

FEDERACION INTERNACIONAL DE GIMNASIA



CÓDIGO DE PUNTOS 2022 - 2024

GIMNASIA AEROBICA

**APROBADO POR EL COMITÉ EJECUTIVO FIG
FEBRERO 2021**

Este Código de Puntuación deberá ser aprobado por el Comité Ejecutivo de la FIG para usarse a partir del 1ero de Enero del año 2022.

Tengan en cuenta que este COP, que también contiene algunos aspectos técnicos, deberá ser leído en conjunción con los actuales y válidos Estatutos FIG y Regulaciones Técnicas FIG.

En casos de contradicción entre el COP y las Regulaciones Técnicas, las Regulaciones Técnicas prevalecerán.

La versión en inglés es el texto oficial.

INTRODUCCIÓN DEL COP DE GIMNASIA AERÓBICA – Ciclo 15 2022 – 2024
Por Tammy Yagui-Kitagawa, Presidenta del Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica

El Comité Técnico está complacido en proveer este COP 2022 – 2024 al Comité Ejecutivo FIG y a las Federaciones Miembro de la FIG, propuesto para su implementación en Enero 1ero, 2022

El Código de Puntos ha tomado en consideración sugerencias hechas por:

- a. Los Comités Técnicos de Gimnasia Aeróbica de las Uniones Continentales FIG.
- b. Las Federaciones Miembro de la FIG.
- c. Jueces Internacionales, Entrenadores y Gimnastas
- d. Autoridades de la FIG

Los cambios más importantes están reflejados en:

- Nuevo formato para el COP
- Incrementar la mejor imagen de las categorías individuales
- Para PM/TR/GR, la longitud de la rutina es de 1' 25" (± 5-segundos)
- Algunos Cambios en el Código de Vestuario
- Reagrupando los elementos de dificultad y la Tabla (incluyendo el valor de los elementos)
- Reducción a 9 elementos de dificultad para IV/IF y a 8 elementos para PM/TR/GR
- Las deducciones de Dificultad no son divididas.
- 1 elemento del Grupo B, Familia 4 es obligatorio para la Categoría IV
- Grupo C, Familia 7, no está permitida para la Categoría IV
- Combinación de máximo 3 elementos para IV/IF, solamente, y un máximo de 2 elementos para PM/TR/GR
- Combinaciones de Elementos Acrobáticos son permitidas para IV/IF y tal vez en combinación con Elementos de Dificultad, pero solo 1 set de combinación.
- Nuevas deducciones para Ejecución
- "Artística" es renombrada como "Arte"
- Nuevo criterio para Arte
- Ningún valor al Lift y será evaluado en Arte, como Compañerismo y Colaboración
- Se renombró al Grupo de Edad 2 como "Junior" y al Grupo de Edad 1 como "Grupo de Edad"
- El coeficiente ha sido analizado y cambiado
- Se añadió el "Glosario" al final del COP

Deseo agradecer al CT de GAer actual, por su trabajo sin límites en la creación de este nuevo COP.

Todos los miembros del Comité Técnico FIG de Gimnasia Aeróbica contribuyeron a la revisión de este Código de Puntos.

Tammy Yagi-Kitagawa	Presidente	JPN
Wang Hong	Vice-presidente	CHN
Svetlana Lukina	Miembro	RUS
María Fumea	Miembro	ROM
María Eduarda Poli	Miembro	BRA
Jorge Fillon	Miembro	ARG
Dora Hegyi	Representante de Atletas	HUN

El Comité Técnico desea también agradecer a Gerald Bidault (FIG) por su excepcional trabajo hecho en la creación del Código de Puntos Interactivo en la página de la FIG, incluyendo el COP con dibujos, taquigrafía y videos.

<i>Dibujos:</i>	<i>Gerald Bidault</i>	<i>Departamento IT FIG</i>	<i>FIG</i>
<i>Edición:</i>	<i>Alexandre Cola</i>	<i>Gerente de Deportes FIG</i>	<i>FIG</i>

PARTE 1 REGLAS DE COMPETENCIA
GIMNASIA AEROBICA FIG < Competencia de un vistazo >

	División	Categoría	Edad	Composición	Espacio de Competencia	Longitud de Rutina
Competencias Oficiales De la FIG	WCH Sénior	IV	18 +	1 Competidor Varonil	10 x 10	IV/IF: 1'20" (+/- 5") PM/TR/GR: 1'25" (+/- 5")
		IF		1 Competidora Femenil		
		PM		2 Competidores (1 Varonil/1 Femenil)		
		TR		3 Competidores (varonil/femenil/mixto)		
		GR		5 Competidores (varonil/femenil/mixto)		
		AD		8 Competidores (varonil/femenil/mixto)		
		AS		8 Competidores (varonil/femenil/mixto)		
	COMPETENCIA INTERNACIONAL DE GRUPOS DE EDAD (DIVISIÓN JUNIOR)	IV IF PM TR GR AD	15 - 17	1 Competidor Varonil 1 Competidora Femenil 2 Competidores (1 Varonil/1 Femenil) 3 Competidores (Varonil/Femenil/Mixto) 5 Competidores (Varonil/Femenil/Mixto) 8 Competidores (Varonil/Femenil/Mixto)	10 x 10	1'20 " (+/- 5")
	COMPETENCIA INTERNACIONAL DE GRUPOS DE EDAD (DIVISIÓN GRUPO DE EDAD)	IV IF PM TR GR AD	12 - 14	Misma Composición que la División Junior	7 X 7 (IV / IF) 10 X 10 (PM/TR/GR/AD)	1'15" (+/- 5")
Nacional	Desarrollo Nacional	IV IF PM TR GR	9 - 11	1 Competidor Varonil 1 Competidora Femenil 2 Competidores (Varonil/Femenil) 3 Competidores (Varonil/Femenil/Mixto) 5 Competidores (Varonil/Femenil/Mixto)	7 x 7 (IV/IF/PM/TR) 10 X 10 (GR)	1'15" (+/- 5")
DRA. VIVEROS						

CAPÍTULO 1 **INFORMACIÓN GENERAL**

1.1 EL CÓDIGO DE PUNTOS

A. PROPÓSITO GENERAL:

Como principio, este COP es para la división Sénior (18 años y mayores) proveyendo los medios para garantizar la más objetiva evaluación de rutinas en Gimnasia Aeróbica, a nivel internacional. Para reglas específicas de las Divisiones Junior y Grupo de Edad, refiérase al Apéndice 1 del COP. Si no hay mención en los Apéndices, el COP aplica.

1.2 COMPETENCIAS

A. ESTATUS

La competencia oficial FIG de Gimnasia Aeróbica es el Campeonato Mundial de Gimnasia Aeróbica.

1.3 PROGRAMA DE COMPETENCIA

A. PERIODOS

Los Campeonatos Mundiales de Gimnasia Aeróbica son llevados a cabo cada dos años en los años pares.

B. CALENDARIO DE COMPETENCIA

Para la distribución general de los Campeonatos Mundiales de Gimnasia Aeróbica, ver *RT.*, sección 6 art 3.1.

Las competencias no pueden comenzar más temprano de las 10:00 Horas ni terminar más tarde de las 23:00 Horas.

El calendario de competencia debe ser aprobado por el Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica y publicado en el Plan de Trabajo.

1.4 PROCEDIMIENTOS DE REGISTRO PARA CAMPEONATOS MUNDIALES

Ver Regulaciones Técnicas Sección 1 y Artículo 4, e ítem 2.2 del Capítulo 2 de este COP.



1.5 CAMBIOS DE NOMBRE

Ver RT, Sección 1, Art. 4

1.6 RONDAS CLASIFICATORIAS Y FINALES

A. NÚMERO DE PARTICIPANTES EN LAS RONDAS CLASIFICATORIAS

El número máximo de participantes para las Rondas Clasificatorias para los WCH y WAGC es:

-  1 por federación para IF, IV, GR, AD, AS
-  2 por federación para PM y TR.

B. NÚMERO DE PARTICIPANTES EN LAS FINALES

Los mejores 8 scores de todas las categorías pueden participar en las Finales. (Ver RT, sección 6 Art. 3.2)

C. REGLAS PARA ROMPER LOS EMPATES

(Ver Regulaciones Técnicas sección 6 - 3.3)

En el caso de un empate en cualquier lugar en las clasificatorias o finales, el empate será roto basado en el siguiente criterio, en este orden:

1. El Score total más alto en Ejecución
2. El score total más alto en Artística
3. El score total más alto en Dificultad

Si aún existiera un empate, el empate no será roto.

D. RANKING (CLASIFICACIÓN) POR EQUIPO: Ver Regulaciones Técnicas sección 6 - 3.2 d
En caso de empate en puntos en cualquier lugar en la Clasificación por Equipos, la clasificación será determinada por el siguiente criterio:

- 1- El mejor Grupo clasificado
- 2- El mejor Trío clasificado
- 3- El mejor Equipo de AD o AS clasificado

Si aún existiera un empate, el empate no será roto.

1.7 ORDEN DE COMIENZO

A. PROCEDIMIENTO PARA LOS SORTEOS (RT sección 1, Art. 4.3 y RT sección 6, Art. 3.4)

1. Un sorteo decidirá el orden de paso para las rondas clasificatorias y finales
2. El sorteo se llevará a cabo dentro de las dos semanas después de la fecha límite de la Entrada Definitiva
3. Las federaciones serán informadas por el Secretario General, por lo menos un mes antes, en anticipación, de la hora y lugar de los sorteos y tendrán derecho a estar presente en el sorteo.
4. Los medios serán informados y se les permitirá mandar representantes, y la autoridad local del lugar, donde se efectuará el sorteo, será invitada para que mande representantes.
5. El sorteo se llevará a cabo por una persona neutral ó por medio de una computadora
6. El sorteo decidirá el orden en el cual cada equipo o gimnasta será sorteado y determinará el orden en el cual el equipo o gimnasta comenzará a competir en la competencia.

7. “Reglas de los 10 minutos”: Por la salud y seguridad de los gimnastas, la FIG ha aceptado que los gimnastas compitiendo en múltiples clasificatorias/finales requieren 10 minutos para recuperarse antes de competir de nuevo.

Este periodo de recuperación equivale a la ejecución de 4 rutinas de competición (Ver RT, sección 1, Art. 4.3.6).

El sorteo será ajustado de acuerdo a este principio. Si el gimnasta o grupo compite 7º en una rotación y es sorteado en posiciones 1 – 3 en la próxima rotación, la nueva posición de comienzo se convertirá la 4ª. Si el gimnasta o grupo compite último en una rotación y es sorteado en posiciones 1 – 4 en la próxima rotación, la nueva posición de comienzo será la 5ª.

