatorios

movimientos corporales	0.1
equilibrios	0.1
saltos	0.1
 - Al menos 6 formaciones 0.1
 - Variedad en planos y niveles 0.1
 - Variedad en direcciones 0.1
 - Desplazamientos fluidos y versátiles 0.1
 - Suficiente uso del área de competición 0.1
 - Variaciones de tempo 0.1
 - Variaciones en el uso de la energía (dinámica) 0.1
- (total 1.3)

3.2.3. Originalidad y música (1.3)

- Composición es expresiva y estética 0.1
 - Composición acorde con el movimiento característico de la edad de la categoría 0.1
 - Originales y nuevos movimientos o combinaciones 0.2
 - Original e interesante uso de las formaciones 0.2
 - Originales/interesantes colaboraciones 0.1
 - Unidad de música, idea, composición 0.2
 - Variedad en el ritmo de la música 0.1
 - Música se corresponde a la edad 0.2
 - Unidad entre los movimientos y la estructura musical 0.1
- (total 1.3)

3.2.4. Deducciones

- Música pobremente unida - 0.2
- Música de fondo - 0.2
- Error en la composición - 0.1 / cada vez
- Música se detiene antes del último movimiento de las gimnastas - 0.1

3.2.5. Penalizaciones

- Movimiento prohibido - 0.5 / cada vez



3.2.6. Bonificación (+ 0.1)

Por un tema/historia de la coreografía y su expresión artística + 0.1

4. EJECUCIÓN

4.1. Exigencias de ejecución

4.1.1. Movimientos corporales

La Gimnasia Estética de Grupo se compone de movimientos corporales totales estilizados y naturales, donde las caderas forman el centro básico del movimiento. El movimiento fluye hacia fuera desde el centro (caderas) o hacia dentro, en dirección al centro. Un movimiento realizado con un aparte del cuerpo de refleja a lo largo del resto de todo el cuerpo. La filosofía del deporte se basa en movimientos armoniosos, rítmicos y dinámicos realizados con un uso natural de la fuerza.

Todos los movimientos corporales se deben ejecutar de forma fluida y subrayando la continuidad. La ejecución debe mostrar amplitud, variedad en la dinámica y en la velocidad.

Puntos básicos:

Flexión/extensión:

- forma clara y bien controlada
- buena amplitud de movimiento

Swing corporal total:

- empieza en extensión
- relajación de cuello y brazos durante el movimiento
- termina en una posición controlada

Relajación:

- empieza en posición controlada
- en la fase de relajación, la cadera se adelanta, la espalda se redondea, el cuello se contrae un poco y los hombros están relajados

**Línea *Alineación:*

- la forma del movimiento es clara
- buen control muscular y corrección postural

Onda corporal total:

- empieza en la cadera
- dirección de giro e la cadera claramente visible
- el movimiento fluye por todo el cuerpo y se refleja en todas sus partes
- el movimiento finaliza en una posición controlada y equilibrada

Torsión corporal:

- forma y dirección claramente visibles
- buena amplitud; entre hombros y cadera debe existir una variación de dirección de 90°

Contracción:

- la contracción activa de los músculos es visiblemente clara
- la cadera gira hacia la dirección de la contracción

4.1.2. Equilibrios

Todos los movimientos o las series de movimientos ejecutados sobre una superficie reducida o que mantengan una posición sobre un apoyo reducido, cuentan como equilibrios. El tamaño de la superficie de apoyo, el centro de gravedad del cuerpo y la posición del mismo afectan a la dificultad del equilibrio. La duración del uso de la superficie de apoyo debe ser claramente visible.

Los equilibrios deben tener las características siguientes:

- forma fijada y bien definida
- buena amplitud en la forma
- buen control corporal durante y después del equilibrio

4.1.3. Saltos

Un salto es un movimiento total con despegue, vuelo y recepción. El despegue se inicia con un plié después del cual el pie, tobillo y rodilla efectúan un movimiento rápido de extensión. El vuelo debe tener una buena altura y elevación. La forma del salto debe ser claramente visible durante el vuelo. La forma debe permanecer fijada durante la rotación de los saltos en giro. La recepción debe ser ligera con un buen control de todo el cuerpo.

