



NORMATIVA TÉCNICA 2008
GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA
CAMPEONATO ESCOLAR DE GIMNASIA
(GRUPO B)



NORMATIVA TÉCNICA 2008. GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA. CAMPEONATO ESCOLAR DE GIMNASIA (GRUPO B)
CATEGORÍA: PREBENJAMÍN (6-7 AÑOS). Nacidas en 2001, 2002.

	EXIGENCIAS	VALOR	PENALIZACIONES	ESPECIFICACIONES
S A L T O	1. Paloma a caer en posición decúbito supino sobre dos quitamiedos (hacia arriba)..... Un solo salto	5,00	- Técnica incorrecta de brazos.....hasta 0.30 - Extensión del cuerpo.....hasta 0.30	- Quitamiedos 80 cm. - 2 trampolines o 1 minitramp
		5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00
B A R R A	ENTRADA: Por un extremo de los bancos, entrada de pie utilizando un trampolín 1ª PASADA: 1. Desplazamiento por los 2 bancos con rodillas extendidas haciendo lanzamientos hacia delante con ambas piernas..... 2. Giro 180º con una pierna 2ª PASADA: 3 saltos gimnásticos (galope-galope)..... 4. Doble paso (Chassé)-salto extensión. 5. Plancha facial..... SALIDA: 6. salto agrupado.....	1.00 1.00 1,00 1.00 0,50 0.50	1: Falta de extensión de piernas.....hasta 0,30 Desequilibrioshasta 0,30 por desequilibrio 2: Falta de amplitud en saltos gimnásticos.....hasta 0.30 4: Falta de continuidad en la voltereta.....hasta 0.30 6: Falta de abertura en la plancha.....hasta 0.50 - No realizar un elemento o serie.....valor del elemento o la serie - Elemento distinto..valor del elemento que se remplace - Resto de penalizaciones por falta de corrección en los ejercicios.....hasta 0,10 por elemento - Por cada caída0,50	- 1 trampolín - El ejercicio se realizará en 2 bancos suecos - Composición libre - Tiempo máximo 1.10
		5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00



S U E L O	1ª DIAGONAL : 1. 3-4 Pasos de carrera-rueda lateral-voltereta adelante-salto extendido..... 2. Giro 180° sobre una pierna..... LATERAL: 3. Galope- galope- salto extendido..... 4. Spagat derecha-spagat izquierda-frontal 2ª DIAGONAL: 5. 3-4 Pasos de carrera-rueda lateral-rueda lateral.....	1,50 0,50 0,50 1,00 1,50	1 y 5 No pasar por la vertical en rueda lateral y falta de continuidad en la serie.....hasta 0.30 2 No finalizar el giro.....hasta 0.30 3 Falta de amplitud en saltos gimnásticos.....hasta 0.30 4 Falta de abertura.....hasta 0.30 - No realizar un elemento o serie.....valor del elemento o la serie - Elemento distinto..valor del elemento que se remplace - Resto de penalizaciones por falta de corrección en los ejercicios.....hasta 0,10 por elemento	- Composición libre - Música libre - Tiempo máximo 1.10
		5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00

**NORMATIVA TÉCNICA 2008. GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA. CAMPEONATO ESCOLAR DE GIMNASIA.(GRUPO B)
 CATEGORÍA: BENJAMÍN (8-9 AÑOS). Nacidas en 1999, 2000.**

	EXIGENCIAS	VALOR	PENALIZACIONES	ESPECIFICACIONES
S A L T O	1. Paloma a caer en posición decúbito supino sobre dos quitamiedos..... Un solo salto	5,00	- Técnica incorrecta de brazos.....hasta 0.30 - Extensión del cuerpo.....hasta 0.30	- 2 quitamiedos 80 cm. - 1 o 2 trampolines.
	5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00	
B A R R A	ENTRADA: por un lateral a pasar una pierna por encima de la barra y ponerse de pie.		1: Falta de extensión de piernas.....hasta 0,30 2: Falta de amplitud en saltos gimnásticos.....hasta 0.30 5: Falta de abertura en la plancha.....hasta 0.50 - No realizar un elemento o serie.....valor del elemento o la serie	- Composición libre - Tiempo máximo 1.10
	1ª PASADA: 1. Desplazamiento por la barra de equilibrios con rodillas extendidas haciendo lanzamientos hacia delante con ambas piernas.....	0,50	- Elemento distinto..valor del elemento que se remplace	
	2ª PASADA: 2. Galope-salto agrupado.....	1,00	- Resto de penalizaciones, por falta de corrección en los ejercicios.....hasta 0,10 por elemento	
	3. Doble paso (chassé)-salto extensión.....	0,50	- Por cada desequilibrioshasta 0,30	
	Giro 180° con una pierna.....	1,00	- Por cada caída0,50	
	4. Plancha facial.....	1,00		
SALIDA: 6. Salida salto agrupado.....	1,00			