Este ajuste, si es necesario, será hecho por el Presidente del CT y una vez que los gimnastas clasificados son determinados, el proveedor de scores producirá un sorteo ajustado y lista de inicio. Este principio aplica para todas las siguientes rotaciones y también durante otras competiciones finales, así como también para los Juegos Mundiales (Clasificatorias).

1.8 **INSTALACIONES**

A. **ÁREA DE ENTRENAMIENTO**

- Un salón de entrenamiento está disponible para todos los competidores dos días antes del comienzo de la competencia
- Este salón está provisto de un piso de competencia completo y de equipo de sonido adecuado
- Acceso al piso de competencia es provisto por un calendario de rotación establecido por los organizadores y aprobado por el Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica

B. **ÁREA DE ESPERA:**

Es el área que está directamente conectada con el Pódium y que sólo puede ser utilizada por los competidores y sus entrenadores de los dos turnos siguientes. Esta área no puede ser utilizada por ninguna otra persona.

1.9 **CIRCUNSTANCIAS EXTRAORDINARIAS**

Las circunstancias extraordinarias son descritas como sigue:

- Si se pone una música incorrecta.
- Problemas musicales debidos a un malfuncionamiento del equipo.
- Molestias causadas por una falla general en el equipo - luces, escenario, lugar de competencia.
- La introducción de cualquier objeto extraño dentro del área de competencia por cualquier individuo u otros medios ajenos al competidor.
- Circunstancias extraordinarias ajenas al competidor que causen un Walk-Over.
- Es responsabilidad del competidor detener la rutina inmediatamente si se presenta alguna circunstancia extraordinaria de las arriba mencionadas. Una protesta después de terminar la rutina no será aceptada.
- Bajo la decisión del Juez Principal, el competidor puede reiniciar la rutina después de que el problema haya sido corregido. Cualquier puntuación previa será descartada.
- Cuando se presenten otras situaciones no comprendidas en las citadas anteriormente, éstas serán resueltas mediante una revisión de las circunstancias por el Jurado Superior. Su decisión es **Final**.

1.10 **PÓDIUM Y PISO DE COMPETENCIA**

A. **PÓDIUM:**

El pódium tiene una altura entre 80 y 140 CMS de alto y debe estar cerrado en la parte posterior con un fondo.

No debe ser menor de 14 metros por 14 metros en tamaño.

B. **PISO DE COMPETENCIA Y ÁREA DE COMPETENCIA**

El piso de competencia debe ser de 12 m x 12 m. Debe tener claramente marcadas un área de competición de 10 m x 10 m para todas las categorías de Sénior y Junior (7 m x 7 m será usado para algunas categorías de Grupo de Edad y Desarrollo Nacional (Ver apéndice 1). La cinta está incluida dentro de las medidas del área de competencia. (Ver Normas de los Aparatos)

Solo los pisos con un Certificado FIG pueden ser usados en las competencias.

C. ASIENTOS

- ✚ Los Paneles de Jueces están sentados directamente enfrente del Pódium.
- ✚ Los Jueces de Línea están sentados diagonalmente, en las esquinas.
- ✚ El Jurado Superior está sentado sobre un pódium, inmediatamente detrás de los paneles de jueces.

COMPOSICIÓN PÁNEL DE JUECES (A & B)

E	A	E	A	E	A	T	JP	D	D	E	A	E	A	E	A
1	1	2	2	3	3			1	2	4	4	5	5	6	6

JURADO SUPERIOR & SUPERVISORES							
SUPERVISOR EJECUCIÓN	SUPERVISOR ARTE	ASISTENTE JURADO SUPERIOR	PRESIDENTE JURADO SUPERIOR	SUPERVISOR DIFICULTAD	SUPERVISOR DIFICULTAD	SUPERVISOR EJECUCIÓN	SUPERVISOR ARTE

D. RESTRICCIONES

- Los competidores, entrenadores y toda persona no autorizada está restringida de entrar al área de espera durante la competencia, con excepción de cuando sean llamados por un oficial del comité organizador ó la FIG.
- Los entrenadores tienen que permanecer en el área de espera, con un comportamiento adecuado, mientras sus competidores están compitiendo.
- Los entrenadores, competidores y toda persona no autorizada está restringida de entrar al área de jueces.

**El ignorar cualquiera de estas restricciones puede conducir a la descalificación del competidor por parte del Jurado Superior.

1.11 ACOMPAÑAMIENTO MUSICAL

A. EQUIPO:

La calidad del equipo de sonido debe ser de estándares profesionales e incluir, aparte del equipo regular, los siguientes artículos:

- Bocinas separadas para los competidores
- Reproductor de música (dependiendo del equipo del COL: reproductor CD, PC, etc.)

B. GRABACIÓN

Para poder simplificar el manejo de la música y limitar los problemas técnicos durante las competencias, la FIG recomienda una reducción en la variedad de los varios formatos musicales (CD, USB) y solo utilizar formatos musicales digitales.

Sin embargo, consulte las Directivas y el Plan de Trabajo de la Competencia; siga las instrucciones del CO para el formato del archivo de música (por ejemplo: formato Mp3).

Música de una sola rutina debe ser grabada en un CD o en el formato de archivo que el CO solicite. Se deben traer dos copias de su música a la competencia, claramente marcadas de la siguiente forma:

- Nombre de la nación (abreviatura oficial del país)
- Nombre y apellido del gimnasta (IV/IF), y los apellidos en el caso de PM/TR/GR/AD/AS
- Categoría (IV, IF, PM, TR, GR, AD, AS) (Sénior, Junior, AG)

A los miembros de la delegación se les solicita tener una copia de repuesto de cualquier CD y/o USB de sus músicas para sus sesiones de entrenamiento y en caso de problemas técnicos.

C. CALIDAD

- La grabación debe reunir los estándares profesionales en cuanto a reproducción de sonido.

D. DERECHOS DE MUSICA

- La FIG y el comité organizador no pueden garantizar que la música elegida para una rutina sea difundida.
- Junto con la entrada Nominativa, una lista de toda la música, título, artista y compositor usados debe ser enviada al organizador de la competencia y para Campeonatos Mundiales debe ser enviada a la Secretaría de la FIG.

1.12 **RESULTADOS**

A. EXHIBICION Y DISTRIBUCION DE RESULTADOS

Para cada ejercicio, los puntajes totales (A, E, D), penalizaciones, puntaje final y lugar, deben ser exhibidos al público. Después de las Rondas Clasificatorias, cada federación participante debe recibir una copia completa de los resultados, pero no de los resultados detallados. Al final de la competencia, un juego completo de todos los resultados detallados debe ser dado a cada federación participante. (Ver RT, Sección1 Art 4.10.6)

B. INVESTIGACIONES (INQUIRIES)

(Ver RT, Sección 1, Art. 8.4)

C. RESULTADOS FINALES

Para cada final no se acarrean los resultados de las rondas clasificatorias. El puntaje obtenido en la Final determina la clasificación.

1.13 **PREMIOS** (Ver RT Sección 1 Art 9.3)

A. CEREMONIAS:

Ver regulaciones especiales para las ceremonias de premiación de medallas.
Toda la organización detallada debe ser aprobada por el oficial responsable de la FIG.

B. PREMIOS:

- Medallas son otorgadas a los tres primeros lugares.
- Diplomas son dados a cada finalista
- Un certificado de participación es dado a todos los competidores y oficiales.

1.14 **JUECES**

A. JUECES

Los jueces deben mantener un involucramiento cercano con la Gimnasia Aeróbica y constantemente extender su conocimiento práctico. Los requerimientos básicos para sus actividades son:

- Un excelente conocimiento del Código de Puntuación FIG.
- Un excelente conocimiento de las Regulaciones Técnicas de la FIG.
- Un excelente conocimiento de los elementos de dificultad nuevos.

Los **Requisitos** para juzgar en competencias oficiales de la FIG:

- Estar en posesión de un Brevet FIG válido por el ciclo actual
- Haber juzgado exitosamente en competencias entre países, invitaciones internacionales y en competencias nacionales
- Estar listado en la Lista Mundial de Jueces de la FIG
- Tener un excelente conocimiento de la Gimnasia Aeróbica y demostrar un juzgamiento imparcial
- Cualquier juez que sea un pariente cercano (ver Código de Ética Art 2) a un gimnasta competidor no puede juzgar a aquel gimnasta o su unidad (pareja, grupo, etc.) y por lo tanto, no puede juzgar esa categoría en cuestión.

Obligaciones:

- Estar presente en todas las juntas y reuniones
- Estar presente en el área de competencia a la hora designada de acuerdo con el calendario

Durante la competencia:

- No abandonar el sitio asignado
- No tener contacto con ninguna persona
- No involucrarse en discusiones con entrenadores, competidores u otros jueces
- Vestir el uniforme prescrito (Vestuario Profesional), excepto en aquellas competencias donde el uniforme es suministrado por el Comité Organizador:
Mujeres: Traje azul marino, con falda o pantalón, y blusa blanca
Hombres: Traje azul marino, o chaqueta con pantalones y camisa blanca, con corbata

B. JURADO SUPERIOR:

- El Jurado Superior es responsable de controlar el trabajo de todos los jueces y del Responsable del Panel de Jueces de acuerdo con las reglas, y garantizar una correcta publicación de los puntajes finales.
- Registra las desviaciones de los puntajes de los jueces.
- Si hay repetidas desviaciones, el Jurado Superior tiene el derecho de advertir a un juez e incluso reemplazarlo con un juez reserva.

Las Violaciones a instrucciones del Jurado Superior, del Responsable del Panel de Jueces y del Código pueden resultar en sanciones que son declaradas por el Presidente del Comité de Gimnasia Aeróbica de la FIG:

Violaciones al Código incluyen (Ver también el apéndice del COP):

- Violación intencional del código
- Intencionalmente dar una ventaja ó una desventaja a uno ó más competidores
- No adherirse a las instrucciones dadas por el Comité de Gimnasia Aeróbica, Jurado Superior ó Responsable del Panel de Jueces
- Repetidamente dar scores que son muy bajos ó muy altos
- No adherirse a las instrucciones para una competencia ordenada y disciplinada
- No participar en las juntas de jueces
- Vestuario inadecuado

SANCIONES DECLARADAS POR EL JURADO SUPERIOR O POR EL RESPONSABLE DEL PANEL DE JUECES

- Advertencia verbal ó escrita
- Exclusión de la respectiva competencia

SANCIONES DECLARADAS POR LA COMISIÓN DISCIPLINARIA

- Expulsión como juez de competencias internacionales por un determinado período de tiempo
- Quitando el Brevet de juez

- Bajando la categoría del Brevet
- No aceptando jueces de la federación involucrada por un determinado período de tiempo.
(Ver Reglas de Jueces de la FIG)

CAPITULO 2

CAMPEONATOS MUNDIALES


2.1 LAS CATEGORÍAS

NÚMERO DE CATEGORIAS:

Son 5:

Individual Femenil	
Individual Varonil	
Pareja Mixta	
Trío	
Grupo	

AD y AS con reglas específicas FIG (Ver partes 5 & 6):

AD	
AS	

El número de competidores en cada categoría es:

- Individual Varonil: 1 Competidor hombre
- Individual Femenil: 1 Competidora Mujer
- Pareja Mixta: 1 Hombre/1 Mujer
- Trío: 3 Competidores(Hombres/Mujeres/Combinados)
- Grupo: 5 Competidores(Hombres/Mujeres/Combinados)

- AD 8 Competidores(Hombres/Mujeres/Combinados)
- AS 8 Competidores(Hombres/Mujeres/Combinados)

2.2 CRITERIO DE PARTICIPACIÓN

A. DERECHOS GENERALES

Los Campeonatos Mundiales están abiertos a competidores que:

- ❖ Hayan sido inscritos por su federación nacional afiliada a la FIG
- ❖ Reúnan los requerimientos de los Estatutos de la FIG y de las Regulaciones Técnicas de la FIG

B. EDAD (Ver RT, sección 1, Art 5.2)

- ❖ Para competencias oficiales de Sénior de la FIG, el participante deberá tener, en el año de la competencia, 18 años.