Los saltos han de contemplar las características:

- buena altura y elevación en fase de vuelo
- buen control del cuerpo en fase de vuelo
- buena amplitud en la forma/posición
- control en el aterrizaje

4.1.4. Movimientos de brazos

La ejecución de los movimientos de brazos debe mostrar claramente diferentes planos y direcciones y variedad entre fuerza y relajación. Deben realizarse utilizando toda la longitud del brazo.

4.1.5. Movimientos de piernas

Los movimientos de piernas deben ser realizados con buena técnica que incluye correctas extensiones, rotación externa (en dehors), buena flexibilidad y correcta posición de la cadera en elevaciones y sujeciones.

4.1.6. Series de pasos, saltos y saltitos

Las series de pasos, saltos y saltitos deben desarrollar la agilidad de las gimnastas. La ejecución de pasos saltos y saltitos deben mostrar buena técnica y coordinación y deben ser ejecutados rítmicamente.

4.1.7. Movimientos acrobáticos

En los movimientos acrobáticos, las gimnastas deben mostrar buen control muscular, coordinación y agilidad.

4.1.8. Movimientos de flexibilidad

Los movimientos de flexibilidad deben realizarse con un buen control muscular y mostrar claramente la forma y definición del movimiento. Deben realizarse con buena técnica y respetando los aspectos saludables. Deben mostrar equilibrio entre flexibilidad y fuerza.

4.1.9. Otras exigencias de ejecución

- 1 La ejecución debe ser unificada y sincronizada.



- 2 Todos los miembros del equipo deben realizar los elementos obligatorios de forma simultánea, sucesiva (canon) o en un corto periodo de tiempo.
- 3 Todos los movimientos, series de movimientos y combinaciones, deben ser movimientos corporales totales y el paso de un movimiento o formación a otro debe ser fluido. En los movimientos corporales totales, este se refleja en la totalidad del cuerpo, cuando el movimiento surge desde el centro del cuerpo, a través de la cadera. Los movimientos están enlazados de tal modo que la fluidez continúa de uno a otro subrayando la continuidad.
- 4 La ejecución debe mostrar Buena técnica, extensiones, corrección de movimientos y precisión en las formaciones y transiciones. La ejecución debe mostrar la diferencia entre movimientos suaves y enérgicos, (variación en el empleo de la fuerza) haciendo hincapié en los movimientos que sean característicos para la categoría de edad. El empleo de la fuerza debe ser natural.
- 5 La ejecución debe mostrar buena colocación, coordinación, equilibrio, estabilidad y ritmo.
- 6 La ejecución debe mostrar las habilidades atléticas del grupo: flexibilidad, fuerza, velocidad y resistencia.
- 7 La ejecución debe mostrar expresividad y apariencia estética.
- 8 Las gimnastas deben ejecutar el ejercicio de acuerdo a la dinámica y el ritmo de la música.
- 9 Tanto la posición de inicio como la final, forman parte de la ejecución.
- 10 Todos los elementos deben ejecutarse teniendo en cuenta los aspectos saludables: los hombros y las caderas alineadas, pierna de apoyo, colocación postural y trabajo bilateral. Al menos un (1) equilibrio y un (1) salto deben ser realizados con la pierna no dominante por todo el equipo.

4.2. Evaluación de la Ejecución (EJE)

La puntuación máxima de ejecución es 10.0 (0-9.8 y una bonificación de 0.1- 0.2)

Penalizaciones:

Falta en ejecución por 1-2 gimnastas, deducción 0.1 cada vez. Falta de 3 o más gimnastas, deducción de 0.3 cada vez.