S U E L O	1ª DIAGONAL :1. 3-4 Pasos de carrera-rueda lateral-rueda lateral-vertical-voltereta..... 2. Giro 360° sobre una pierna..... LATERAL : 3. 2 saltos mínimos, ambos con despegue de una pierna..... 4. Spagat derecha-spagat izquierda..... 2ª DIAGONAL : 5. 3-4 Pasos de carrera-rondada-salto extensión-voltereta atrás con rodillas extendidas (cuarta).....	5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00
		5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00

**NORMATIVA TÉCNICA 2008. GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA. CAMPEONATO ESCOLAR DE GIMNASIA.(GRUPO B)
 CATEGORÍA: ALEVÍN (10 – 11 - 12 AÑOS). Nacidas en 1996, 1997, 1998.**

	EXIGENCIAS	VALOR	PENALIZACIONES	ESPECIFICACIONES
S A L T O	1. Paloma a caer en posición decúbito supino sobre dos quitamiedos	5,00	- Técnica incorrecta de brazos.....hasta 0.30 - Extensión del cuerpo.....hasta 0.30	-2 quitamiedos 80 cm. -1 trampolines.
	Un solo salto	5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00



B A R R A	ENTRADA: por un lateral o un extremo saltar a quedar de cuclillas sobre la barra. 1ª PASADA: 1. 2 saltos gimnásticos (sisone-galope..... 0.50 2. Voltereta adelante o atrás 1.00 3. Giro 180º con una pierna..... 0.50 2ª PASADA: 4. Doble paso (chassé)-salto extensión.. 0,50 5. Plancha facial..... 1,00 6. Rueda lateral o arco atrás..... 1,00 SALIDA: rondada..... 0,50		1: Falta de amplitud en saltos gimnásticos.....hasta 0.30 2: Falta de continuidad en la voltereta.....hasta 0.30 5: Falta de abertura en la plancha.....hasta 0.50 6: No pasar por la vertical en la rueda o arco atrás..... hasta 0.30 -No realizar un elemento o serie.....valor del elemento o la serie -Elemento distinto.....valor del elemento que se remplace -Resto de penalizaciones por falta de corrección en los ejercicios.....hasta 0,10 por elemento -Por cada desequilibrioshasta 0,30 -Por cada caída0,50	-Composición libre -Tiempo máximo 1.10
	5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00	
S U E L O	1ª DIAGONAL : 1. 3-4 Pasos de carrera-paloma de 1 pierna - rueda lateral-vertical- voltereta..... 1,50 2. Giro 360º sobre una pierna..... 0,50 LATERAL: 3. 2 saltos mínimos (zancada- galope).. 0,50 4. Arco atrás o adelante..... 0,50 2ª DIAGONAL: 5. 3-4 Pasos de carrera-rondada-salto extensión-voltereta atrás con rodillas extendidas a vertical (quinta)..... 1,50 2º DIAGONAL LATERAL		1 y 6: No pasar por la vertical en rueda lateral y falta de continuidad en la serie.....hasta 0.30 2: No finalizar el giro.....hasta 0.30 3: Falta de amplitud en saltos gimnásticos.....hasta 0.30 4: Falta de abertura.....hasta 0.30 1: No marcar la vertical.....hasta 0.30 -No realizar un elemento o serie.....valor del elemento o la serie -Elemento distinto.....valor del elemento que se remplace -Resto de penalizaciones por falta de corrección en los ejercicios.....hasta 0,10 por elemento	- Composición libre - Música libre - Tiempo máximo 1.10
	5.00 p	10 puntos	VALOR TOTAL: 15.00	