C. NACIONALIDAD (Ver RT, sección 1, Art 5.3)

- ❖ Los competidores y jueces que cambien nacionalidad deben seguir las directrices de la Carta Olímpica y de los Estatutos de la FIG.
- ❖ Los cambios de nacionalidad son manejados por el Comité Ejecutivo de la FIG

2.3 CODIGO DE VESTUARIO

El vestuario del competidor debe demostrar que es específico al perfil de una disciplina gimnástica. Una apariencia **pulcra y atlética adecuada** deberá ser la impresión total.

Para AD y AS, ver partes 5 y 6.

Vestuario que viole cualquier descripción escrita en el Código de Vestuario será deducido por el JP.

A. Emblema Nacional & Publicidad: (- 0.3 deducción) – (Ver Reglas FIG de Publicidad)

- ✚ **Un gimnasta debe usar una identificación nacional o emblema sobre su leotardo, de acuerdo con la Regulación FIG más reciente.**
- ✚ **Un gimnasta solo puede usar esos logos de publicidad e identificadores de patrocinios que estén permitidos en las Regulaciones FIG más recientes.**

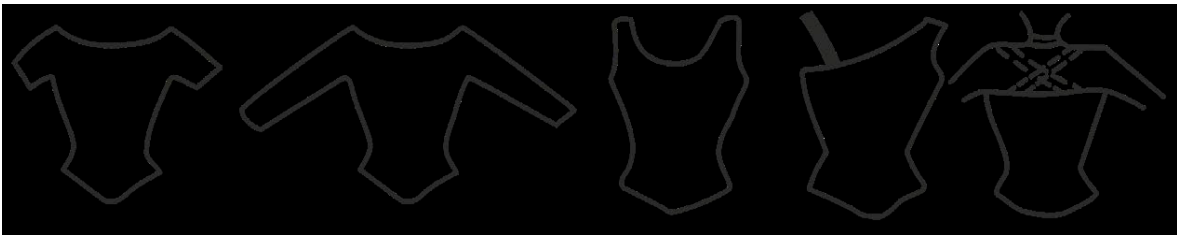
B. VESTUARIO DE COMPETENCIA (- 0.2 Deducción, cada vez, por diferentes criterios)

VESTUARIO DE MUJER:

- Las mujeres deben usar un **leotardo de una sola pieza**, con mallas de color piel o transparentes, o un Unitardo (un leotardo de una sola pieza, con longitud completa de cuello a tobillo).
- Diferentes tipos de lentejuelas están permitidas.
- El escote por delante y por detrás del leotardo debe ser apropiado (no más abajo de la mitad del esternón, por delante, y no más abajo de la línea inferior de los omóplatos, por detrás).
- El corte del leotardo en la parte superior de las piernas no debe ir más alto que la cintura y la costura exterior debe pasar a través de la cresta iliaca.
- El leotardo debe cubrir la entrepierna completamente.
- El vestuario para mujeres puede ser con o sin manga larga (1 o 2 mangas). La manga larga termina a nivel de la muñeca. **Material transparente permitido para las mangas.**

Ejemplos para MUJERES:

Los ejemplos mostrados “**a la c**” representan el mismo frente y parte de atrás del leotardo. El ejemplo “**d**” es el mismo leotardo mostrando el frente y parte de atrás. (Página 19/126)

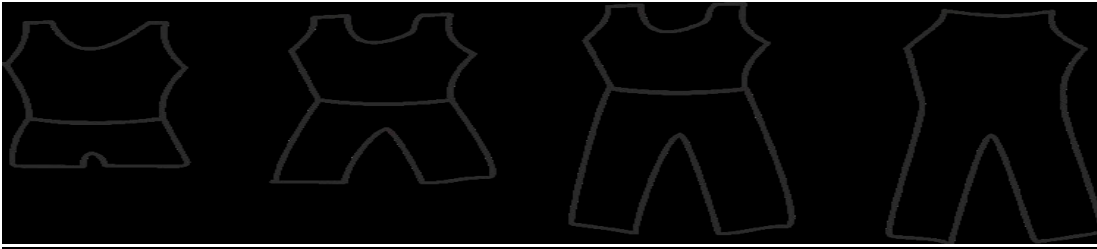


VESTUARIO DE HOMBRE

- Los hombres deben usar dos piezas (pantalón largo o corto (shorts), con una camiseta ajustada al cuerpo) o un Unitardo. Los shorts/pantalones no debe ser ajustados.
- Los shorts/pantalones deben cubrir 1/3 de la longitud del muslo desde la articulación de la cadera.

- ❑ El vestuario no debe tener ninguna apertura ni por delante ni por detrás.
- ❑ El corte de la axila no debe estar por debajo de las escápulas.
- ❑ Cualquier tipo de lentejuelas y mangas largas **NO están permitidas** en el vestuario de hombres.
- ❑ Mallones $\frac{3}{4}$, pantalones gimnásticos largos (leotardo + pantalón), 1 pieza de Combo-pantalón está permitido.

Los ejemplos mostrados “**e al g**” representan el mismo frente y parte de atrás del leotardo. (Ver dibujos página 19/126)



C. Vestuario Correcto – PERFIL DEPORTIVO (0.2 deducción, cada vez, por criterios diferentes):

1. El cabello debe estar sujeto, cercano a la cabeza.
2. Los competidores deben usar zapatos aeróbicos blancos y calcetines blancos opcionales.
3. El maquillaje debe ser solo para mujeres y usado escasamente.
4. Los artículos sueltos y adicionales al vestuario no están permitidos.
5. La joyería no debe ser usada.
6. No se debe mostrar vestuario roto o rasgado, ni tampoco la ropa interior.
7. La Identificación nacional o Emblema debe ser usada (Ver RT).
8. El vestuario de Gimnasia Aeróbica debe ser en material No-transparente, con excepción de las mangas para el vestuario de las mujeres.
9. Vestuario representando guerra, violencia o temas religiosos está prohibido.
10. La pintura en el cuerpo está prohibida.
11. Solo el vendaje color carne está permitido. (los protectores gimnásticos no están permitidos)
12. Los leotardos que son casi en su totalidad del color de la piel (ver glosario) **no están permitidos**, pues parecen como desnudez en la TV.

D. UNIFORME - CHÁNDAL NACIONAL:

Todos los competidores deben usar sus trajes nacionales oficiales en las ceremonias de Apertura, Clausura y para las Ceremonias de Premiación de Medallas. (Ver RT, sección 1, Art.9.3.3)

CAPITULO 3

COMPOSICION DE RUTINAS

3.1 DEFINICIÓN DE “GIMNASIA AERÓBICA”

La Gimnasia Aeróbica es una disciplina competitiva basada en la ejecución continua de una variedad de PMA (Patrones de movimiento Aeróbico) con música, que se originan de los ejercicios aeróbicos tradicionales.

La rutina debe demostrar perfecta ejecución de PMA, transiciones/enlaces y Elementos.

3.2 LONGITUD DE LA MÚSICA

La duración de la rutina es como sigue, con una tolerancia de +/- 5 segundos (con incrementos de 1-segundo). El tiempo comienza con el primer sonido audible de la música (el beep no está incluido) y termina cuando ningún sonido es audible.

- ✚ **IV/IF: 1 minuto 20 segundos** con una tolerancia de +/- 5 segundos.
- ✚ **PM/TR/GR/AD/AS: 1 minuto 25 segundos** (+/- 5 segundos)

3.3 **CONTENIDOS DE LA COMPOSICION:**

La rutina debe integrar los siguientes movimientos a la música.

Componentes:

- ✚ Patrones de Movimiento Aeróbico
- ✚ Elementos de Dificultad / Elementos Acrobáticos
- ✚ Transiciones y Enlaces
- ✚ Colaboraciones / Compañerismo (PM, TR, GR, AD, AS)

La rutina debe mostrar un equilibrio entre todos los componentes. Todos los movimientos deben ser precisos y con una forma definida. Es esencial mostrar un uso balanceado de todo el espacio durante toda la rutina. Temas que muestren violencia y racismo, así como también aquellos con connotaciones religiosas y sexuales, van en contra de los ideales olímpicos y del Código de Ética de la FIG.

3.4 **ELEMENTOS DE DIFICULTAD (Ver apéndice 4)**

Los elementos de Dificultad están clasificados en 3 grupos, en consideración de la capacidad física requerida para cada habilidad. Elementos que tengan técnicas similares en cada grupo están clasificados dentro de **FAMILIAS**.

- ❖ El nivel de dificultad está clasificado desde 0.1 hasta 1.0 punto.
- ❖ Las selecciones de los valores son opcionales; sin embargo, elementos de dificultad con el valor de 0.3 – 1.0 son considerados como Elementos de Dificultad para Eventos Internacionales de Sénior (Para Junior y Grupo de Edad, refiérase al Apéndice 1).