4.2.1. Aspectos saludables

- <u>los hombros y las caderas en línea</u>	0.1 cada vez/movimiento
- <u>pierna de apoyo</u>	0.1 cada vez/movimiento
- <u>postura</u>	0.1 cada vez/movimiento
- <u>trabajo bilateral</u>	0.2 cada vez/el programa completo

4.2.2. Calidad gimnástica

- movimiento corporal total	0.3 (una vez)	0.4 (una vez)
- extensiones insuficientes	0.1	0.3

4.2.3. Unidad de grupo

- pequeña diferencia en ejecución	0.1	0.3
- pequeña falta de sincronización	0.1	0.3
- diferencias de ejecución en la técnica de movimientos	0.1	0.3

4.2.4. Movimientos corporales

- pequeña imperfección en ejecución	0.1	0.3
- forma no fijada	0.1	0.3
- movimiento extra	0.1	0.3

4.2.5. Equilibrios

- movimiento innecesario sin paso o salto	0.1	0.3
- paso o salto innecesario	0.1	0.3
- forma no fijada	0.1	0.3
- pérdida de equilibrio: con apoyo de mano, pie u otra parte del cuerpo	<u>0.2 cada gimnasta</u>	

4.2.6. Saltos

- forma no fijada	0.1	0.3
- recepción pesada	0.1	0.3
- falta de amplitud en la forma	0.1	0.3
- elevación insuficiente	0.1	0.3

4.2.7. Series de pasos, saltos y saltitos

- falta de técnica de pies (Ej. Falta de rotación externa)	0.1	0.3
---	-----	-----

4.2.8. Movimientos acrobáticos

- técnica pobre	0.1	0.3
- falta de control muscular	0.1	0.3

4.2.9. Movimientos de flexibilidad

- forma no fijada, técnica pobre	0.1	0.3
- falta de control muscular	0.1	0.3

4.2.10. Desplazamientos

- falta de fluidez	0.1	0.3
- <u>falta de ligereza / pasos pesados</u>	0.1	0.3
- colisión entre gimnastas	0.1	0.3
- colisión entre gimnastas, la ejecución se ve afectada claramente	0.2	0.4

4.2.11. Precisión del movimiento

- Imprecisión en planos/niveles/direcciones	0.1	0.3
- Imprecisión en formaciones	0.1	0.3

4.2.12. Características físicas

- carencia clara en cualquier área (flexibilidad, fuerza etc.) durante todo el ejercicio	0.1/área	0.3/área
--	----------	----------

4.2.13. Música y movimiento

- pequeña imprecisión entre movimiento y ritmo de la música	0.1	0.3
---	-----	-----

4.2.14. Caída

- pérdida total de equilibrio con caída durante cualquier movimiento	0.4 cada gimnasta	
--	-------------------	--

4.2.15. Bonificación + 0.2



- Elementos excelentemente ejecutados y sincronizados + 0,1
- Elementos excelentemente ejecutados y sincronizados ejecutados con 9 o más gimnastas + 0,1

5. JURADO

5.1. Generalidades

El Comité Técnico de la AEGEG designa a los Jueces para los Jurados en las competiciones Nacionales, Autonómicas, Provinciales y Escolares. El Juez tiene que estar formado en el curso Nacional de Jueces de Gimnasia Estética de Grupo impartido por la AEGEG, entidad única reconocida por la IFAGG, para impartirlos en todo el territorio Nacional, y aprobar dicho Curso para ser Juez Nacional, homologado por la AEGEG.

El entrenador o el coreógrafo de un grupo no podrán ejercer de Juez en los siguientes supuestos:

1. **En las competiciones donde participan grupo/s o clubes por ellos representados.**
2. **No haya obtenido el título y licencia de Juez en los cursos convocados por la AEGEG**

5.2. Composición del Jurado

5.2.1. Jueces necesarios para la evaluación

Los grupos serán evaluados por dos paneles de jueces, uno para composición y uno para ejecución.

El jurado de composición se divide en dos subgrupos:

- Composición, Valor técnico VT, grupo de 3-4 jueces
- Composición, Valor artístico, VA, grupo de 3-4 jueces
- En ambos subgrupos, la juez nº 1 será juez responsable del jurado correspondiente.
- Ejecución (Eje) - formado por 3 - 4 jueces

Consiste en 3-4 jueces. Una de las jueces (juez nº 1) será la juez responsable del panel.

. El número mínimo tolerado de jueces es de 9. (dependiendo de cada Campeonato en concreto).

Todos los Jueces deben ser nombrados por la AEGEG y tener Licencia de la temporada en vigor con AEGEG.