GRUPO A (ELEMENTOS DE PISO)		
FAMILIA 1 Fuerza Dinámica	FAMILIA 2 Fuerza Estática	FAMILIA 3 Círculos de Pierna
A- Frame	Support	Flair
Straddle Cut	V-Support	Helicopter
Explosive High - V	Planche / Straddle Planche	

GRUPO B (ELEMENTOS AÉREOS)		
FAMILIA 4 Salto(Jump) Dinámico (Obligatoria para IV)	FAMILIA 5 Salto (Jump) de Forma	FAMILIA 6 Split Leap/Jump
Air Turn	Tuck	
Free Fall	Cossack	Switch Split
Gainer	Pike	Scissors Leap
Butterfly	Straddle/Frontal Split	Sagittal Split
Off Axis		

DR. VIVEROS

GRUPO C	(ELEMENTOS DE PARADO – DE PIE)
FAMILIA 7 Turns	FAMILIA 8 Flexibilidad (No permitida para IV)
Turn	Vertical Split
Horizontal Turn	Balance Illusion

➤ Reglas básicas para ejecutar Elementos de Dificultad / Acrobáticos

Todas las Categorías	<ul style="list-style-type: none"> • Un Mínimo de 5 familias deben ser ejecutadas • Un máximo de 2 Elementos del mismo Nombre Base, de cada familia • Elementos que no reúnan los requerimientos mínimos, y/o elementos con una Caída / Error Grande NO serán validados y NO recibirán el valor. • Máximo de 2 veces en posición Wenson (cualquier fase del elemento que incluya forma “Wenson” contará como “Posición Wenson”). • Máximo de 3 elementos aterrizando a posición de PU y/o Split del Grupo B (Para IV, no aterrizajes a Split) • Los elementos no pueden ser repetidos (Dificultad/Acrobáticos) • Si cualquier elemento que NO exista en el COP es ejecutado, pero tiene un nombre base y existe una posición final, será contado pero recibirá valor de “0”, y NO habrá Deducción.
IV / IF	<ul style="list-style-type: none"> • 9 elementos de Dificultad • Si cualquier elemento base de la Familia 8 (IV) es ejecutado, será contado pero recibirá valor de “0”, y será deducido respectivamente. • Máximo 3 elementos pueden ser combinados en un Set • Máximo 3 sets de combinaciones
IV	<ul style="list-style-type: none"> • Obligatorio ejecutar, por lo menos, 1 elemento de la Familia 4 (Grupo B) • No tienen permitido ejecutar Familia 8 (Grupo C) • No tienen permitido ejecutar elementos aterrizando a posición de Split (incluyendo Elementos Acrobáticos)
PM /TR /GR	<ul style="list-style-type: none"> • 8 elementos • Máximo 2 elementos pueden ser combinados en un Set • Máximo 2 Sets de combinaciones • Deben ejecutar el mismo elemento, al mismo tiempo • TR / GR: NO pueden ejecutar “elemento superpuesto” (3 o más competidores en una columna, desde el punto de vista de los Jueces)
DR. VIVEROS	

3.5 COMBINACIÓN DE ELEMENTOS (Conexión)

Dos o tres Elementos pueden ser combinados (conectados) **directamente sin ninguna detención, vacilación o transición.**

➤ **Reglas Básicas para ejecutar Combinaciones de Elementos de Dificultad / Acrobáticos**

Todas las Categorías	<ul style="list-style-type: none"> • Todos los elementos deben ser ejecutados sin una “Caída” y/o “Error Grande” • 2 o 3 elementos <u>deben ser de diferentes familias</u> (Ej.: Scissors Leap +Tuck + Air Turn, Cossack + Free Fall, etc.) • Serán contabilizados como 2 o 3 elementos • La combinación de 2 o 3 elementos no puede ser repetida • Si uno de esos 2 o 3 elementos no reúne los requerimientos mínimos o son ejecutados con una “Caída” o Error Grande, la combinación no recibirá ningún valor adicional, pero si serán contabilizados
IV / IF	<ul style="list-style-type: none"> • Máximo 1 combinación de 2 elementos acrobáticos está permitida
PM / TR / GR	<ul style="list-style-type: none"> • Todos los competidores DEBEN ejecutar la misma combinación de Elementos, al mismo tiempo (Combinación de Acrobáticos no está permitida)

3.6 ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Los elementos acrobáticos son aquellos listados en el COP (Ver página 23).

- Los elementos Acrobáticos pueden ser ejecutados con 1 o 2 brazos / manos o desde 1 o 2 pies. (Ejecutados con codos recibirán una deducción por parte del jurado de Ejecución)
- Deben ser usados **Sin Repetición, incluyendo variaciones.**
- Usando elementos Acrobáticos como transiciones también serán contabilizados como **1 Acro**, incluyendo variaciones.
- **PM / TR / GR:** Si múltiples competidores ejecutan Elementos Acrobáticos, deben ejecutar el **mismo elemento acrobático, al mismo tiempo.**
- La combinación de Acrobáticos **está permitida solamente para IV / IF y solo 1 Set** en toda la rutina. Para **PM/TR/GR:** Combinación de Acrobáticos **no está permitida.**
- Para **IV:** Elementos Acrobáticos aterrizando en posición de Split **no está permitido.**

➤ **Reglas Básicas para ejecutar Elementos Acrobáticos + Elementos de Dificultad**

Categoría	Combinación de Elementos Acrobáticos <Acro + Acro>
IV / IF	1 Set (Este Set puede estar conectado con un Elemento de Dificultad) (Ejemplo: Acro + Acro + Elemento de Dificultad ó Dificultad + Acro + Acro)
PM/TR/GR:	NO PERMITIDA

3.7 **NUEVOS ELEMENTOS DE DIFICULTAD**

- La clasificación de nuevos elementos de dificultad sólo puede ser hecha por el Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica que los evaluará una vez por año. Las solicitudes deben ser enviadas a la Secretaría de la FIG. Deben ser recibidas por escrito y acompañadas por un video antes del 15 de enero.
- No ser una variación de un elemento existente
- Tener un nombre escrito y descripción
- Ser filmado desde dos ángulos de cámara (de frente y de lado)
- Reunir los requerimientos de “reconocimiento como elemento válido”
- Deben ser ejecutados sobre un piso de competencia o sobre una colchoneta de no más de 15 CMS de alto.

Si no se reúnen los requerimientos arriba mencionados, el Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica se rehusará a clasificar los elementos de dificultad.

La notificación de la clasificación será dada a la federación solicitante antes del 30 de marzo.

El CT de Gimnasia Aeróbica de la FIG publicará los Nuevos Elementos, una vez por año solamente, a través de las Newsletters.

CAPÍTULO 4

JURADO

4.1 JUECES / PÁNEL DE JUECES

A. JURADO SUPERIOR

*** Composición del Jurado Superior en Campeonatos Mundiales**

Posición	Persona a Cargo	Responsabilidad
Presidente del Jurado Superior (PJS)	Presidente del CT	Controla toda la competencia
Supervisor de Dificultad (SD)	2 Miembros del CT	Controlan el puntaje de Dificultad
Supervisor de Ejecución (SE)	2 Miembros del CT	Controlan el puntaje de Ejecución
Supervisor de Arte (SA)	2 Miembros del CT	Controlan el puntaje de Arte
Asistente (A)	1 Miembro del CT	Asiste al Presidente del Jurado Superior

B. PANEL DE JUECES

(Ver RT Sección 1. Reg. 7.8.2 e / Reglas Generales de Jueces Art 10)

Panel de Jueces en los siguientes Grupos de Competencia:

⇒ Grupo 2: Campeonatos Mundiales, Juegos Mundiales

⇒ Grupo 3: Campeonatos Continentales, Eventos de Copa Mundial (Para otras competencias, Reglas Generales de Jueces Art 10)

DR. VIVEROS

➤ **Composición del Panel de Jueces**

Posición	Grupo 2	Grupo 3
<i>Juez Principal</i>	1	1
<i>Jurado de Ejecución</i>	6	4
<i>Jurado de Arte</i>	6	4
<i>Jurado de Dificultad</i>	2	2
<i>Jueces de Línea</i>	2	2
<i>Juez de Tiempo</i>	1	1
<i>Total</i>	18	14

4.2 FUNCIONES Y CRITERIO DEL JURADO SUPERIOR

El **JURADO SUPERIOR** debe (Ver también Apéndice del COP):

- Supervisar la competencia y tratar con cualquier violación de disciplina o cualquier otra circunstancia extraordinaria que afecte el buen desarrollo de la competencia.
- Intervenir cuando hay un grave error de juzgamiento.
- Continuamente revisar las puntuaciones otorgadas por los jueces y emitir una advertencia a cualquier juez cuyo trabajo sea considerado insatisfactorio o que muestre parcialidad.
- Remover cuando sea necesario al juez infractor cuando no ha habido una respuesta satisfactoria ante cualquier advertencia.

El Comité Ejecutivo de la FIG tiene la autoridad para decidir sobre las reglas para el Jurado Superior y los roles específicos de los miembros del Comité Técnico durante una competencia.

PARTE 2 JUZGAMIENTO

CAPÍTULO 5

JUZGAMIENTO / EVALUACIÓN

5.1 JUEZ RESPONSABLE DEL PANEL DE JUECES (JP)

A. FUNCIÓN

- Registra toda la rutina ejecutada, incluyendo los elementos
- Controla el trabajo de los jueces, como es determinado por las Regulaciones Técnicas
- Deduce del **score total**, por infracciones, de acuerdo al Código de Puntos.
- Revisa los scores de artística y ejecución para lógica, y se aproxima a un juez con una desviación significativa (fuera del rango de tolerancia) de expectativa; o bien, cuando los scores son imposibles de justificar y considerar un cambio de nota (al juez se le tiene permitido el negarse a cambiar su score).
- **Libera los Scores:** después de darle tiempo al JS para intervenir si es necesario (15 segundos)

- Una vez que los scores son liberados al público, ningún cambio es posible, excepto en el caso de la exhibición incorrecta de un puntaje o en el caso de una Investigación

El JP DEBE intervenir:

Cuando: Las notas del panel son incorrectas o imposibles.

Cuando: Los jueces de dificultad no pueden llegar a un acuerdo sobre la nota de dificultad.

Cuando: Un juez de línea no ha visto una falta.

B. CRITERIO

COLABORACIÓN PROHIBIDA EN UNA PIRÁMIDE (- 0.5):

- La altura de la Pirámide de la Colaboración no debe ser más alta que la de dos personas paradas en posición vertical.

ELEMENTOS ACROBÁTICOS Y MOVIMIENTOS PROHIBIDOS (-0.5):

Los Elementos Acrobáticos y los movimientos prohibidos están listados en las siguientes páginas (Ver página 22)

<Todas las Categorías>

- ❖ Los Movimientos prohibidos **NO ESTÁN PERMITIDOS** en la rutina **(incluso, ni en una colaboración).**

<IV e IF>

- ❖ Combinación de 2 Elementos Acrobáticos (A+A) está permitida **SOLO 1 VEZ** en la rutina.

<MP, TR y GR>

- ❖ Combinación de 2 Elementos Acrobáticos (A+A) **NO ESTÁ PERMITIDA.**
- ❖ Los Elementos Acrobáticos durante la Colaboración con contacto físico están permitidos y no serán contados como Elementos Acrobáticos.
- ❖ La **Propulsión** en Colaboración **está permitida.**

ERRORES DE VESTUARIO (- 0.2):

Los errores de vestuario se refieren a la violación del Art. 2.3, que darán una deducción, cada vez, por diferentes criterios. **CLARIFICACIÓN: El vestuario para GAer debe ser DEPORTIVO, NO como un DISFRAZ; sin trucos adicionales o cambios en el leotardo, como por ejemplo, esos leotardos que traen lentejuelas que al tocarlas cambian de color. Para AD/AS SI se puede utilizar un disfraz.**

EMBLEMA NACIONAL (- 0.3) (Ver Reglas FIG de Publicidad – Vestuario de Competición):

Un gimnasta debe usar una identificación oficial o emblema en su leotardo, de acuerdo con la Regulación FIG más reciente. Puede ser la bandera del país o bien la abreviatura del nombre del país. Por ejemplo: MÉXICO = MEX

APARICIÓN TARDÍA EN EL ÁREA DE COMPETENCIA (- 0.5):

Cuando un competidor falla en aparecer en el área de competencia dentro de 20 segundos después de haber sido anunciado.

WALK-OVER (Descalificación):

Cuando un competidor falla en aparecer en el área de competencia dentro de 60 segundos después de haber sido anunciado. Descalificación de la categoría en cuestión.

FALTA DE PRESENTACIÓN (- 0.2)

Cuando un competidor es llamado por el anunciador (locutor), los competidores pueden presentarse de una manera deportiva, limpia (sin presentación teatral) y dirigirse a su posición de inicio.

INTERRUPCIÓN DE EJECUCIÓN (- 0.5)

Es definida cuando un competidor detiene la ejecución de movimientos por un período de tiempo entre 2 y 10 segundos y después continúa.

DETENCIÓN DE EJECUCIÓN (- 2.0):

Una detención de ejecución es definida cuando un competidor se detiene por más de 10 segundos.

TIEMPO (Longitud de la Música):

El tiempo comienza con el primer sonido audible (la señal de inicio está excluida) y termina con el último sonido audible. La longitud de la rutina es con una tolerancia de +/- 5 segundos (incrementos de 1-segundo). Si la longitud de la rutina con la música es mayor o menor que lo que el COP establece, las siguientes deducciones serán hechas:

➤ **INFRACCIÓN DE TIEMPO (± 2 seg.): - 0.2 deducción**

Categoría (Sénior)	Longitud permitida	Falta
IM / IW (1'20")	1'15"- 1'25"	1'13" - 1'14" o 1'26" - 1'27"
MP/TR/GR/AD/AS (1'25")	1'20"- 1'30"	1'18" - 1'19" o 1'31" - 1'32"

➤ **FALTA DE TIEMPO (± 5 seg.) : - 0.5 deducción**

Categoría (Sénior)	Longitud permitida	Falta
IM / IW (1'20")	1'15"- 1'25"	Menos de 1'13" o Más de 1'27"
MP/TR/GR/AD/AS (1'25")	1'20"- 1'30"	Menos de 1'18" o Más de 1'32"

TEMAS (- 2.0):

Temas que estén en contravención de la Carta Olímpica y Código de Ética.

PENALIZACIONES DISCIPLINARIAS:**<Advertencias>**

- Presencia en área prohibida
- Modales irrespetuosos con jueces y funcionarios
- Traje nacional no usado durante las ceremonias de inauguración y clausura
- Traje nacional no usado en la ceremonia de premiación de medallas (50% del premio monetario)

<Descalificaciones

Temas que estén en contravención de la Carta Olímpica y Código de Ética.

C. TABLA DE DEDUCCIONES DEL JUEZ PRINCIPAL

Código	Detalle	Deducciones
A	Falta de Presentación	-0.2
B	Vestuario Incorrecto	-0.2 (cada Criterio)
C	Emblema Nacional Faltante	-0.3
D	Infracción de Tiempo (+/- 2 seg. de tolerancia)	-0.2
E	Falta de Tiempo (+/- 5 seg. de tolerancia o más)	-0.5
F	No aparecer en el área de competencia dentro de 20 seg	-0.5
G	Colaboración Prohibida (Altura de la Pirámide)	-0.5 (cada vez)
H	Movimientos Prohibidos	-0.5 (cada vez)
I	Más elementos acrobáticos que el número permitido en una combinación (IV / IF / AD)	-0.5 (cada vez)
J	Más combinaciones de acrobáticos que los Sets permitidos	-0.5 (cada vez)
K	Repetición de Elementos Acrobáticos (IF/IV/PM/TR/GR/AG – AD)	-0.5 (cada vez)
L	Para IV/AD Hombres: Elementos acrobáticos aterrizando en Split	-0.5 (cada vez)
M	Para PM/TR/GR: Ejecutando diferentes elementos acrobáticos al mismo tiempo	-0.5 (cada vez)
N	Para PM/TR/GR: Ejecutando los mismos elementos acrobáticos en canon (no considerados como repetición)	-0.5 (cada vez)
O	PM/TR/GR/AG-AD: Ejecutando combinación de elementos acrobáticos (A+A)	-0.5 (cada vez)
P	Ejecutando elementos acrobáticos no permitidos (AD-AG & JR: aterrizando sin soporte/ayuda de los compañeros en una Colaboración)	-0.5 (cada vez)
Q	AG & JR: Ejecutando combinación de Acro con elemento (A+A+D, D+A+A)	-0.5 (cada vez)
R	Ejecutando más de 2 elementos acrobáticos	-0.5 (cada vez)
S	Ejecutando Elementos Acrobáticos / Dificultad (AS)	-0.5 (cada vez)
T	Más de 3 Colaboraciones (AS)	-0.5 (cada vez)

X	Interrupción de Ejecución por 2 – 10 segs.	-0.5 (cada vez)
Y	Detención de Ejecución por más de 10 segs.	-2.0
Z	Temas en contravención con la Carta Olímpica y el Código de Ética	-2.0
W-1	Presencia en Área prohibida	Advertencia
W-2	Comportamiento/modales inapropiados	Advertencia
W-3	Traje Nacional Oficial no usado (Ver RT válida)	Advertencia
D-1	Walk-over	Descalificación
D-2	Serias infracciones a los Estatutos, Regulaciones Técnicas y Código de Puntos FIG	Descalificación
DR. VIVEROS		

D. **ELEMENTOS ACROBÁTICOS Y MOVIMIENTOS PROHIBIDOS** (Ver dibujos en la página 26/126)

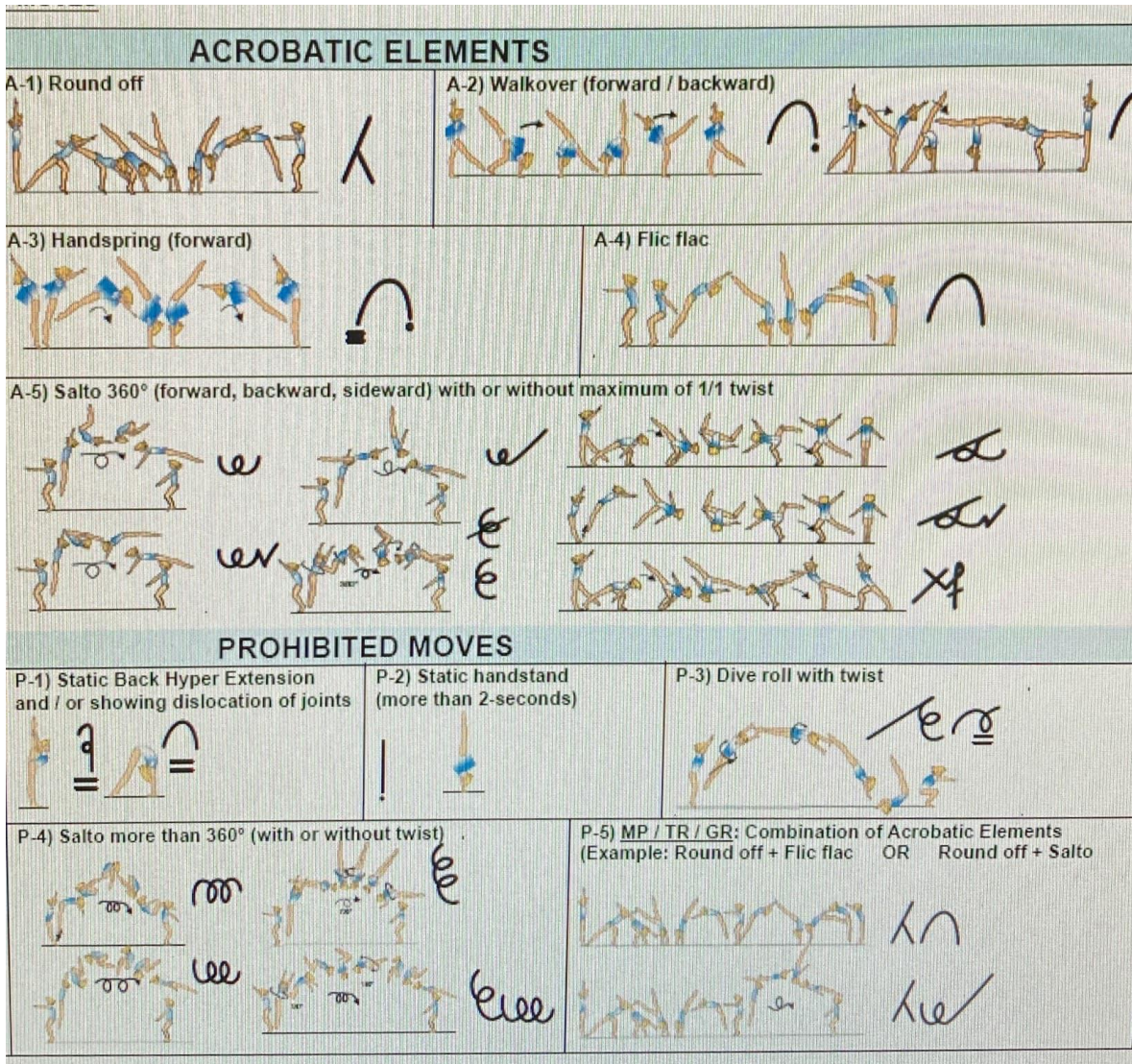
- Los Elementos Acrobáticos pueden ser ejecutados con 1 o 2 brazos/manos O 1 o 2 pies.
- A -1 a A -5 deben ser usados **SIN REPETICIÓN, INCLUYENDO VARIACIONES.**
- Usando Elementos Acrobáticos como transiciones también serán contados como **1 Acro**, incluyendo variaciones.
- **PM/TR/GR:** Deben ejecutar el **mismo elemento acrobático (Mismo # de Acro), al MISMO TIEMPO.**
- Combinación de Acrobáticos **solo está permitida para IV / IF, y solo 1 Set** en toda la rutina.
- **Para IV:** Aterrizando en posición de Split **no está permitido.**
- Cualquier elemento acrobático ejecutado con los codos recibirá una **deducción de -0.5 por parte del Jurado de Ejecución.**
- **Los elementos acrobáticos deben pasar por el plano vertical; de lo contrario, NO serán considerados como elementos acrobáticos. Todos los elementos acrobáticos tienen 3 fases: ENTRADA – FASE PRINCIPAL – SALIDA**