5.2.2. Jurado Superior u Observador Oficial

Un jurado superior u Observador oficial, con responsabilidades específicamente definidas, puede ser nombrado para la competición.

5.2.3. Jueces de línea

Puede haber al menos 2 jueces de línea las cuales observan las líneas de área desde sus esquinas. Señalarán si se sobrepasa el área de competición con una bandera y tomarán nota de cada salida en una papeleta al efecto. Al finalizar el ejercicio, la juez de línea hará llegar la papeleta a la juez responsable del jurado de Ejecución, quien realizara la deducción. La deducción se realizara de la nota total de ejecución.

5.2.4. Responsabilidades de las jueces efectivas

- Las jueces evalúan los ejercicios conforme a las normas e indicaciones acordadas en la reunión



técnica.

- Deben otorgar su puntuación de forma independiente.
- Durante la competición, los jueces no pueden discutir la evaluación entre ellas, con entrenadores o gimnastas.
- Cada panel de jueces trabaja de forma independiente y otorga su puntuación sin considerar la nota de los otros paneles.

5.2.5. Responsabilidades de los Jueces Principales

- es uno de los jueces efectivos
- comprueba las diferencias entre las notas de todos los jueces efectivos de su panel
- llama a los jueces a reunión en las situaciones descritas en el reglamento y dirige la negociación (después de la actuación del primer grupo y /o si las diferencias no son conformes)
- supervisa que se cumplan las reglas en el panel
- supervisa el trabajo de los jueces efectivos en el panel correspondiente
- puede interrumpir la ejecución si se dan problemas técnicos o situaciones de peligro
- si casos no descritos en las normas concurren durante la competición, el juez responsable llama a la totalidad del panel de jueces (composición y ejecución) así como al director de competición y si lo hay al observador oficial o al jurado superior para adoptar un acuerdo.
- comprueba y firma los protocolos de la competición

6. PUNTUACIÓN

6.1. Generalidades

El jurado VT, Composición/Valor Técnico, evalúa los elementos técnicos de la composición, contabiliza su valor y añade la posible bonificación.

El jurado AV, Composición/ Valor Artístico evalúa el valor artístico de la composición y contabiliza los aciertos de la composición de acuerdo a los valores descritos en las normas y añade la posible bonificación.

El Jurado EJE, Ejecución evalúa la ejecución del grupo haciendo las deducciones de acuerdo a los valores descritos en las normas y añade la posible bonificación.

Preliminares

Los jurados de composición, tanto VT como AV y Ejecución otorgan sus notas de forma separada y la nota media de cada panel se tiene en consideración. Las medias de cada jurado se suman.

Finales

La puntuación se obtiene de igual forma que en la fase preliminar. La puntuación de la competición preliminar se suma a la obtenida en la fase final para tener el resultado final y establecer el ranking/la clasificación.

6.2. Obtención de la Puntuación, Jurado de composición

6.2.1. Composición/Valor Técnico (TV)

El jurado de Composición/ Valor Técnico (VT) da su puntuación entre 0 – 5.9.

Dependiendo del número de jueces en el jurado, la puntuación se obtiene como sigue:

Jurado de 4 jueces:

- Las puntuaciones más alta y más baja se eliminan y se realiza la media entre las dos notas centrales
- La diferencia entre las dos notas centrales no puede ser mayor que 0.3 (notas entre 0.0-5.9)

Jurado de 3 jueces:



- Se hace media entre las notas de las tres jueces
- La diferencia entre todas las notas no puede ser mayor que 0.4 (notas entre 0.0 – 5.9)

Bonificación:

- La Bonificación máxima de 0.1
- La Bonificación se suma a la nota media de VT
- La Bonificación se otorga si ha sido propuesta por 3/4, 2/3 de los jueces

6.2.2. Composición/Valor Artístico (AV)

El jurado de Composición/ Valor Artístico (VA) da puntos entre 0 - 3.9.