ELEMENTOS ACROBÁTICOS

- A-1) Round off
- A-2) Walkover (forward / backward)
- A-3) Handspring (forward)
- A-4) Flic Flac
- A-5) Salto Mortal 360° (hacia adelante, hacia atrás, lateral, con o sin máximo 1/1 twist {giro})

MOVIMIENTOS PROHIBIDOS

- P-1) Movimientos estáticos mostrando una extrema flexibilidad (ej.: una hiperextensión de la espalda, puente, etc.)
- P-2) Parada de Manos sostenida por más de 2 segundos.
- P-3) Salto de Tigre (Dive roll) con twist (giro).
- P-4) Salto mortal de más 360°.
- P-5) Dislocación de las articulaciones
- P-6) **MP / TR / GR:** Combinación de Elementos Acrobáticos



5.2 DIFICULTAD (JURADO – D) (Ver también Parte 3, Guía Dificultad)

A. FUNCIÓN

El Jurado – D es responsable de evaluar los elementos de dificultad del ejercicio y determinar el correcto Puntaje de Dificultad. El Jurado – D está obligado a validar, reconocer y acreditar cada elemento que es correctamente ejecutado de acuerdo a los requerimientos mínimos.

Elementos que no reúnan los requerimientos mínimos, y/o elementos con una Caída / Error Grande **NO serán validados y NO recibirán el valor.**

- Registran toda la rutina (todos los elementos de dificultad y acrobáticos)
- Contabilizan todos los elementos de dificultad y combinaciones para otorgar los valores
- Aplican las deducciones de Dificultad

Los dos jueces de Dificultad deben comparar sus puntajes y deducciones para asegurar que están de acuerdo y después, enviar 1 puntaje (score). En el caso de una diferencia irreconciliable, consultarán con el Juez Principal.

DR. VIVEROS

B. CRITERIO

<Registrando los Elementos de Dificultad>

- Todos los elementos ejecutados deben ser escritos utilizando la taquigrafía oficial de la FIG, mostrados en el Apéndice 2 (Tablas de Dificultad / Pool de Elementos y Valores), independientemente de que reúnan o no los Requerimientos Mínimos, como se describe en la Parte 3.

<Evaluando los Elementos de Dificultad>

- El valor es establecido de acuerdo al Apéndice 4, siempre y cuando el elemento reúna los requerimientos mínimos establecidos.
- Un valor es otorgado solamente a los primeros 9/8 elementos de dificultad ejecutados.
- Todos los elementos con una Caída y/o Error Grande recibirán un valor de "0".
- Si cualquier elemento ejecutado que NO existe en el COP, pero tiene **un nombre base y existe una posición final**: elemento y familia serán contados pero recibirá valor de "0" **(excepto para los elementos de las familias 4, 5 & 6, del Grupo B, que se devaluarán al inmediato elemento existente)**, y NO habrá Deducción.
- **IV**: Si cualquier **elemento base** de la Familia 8 es ejecutado, será contado (Elemento y Familia) pero recibirá valor de "0", y será deducido respectivamente.
- **IF/PM/TR/GR**: Recibirán valor de "0" los elementos terminando en posición de Vertical Split y NO habrá deducción.
- Para elementos adicionales: número de elementos ejecutados son contados pero NO cuentan para la familia.
- **PM/TR/GR**: la familia no es contada solo cuando 2 elementos de dificultad diferentes son ejecutados al mismo tiempo.
- Elementos de la Familias 5 (todos los Saltos de Forma) y Familia 6 (Split Leap/Jump): la forma/posición debe ser mostrada durante la fase aérea independientemente de donde la forma/posición fue mostrada. Recibirán el mismo valor como la misma rotación total de los elementos existentes.

<Evaluación de la Combinación de Elementos de Dificultad y Acrobáticos>

- Si todos los elementos en un Set de combinación reúnen los Requerimientos Mínimos:
 - Combinación de 2 elementos recibirá un valor adicional de **0.1 punto**.
 - Combinación de 3 elementos recibirá un valor adicional de **0.2 punto**.
 - Más Sets de Combinaciones, del número permitido, **NO recibirán un valor adicional**.
- Si uno de los elementos en combinación no reúne los requerimientos mínimos, la combinación no recibirá ningún valor adicional.
- Elementos con una **CAÍDA / ERROR GRANDE NO recibirán** el valor adicional.
- Si 1 paso o más es ejecutado entre los elementos de una combinación, no se otorgará valor adicional.

Categoría	Evaluación	Ejemplo (D=Dificultad, A=Acrobático)
IV / IF	No valor adicional	A + A
	+ 0.1	D + D / A + D / D + A
	+ 0.2	D + A + D / A + D + A A + D + D / D + D + A / D+D+D
	+ 0.2 (solo 1 Set permitido)	A + A + D / D + A + A

PM/TR/GR	+ 0.1	$D + D / A + D / D + A$
	Recibirán Valor, si reúnen los requerimientos mínimos, y serán contados dentro de los Elementos de Dificultad ejecutados, pero Sin Valor Adicional y Deducción	$D + A + D / A + D + A$ $A + D + D / D + D + A$ $D + D + D$

****RECORDATORIO******<IV / IF>**

• Combinación de 2 Elementos Acrobáticos (A + A) está permitida **SOLO 1 VEZ** en toda la rutina y **SIN VALOR ADICIONAL**.

• Esta combinación **puede ser conectada con un elemento de dificultad** (A+A+D o D+A+A) **para poder recibir un valor adicional**.

<PM, TR y GR>

• Combinación de Elementos Acrobáticos (A+A) **NO ESTÁ PERMITIDA**.

• Todos los competidores deben ejecutar la misma combinación de 2 elementos, **AL MISMO TIEMPO**.

<TR and GR>

• Todos los elementos deben ser ejecutados sin **SUPERPONERSE (en columna) entre sí**, desde la vista frontal del panel de jueces, para poder recibir el valor de los elementos y un valor adicional para la combinación (Ver glosario).

NO se otorgará valor si son ejecutados con SUPERPOSICIÓN.

C. REQUERIMIENTOS MÍNIMOS (Ver Parte 3)

⇒ Todos los elementos de dificultad deben ser ejecutados sin una **CAÍDA / ERROR GRANDE** para poder recibir el valor.

⇒ Si el elemento **NO reúne los Requerimientos Mínimos, No recibirá un valor.**

<Grupo B & C: Elementos con Turns (Giros)>

⇒ Para ser reconocidos como elementos con Turns (Giros), el giro debe ser completado un **mínimo de ¾ del último giro**, o el elemento será degradado al siguiente valor más bajo.

D. DEDUCCIONES

- **DEDUCCIONES DIFICULTAD: - 0.5 por elemento / por combinación**

Categoría	Razones
Todas las Categorías	Menos de 5 familias
	Más de 2 elementos de Dificultad de una misma Familia (Nombre Base)
	Más de 9/8 elementos de dificultad
	Más de 3 elementos de dificultad aterrizando a posición de Push Up y/o a posición de Split del Grupo B (IV no tiene permitido aterrizajes a Split)
	Repetición de Elemento de Dificultad del mismo nombre Base

	Más de 2 veces en posición de Wenson (cualquier fase del elemento de dificultad que incluya la forma Wenson contará como Posición Wenson)
	Más de 3/2 elementos en combinación
	Más de 3/2 Sets de Combinaciones Combinación de elementos de la misma familia
IV	Familia 4 Faltante (Grupo B)
	Ejecutando Elementos de la Familia 8 (Grupo C)
	Ejecutando elementos con aterrizaje a Split (Grupo B)
PM/TR/GR	Ejecutando diferentes elementos de Dificultad o combinación con diferentes elementos y/o NO AL MISMO TIEMPO

5.3 EJECUCIÓN (JURADO-E) (Ver también Parte 4, Guía de Ejecución)

Todos los movimientos deben ser ejecutados con máxima precisión (perfección). Cualquier desviación será deducida de 10.0 puntos, con incrementos de 0.1 punto.

Para MP/TR/GR: Evaluar la equivocación más débil o grande como un Error.

A. FUNCIÓN

El Jurado-E evalúa las Habilidades Técnicas de toda la rutina, desde el comienzo hasta el final, de todos los movimientos (comienzo / posiciones finales incluidas):

- A. Elementos (Dificultad & Acrobáticos)
- B. Técnica de las SPMA (pasos y movimientos de brazos)
- C. Transiciones & Enlaces
- D. Compañerismos: Colaboraciones e Interacciones
- E. Sincronización (MP, TR, GR)

B. JUZGAMIENTO

- ❖ **Juzgando Habilidades Técnicas:** En MP/TR/GR: Evaluar la ejecución **más DÉBIL**.

Forma

- Mostrando forma precisa de cada movimiento: (Ej: Cossack, Tuck, L-support, Split, Knee Lift, Jumping Jack, etc.)

Postura /Alineación

- Ejecutar movimientos con cada parte corporal en correcta posición / colocación.
- Correcta posición del cuello, hombros y cabeza relativos a la columna.
- Colocación del Torso (espalda baja, pelvis y contracción de los músculos abdominales).
- Posición de los pies/dedos de los pies en relación a los tobillos, rodillas y articulación de la cadera.
- Completa extensión de las piernas (rodillas y pies).

Precisión / Perfección

- Cada movimiento debe ser ejecutado con técnica correcta utilizando la capacidad física necesaria.
- Cada movimiento tiene una clara posición de inicio y de final.
- Los Jumps y Leaps requieren de amplitud. (Altura).

C. ERRORES❖ **Descripciones**

Un **error pequeño (0.1)** es definido como una pequeña desviación de una perfecta ejecución.

Un **error mediano (0.3)** es definido como una significativa desviación de una ejecución perfecta.

Un **error grande (0.5)**: Técnica equivocada / Tocando el piso / 1 Toque

CAÍDA / Toques Múltiples (1.0): caerse, o bajar al piso sin control / Toques Múltiples

D. CRITERIO Y DEDUCCIONES

- Todos los movimientos con **CAÍDA o Toques Múltiples** serán deducidos: **-1.0**
- Todos los movimientos con **1-Toque** serán deducidos: **-0.5**

D.1. Deduciones para Elementos de Dificultad / Elementos Acrobáticos

- **Evaluar las habilidades técnicas de cada elemento ejecutado.**

<i>Pequeño</i>	<i>Mediano</i>	<i>Grand e</i>	<i>Caída</i>
0.1	0.3	0.5	1.0
Errores múltiples son sumados pero la máxima deducción es de: -0.8 por elemento			
*Si ejecutados con una Caída, la máxima deducción es de -1.0 / por elemento			

D.2. Deduciones por Coreografía

Evaluar la perfecta Ejecución, con máxima precisión, mientras se están ejecutando PMA, transiciones y compañerismos.

Deducciones de Coreografía	<i>Pequeño</i>	<i>Mediano</i>	<i>Grande</i>	<i>Caída</i>
<i>Posición de Inicio y/o Fin de la rutina</i>	0.1	0.3		1.0
<i>SPMA (cada cuenta de 8= 1 Unidad)</i>	0.1	0.3		1.0
<i>Transiciones y Enlaces (cada vez)</i>	0.1	0.3	0.5	1.0
<i>Compañerismos (cada vez)</i>	0.1	0.3	0.5	1.0

D.3 Sincronización (PM, TR, GR)

<Evaluar a todos los competidores ejecutando todos los movimientos con idéntico rango de movimiento, timing preciso y misma calidad, como una unidad.

<i>Deducciones por Sincronización</i>		<i>Pequeño</i>
SPMA (1 Unidad = cuenta de 8)	-0.1 cada unidad	
Elementos de Dificultad / Acrobáticos, Transiciones, Compañerismos	-0.1 cada unidad	

5.4 ARTE (Jurado-A)

A. FUNCIÓN

El Jurado A evalúa todos los componentes de la Coreografía que encajen perfectamente bien con la música, para poder transformar un ejercicio deportivo en una actuación artística con características creativas y únicas, respetando la especificidad de la Gimnasia Aeróbica. Además, el Jurado – A evalúa no solo el “**QUE**” ejecutan los competidores, sino también el “**COMO**” y el “**DONDE**” lo ejecutan.

<Componentes de la Rutina>

- SPMA
- Elementos de Dificultad / Acrobáticos
- Transiciones / Enlaces
- Compañerismos / Colaboraciones

B. CRITERIO

- El Jurado A evalúa utilizando la Escala provista.
- El Score total es de 5.0 a 10.0 puntos con incrementos de 0.1.

COMPOSICIÓN: (6.0 Pts.)

- 1) **Música (Máximo 2.0 pt.)**
 - 1.1. Selección / Composición / Edición (2.0 pt.)
- 2) **Contenido Aeróbico (Máximo 2.0 pt.)**
 - 2.1 Cantidad de las SPMA (1.0 pt.)
 - 2.2 Calidad – Variedad (1.0 pt.)
- 3) **Contenido General (Máximo 2.0 pt.)**
 - 3.1 Complejidad / Variedad (1.0 pt.)
 - 3.2 Espacio (1.0 pt.)

ACTUACIÓN (PERFORMANCE): (4.0 pts.)

- 4) **Rutina Artística (Máximo 2.0 pts.)**
 - 4.1 Construcción de la Coreografía (1.0 pt.)
 - 4.2 Musicalidad (1.0 pt.)
- 5) **Actuación Artística (Máximo 2.0 pts.)**
 - 5.1 Presentación / Calidad de Movimientos (2.0 pt.)

C. ESCALA

Criterio	Pobre	Satisfactoria	Buena	Muy Buena	Excelente
Música	1.0 / 1.1 1.2 / 1.3	1.4 / 1.5	1.6 / 1.7	1.8 / 1.9	2.0
Contenido Aeróbico	1.0 / 1.1 1.2 / 1.3	1.4 / 1.5	1.6 / 1.7	1.8 / 1.9	2.0
Contenido General	1.0 / 1.1 1.2 / 1.3	1.4 / 1.5	1.6 / 1.7	1.8 / 1.9	2.0
Rutina Artística	1.0 / 1.1 1.2 / 1.3	1.4 / 1.5	1.6 / 1.7	1.8 / 1.9	2.0
Actuación Artística	1.0 / 1.1 1.2 / 1.3	1.4 / 1.5	1.6 / 1.7	1.8 / 1.9	2.0

Nivel	Puntos	La rutina incluye / muestra
Excelente	2.0	Un nivel sobresaliente
Muy Bien	1.8 / 1.9	Alto nivel
Bien	1.6 / 1.7	Nivel promedio
Satisfactoria	1.4 / 1.5	Nivel bajo
Pobre	1.0 – 1.3	Nivel Inaceptable

RANGO DE REFERENCIA

Nivel	Puntos	La rutina incluye / muestra
Excelente	2.0	Un nivel sobresaliente
Muy Bien	1.8 / 1.9	Alto nivel
Bien	1.6 / 1.7	Nivel promedio
Satisfactoria	1.4 / 1.5	Nivel bajo
Pobre	1.0 – 1.3	Nivel Inaceptable

D. DETALLES DE CRITERIO

COMPOSICIÓN	
MUSICA (MAX. 2.0 puntos)	

La rutina debe ser ejecutada, en su totalidad, con música. Cualquier estilo de música adaptado a la Gimnasia Aeróbica puede ser utilizado. Esto significa que la música usada por los gimnastas debe reflejar y proveer las características principales de la GAER, y la especificidad del deporte y su naturaleza.

1.1 Selección / Composición / Edición (2.0 punto)	
<p><Selección></p> <ul style="list-style-type: none"> Una buena selección musical ayudará a establecer la estructura y el ritmo, así como también, el tema del ejercicio. Apoyará y realzará la actuación. También debe ser usada para inspirar toda la coreografía y contribuir al estilo y calidad de la coreografía, así como también, a la expresión de los gimnastas. Cada rutina debería tener una historia / estilo, y la música seleccionada debe representar la Historia / estilo que el gimnasta y el coreógrafo desean transmitir. La música elegida debe dar una ventaja a las características individuales y de estilo del competidor. La música debe ser adecuada para la categoría, y realzar la rutina. Hay competidores tanto hombres como mujeres, así como también, diferentes edades de los mismos. Ser un competidor individual, o una PM, o un TR o un GR, son todos diferentes: no toda la música encaja con las diferentes categorías y edades. Estas diferencias deberán estar reflejadas en la música elegida. Algunos temas musicales pueden ser usados tanto por un ejecutante hombre como por una ejecutante mujer, PM, TR o GR. La manera en la que usen e interpreten la música determinará y mostrará si la selección musical fue apropiada y ayudará a realzar la actuación. 	<p><Edición></p> <ul style="list-style-type: none"> Técnicamente, la música debe ser perfecta; la música puede ser original o una versión arreglada, sin abusar de los extra acentos y sin uso excesivo de una base rítmica usada como fondo (demasiado ruidosa o más ruidosa que la melodía); la melodía de la canción deberá ser más audible que la base rítmica o fondo musical añadido, y no viceversa. La grabación y mezclado de la música debe ser de calidad profesional y bien integrada, sin ningún corte abrupto, dando la sensación de ser solo una pieza musical (ruido vs música). Deberá fluir, con un claro inicio y un claro fin (el que la música vaya desapareciendo poco a poco, no está recomendado). Si se incluyen efectos de sonido, éstos deberán estar bien integrados, respetando las frases musicales y la melodía. La música tiene una Estructura: <ul style="list-style-type: none"> Melodía / Historia / Estilo musical (Ej.: salsa, tango, música folclórica, rock, disco, dramática, alegre, bandas sonoras de películas, etc.) Inicio, Fin, Frases, Acentos, Beats Ritmo, Tempo / ritmo Temas o piezas musicales (uno o más, como en un popurrí) Se espera que los gimnastas seleccionen músicas con una correcta estructura y con partes diferentes de la misma música, o diferente, para poder evitar la monotonía de la música usada.

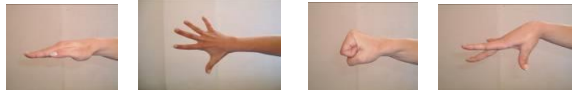


<p><Composición (Estructura)></p> <ul style="list-style-type: none"> • La música usada por los ejecutantes deberá respetar las características principales de la Gimnasia Aeróbica y su naturaleza. • Deberá ser dinámica, variada (no monótona), rítmica, original (creativa), contable (con beats o no, pero posible de identificar el apropiado timing/tempo para Gimnasia Aeróbica, con un ritmo que pueda ser contado). • Bien balanceado entre los beats editados y los beats originales, y la melodía. • Introducción de la música (sin moverse), está permitido. El gimnasta deberá comenzar a moverse dentro de unos cuantos segundos después del primer sonido audible (la señal de inicio está excluida). 	<ul style="list-style-type: none"> • Para poder tener un número apropiado de sets de SPMA, se recomienda usar músicas con una estructura de 8 cuentas que les ayudará al reconocimiento de las SPMA. • El ritmo de la música no deberá demasiado lento ni demasiado rápido (recomendación: 145 – 160 BPM) dando ventaja al gimnasta para moverse con la música.
--	--

1. MÚSICA / RESÚMEN		
Criterio	Puntos Principales	Desviación de Excelente (Ejemplos)
<p>1.1 Selección Composición Calidad de la Edición</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyar y resaltar la actuación, y dar una ventaja • Música apropiada para GAER; evitar la monotonía • Técnicamente perfecta, sin innecesarios beats editados 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ La música elegida y las características del competidor y estilo No encajan, y/o la música no es apropiada para la edad o categoría del gimnasta ➤ La música elegida no es para rutinas de GAER ➤ Excesivo uso de base rítmica como fondo (demasiado ruidosa/más ruidosa que la melodía) ➤ Excesivo y/o sin sentido uso de efectos de sonido, o extra acentos ➤ El ritmo de la música es demasiado lento o demasiado rápido ➤ La música elegida es monótona ➤ El arreglo musical (mezclado) de la pieza musical es áspero, aún cuando solo una canción es usada ➤ No hay calidad profesional ➤ Conexión innecesaria de varias canciones puestas juntas provocando que no haya, ni un sentimiento de unificación así como tampoco, un sentido de unidad.