Dependiendo del número de jueces en el jurado, la puntuación se obtiene como sigue:

Jurado de 4 jueces:

- Las puntuaciones más alta y más baja se eliminan y se realiza la media entre las dos notas centrales
- La diferencia entre las dos notas centrales no puede ser mayor que 0,3 (notas entre 0,0-3,9)

Jurado de 3 jueces:

- Se hace media entre las notas de las tres jueces
- La diferencia entre todas las notas no puede ser mayor que 0.4 (notas entre 0.0 – 3.9)

Penalizaciones

Movimiento Prohibido: -0.5 puntos cada vez

Las penalizaciones se dan de forma separada y se resta de la puntuación media de VA solo si la mayoría de jueces han hecho la deducción. (3/4, 2/3 de las jueces).

Bonificación:

- La Bonificación máxima de 0.1
- La Bonificación se suma a la nota media de AV
- La Bonificación se otorga si ha sido propuesta por 3/4, 2/3 de los jueces

6.3. Obtención de la Puntuación; Jurado de Ejecución

El jurado de Ejecución (EJE) da puntos entre 0 - 9.8.

Jurado de 4 jueces:

- Las puntuaciones más alta y más baja se eliminan y se realiza la media entre las dos notas centrales
- La diferencia entre las dos notas centrales no puede ser mayor a 0,3 (notas entre 0,0-9,8)

Jurado de 3 jueces:

- Se hace media entre la nota de las tres jueces
- La diferencia entre todas las notas no puede ser mayor que 0.4 (notas entre 0.0 – 9,8)

Bonificación:

- La Bonificación máxima de 0.2
- La Bonificación se suma a la nota media de EJE
- La Bonificación se otorga si ha sido propuesta por 3/4, 2/3 de los jueces

6.4. Responsabilidades de la Juez Principal

Todas las jueces envían sus notas a la juez principal. La juez responsable comprueba la diferencia entre las dos notas centrales/ de entre todas las dadas, según las normas. Si la diferencia es muy grande, la juez responsable llama al jurado para una reunión. La juez responsable considera la posible bonificación o penalizaciones.



Negociaciones:

La juez principal es la persona encargada de la negociación. La juez principal está capacitada para incluir las puntuaciones de todas las juezes en la negociación. El orden entre las puntuaciones de las juezes no puede ser alterado en la negociación.

6.5. El primer grupo en competición de la categoría

Después de la actuación del primer grupo de la categoría en competición, las juezes tienen siempre la obligación de reunirse para discutir la puntuación y comprobar las diferencias entre todas las notas juntas. Las juezes otorgan su nota antes de la reunión. En la negociación, todas las juezes pueden cambiar sus notas pero el orden entre las notas de las juezes no se puede modificar.

6.6. Penalizaciones deducidas por la Juez Principal

Las penalizaciones se deducen de las notas medias de valor artístico o de ejecución y se reflejan en los protocolos de la competición.

6.6.1. Penalizaciones deducidas por la juez principal de valor artístico

- **Tiempo** La duración del ejercicio sobrepasa en más o menos 5 segundos el límite reglamentario. deducción: 0,1 puntos
- **Vestimenta** Vestuario antiestético o no conforme a la norma: deducción 0.1 por una gimnasta y 0.2 por 2 ó más gimnastas Decoración del cabello, maquillaje y punteras forman parte del vestuario... deducción: 0.1 puntos por cada elemento perdido (Puntera, ornamento del cabello, etc.)

6.6.2. Penalizaciones deducidas por la juez principal de ejecución

- **Salida del área de competición**
Cada salida de gimnasta del área de competición (tocando el suelo por la parte externa de la línea) tiene una deducción de 0,1 puntos (cada vez). Las juezes de línea enviarán una nota a la juez responsable por cada salida del límite.
- **Gimnasta ausente**
La deducción por cada gimnasta ausente es de 0,5. Esta deducción se efectúa incluso si el grupo comienza el ejercicio con 6 o más gimnastas y en el transcurso del mismo una gimnasta abandona el grupo por cualquier motivo.

7. CAMBIO DEL CODIGO

El Comité Técnico de la IFAGG es responsable de cambiar el código.

La Junta directiva de la IFAGG ha aprobado este reglamento.

Este reglamento es válido hasta 31 de agosto de 2015.