2. CONTENIDO AERÓBICO (Max. 2.0 Puntos)
<p>En el Contenido Aeróbico, se evalúan los PMA a lo largo de la rutina, con adecuada intensidad. Las series de PMA son la base (cimientos) de las rutinas de GAER.</p> <p>La calidad (técnica perfecta) de los PMA es muy importante para poder ser reconocidos como una clara secuencia.</p> <p>Los PMA deben incluir variaciones de pasos básicos y patrones de brazos, para producir combinaciones con coordinación corporal, y deben ser reconocidos como continuos patrones de movimiento.</p> <p>Una SPMA significa un set completo de 8 cuentas de movimientos, con patrones de movimiento ejecutados en una frase musical (desde el 1er beat hasta el 8avo beat), para poder permanecer dentro de la música. Si el PMA es ejecutado por menos de 8 cuentas, no será reconocido como una SPMA, y será considerado solamente como un enlace de movimientos.</p> <p>Las SPMA deberán proveer la <u>adecuada intensidad</u> para una rutina de GAER.</p>

2.1 Cantidad de SPMA (1.0 punto)
<ul style="list-style-type: none"> A lo largo de la rutina, SPMA deben ser ejecutadas. Esto significa que además de los elementos de Dificultad, Transiciones / Enlaces, y Compañerismos (interacciones físicas / colaboraciones), la rutina debe proveer una cantidad suficiente de sets de SPMA. Un set de PMA = Cuenta de 8 (ejemplo: 3 sets = 3x8) El Bloque de sets de PMA significa PMA consecutivos y claros que muestran la identidad de nuestro deporte, usando los tradicionales pasos aeróbicos, con un constante rebote y ejecutados Sin Saltos Coreográficos (Ejemplo: Air Jack).

2.2 Calidad – Variedad (1.0 punto)	Sin requerimientos:									
<p>Requerimientos de Cantidad (Sets de SPMA):</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Categoría</th> <th>Mínimo No. De Sets De PMA</th> <th>Incluyendo un Bloque Consecutivo de PMA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>IV / IF</td> <td>8</td> <td>3 Sets</td> </tr> <tr> <td>PM / TR / GR</td> <td>9</td> <td>4 Sets</td> </tr> </tbody> </table> <p><Taquigrafía para las SPMA (set)> A para cada set de 8 cuentas</p>	Categoría	Mínimo No. De Sets De PMA	Incluyendo un Bloque Consecutivo de PMA	IV / IF	8	3 Sets	PM / TR / GR	9	4 Sets	<ul style="list-style-type: none"> Si no hay 8/9 sets completos en la rutina, el Jurado-A inmediatamente reduce -0.2 del factor de Cantidad. Si no hay un Bloque (3/4 sets consecutivos de PMA), el Jurado-A inmediatamente reduce -0.5 del factor Cantidad.
Categoría	Mínimo No. De Sets De PMA	Incluyendo un Bloque Consecutivo de PMA								
IV / IF	8	3 Sets								
PM / TR / GR	9	4 Sets								
<ul style="list-style-type: none"> Los PMA son la base de la GAER y principal característica (Especificidad del Deporte). La técnica específica de los Pasos Básicos está descrita en el Apéndice 3. Los movimientos de piernas deben mostrar la técnica correcta (rebote) de los Pasos Aeróbicos Básicos, con coordinación y variedad. Los movimientos de brazos deben ser ejecutados con calidad, mostrando precisión y fluidez. La trayectoria desde una posición a otra deberá ser natural, con varios movimientos simétricos/asimétricos, con posibilidad de cambiar el ritmo. <p>Variedad de las SPMA puede ser conseguida:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Involucrando más partes del cuerpo (cabeza, hombros, etc.) ✓ Usando diferentes acciones articulares / planos / rango de movimiento / longitud de la palanca ✓ Usando movimientos simétricos vs asimétricos ✓ Usando diferente ritmo ✓ Usando ambos brazos simultáneamente ✓ Velocidad de movimiento ✓ Cambios de orientación ✓ Cambios de formación ✓ Desplazándose con SPMA <ul style="list-style-type: none"> A lo largo de la rutina, las SPMA deben mostrar variedad sin repetición, y evitando la misma o tipo similar de Secuencias durante la rutina. Todos los pasos básicos deben ser usados a lo largo de la rutina. <p>Ejemplos de Factores de Variación para movimientos de Brazos (No es necesario usar TODOS los ejemplos)</p> <ul style="list-style-type: none"> Uso de movimientos simétricos y asimétricos 	<ul style="list-style-type: none"> El Bloque de PMA debe ser diferente del resto de las Secuencias, sin saltos coreográficos (salto águila, salto venado, etc.). El Bloque debe tener movimientos aeróbicos tradicionales sin combinación repetitiva, y mostrar coordinación del cuerpo que produzca secuencias complejas y variadas, para poder evitar que sean monótonas y estacionarias (quedándose en el mismo lugar). Para PM/TR/GR: Este Bloque debe ser ejecutado cercanos unos a otros (a distancia corta), como una unidad, con perfecta sincronización, y posiblemente usando cambios de orientación, posición y formaciones, y desplazamientos. <p>Ejemplos de variaciones de los 7 pasos aeróbicos básicos</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Marcha: ángulo, altura, velocidad, cambio de ritmo, o direcciones. (ejemplos: paso V, paso giro, dos pasos, paso de caja, etc.) ✓ Jog: ángulo, velocidad, cambio de ritmo, y direcciones. ✓ Knee Lift: planos, ángulo, velocidad, cambio de ritmo, en Alto o Bajo Impacto. ✓ Kick: planos, altura, velocidad, cambio de ritmo, en Alto o Bajo Impacto y direcciones. (Patada media, alta, y Patada Vertical) ✓ Jumping Jack: ángulo a nivel de la cadera y velocidad de rodillas, cambio de ritmo, en Alto o Bajo Impacto (squat). ✓ Lunge: planos, ángulo, velocidad, cambio de ritmo, en Alto o Bajo Impacto. ✓ Skip: planos, ángulo y direcciones, velocidad, cambio de ritmo, en Alto o Bajo Impacto. <p>Ejemplos de acciones de manos: (Ver dibujos pg.33/126)</p>									

<ul style="list-style-type: none"> • Uso de diferentes alturas (alta, baja, diagonal) • Uso de diferente longitud (flexionados, extendidos) • Uso de movimientos lineales y circulares • Uso de diferente ritmo / velocidad • Uso de diferentes planos (frontal, transversal, sagital) • Uso de diferentes acciones (flexión, extensión, abducción, aducción, pronación, supinación, etc.) • Uso de diferentes posiciones de manos (palma abierta, cerrada, puño, etc.). El abuso de movimientos de los dedos no está siguiendo la dirección de la disciplina de GAER. <ul style="list-style-type: none"> • La variación de los movimientos de brazos no significa Alta Frecuencia. <ul style="list-style-type: none"> • Los movimientos de brazos pueden estar en diferentes rangos de movimiento: algunos pueden ser "más delicados", siempre y cuando tengan un significado con la idea de la coreografía, estilo y categoría del competidor. <ul style="list-style-type: none"> • Las SPMA deben representar el estilo de la música y combinar: pasos aeróbicos básicos, pasos de danza, saltos coreográficos (con excepción del Bloque de PMA), expresiones corporales, etc., sin repetición. 	<p>Plana Dedos Abiertos Puño Forma Elipse</p>   <p><u>Acciones Inadecuadas de dedos (a no abusar de este tipo de acciones)</u></p> 
--	---

2. CONTENIDO AERÓBICO / RESÚMEN

Criterio	Puntos Principales	Desviación de Excelente (ejemplos)
2.1 Cantidad de las SPMA	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Cantidad de las SPMA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Las rutinas muestran menos de 8 o 9 sets de SPMA. Les falta el Bloque (3 o 4 sets de PMA ejecutados consecutivamente).
2.2 Variedad	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Uso del criterio de Coordinación ❖ Técnica perfecta (calidad) ❖ Uso del criterio de Variedad 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bajo nivel de Coordinación corporal ➤ Excesivo uso de jogging/acciones de chassé ➤ Falta de pasos básicos ➤ No combinación de movimientos de brazos y piernas ➤ Permaneciendo con un solo tipo de ritmo en toda la rutina ➤ Movimientos de brazos ejecutados en solo doble beats (lentos) ➤ Movimientos robóticos ➤ No hay una forma clara/precisa de los movimientos de brazos y piernas ➤ Falta de diferentes acciones de brazos ➤ Movimientos de brazos/piernas repetitivos ➤ Abusando de acciones inadecuadas con los dedos

3. CONTENIDO GENERAL (Max. 2.0 Puntos)

El Contenido General de las Rutinas es:

- ✓ Transiciones / Enlaces
- ✓ Compañerismos / Colaboraciones
- ✓ Elementos Acrobáticos

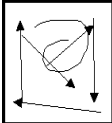
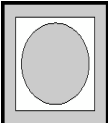
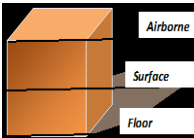
3.1 Complejidad / Variedad (1.0 pt.)

- Los movimientos son complejos cuando muchas partes del cuerpo están involucradas simultáneamente.
- Un movimiento es complejo cuando:
 - Requiere de coordinación
 - Necesita habilidad técnica y capacidad física

Requerimientos de Complejidad/Variedad:

IV/IF: La rutina debe estar balanceada en el factor de complejidad. Mostrando diferente longitud en las transiciones, usando diferentes capacidades físicas y diferentes formas **SIN REPETICIÓN** de movimientos en la rutina.

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Es dinámico ➤ Tiene más fluidez ➤ Es impredecible • Para evaluar la variedad del Contenido General, el Jurado-A tomará en consideración que todos estos movimientos deben ser <u>SIN REPETICIÓN</u> o reiteración del mismo movimiento o tipos similares de movimientos. • Rutinas excelentes deben mostrar diferentes tipos de movimientos. Todos ellos deberán incluir diferentes acciones, formas y diferentes capacidades físicas durante la ejecución de las transiciones/enlaces y compañerismos/colaboraciones. Los Contenidos Generales (G) deben ser significativos, y encajar con la música, o mostrar movimientos únicos en la rutina. • Si los Contenidos Generales son <u>significativamente repetitivos en la rutina</u>, el Jurado-A <u>reduce -0.2</u> del factor de Complejidad/Variación. • La conexión de los movimientos debe ser fluida. Todos los movimientos presentados en la rutina deben estar enlazados sin ninguna pausa innecesaria, mostrando agilidad. • Pausas excesivas en el Contenido General reducirán la fluidez de la rutina y no coinciden con las características y naturaleza de la disciplina de la GAER. 	<p>PM/TR/GR: Mínimo 3 colaboraciones con Contacto Físico son requeridas, SIN REPETICIÓN. Si hay menos de 3 Colaboraciones, el Jurado-A reduce -0.2 en el factor de Complejidad/Variación, por cada Colaboración faltante.</p> <p>El resto de las transiciones/enlaces y compañerismos debe estar balanceado y ser significativo, dando una ventaja a la rutina. Esto incluye a los Elementos Acrobáticos.</p> <p><Taquiografía Para Contenido General></p> <p>Para poder evaluar el Contenido General, se tomará en consideración a los movimientos como un todo; como una unidad (ejecutada en el mismo periodo de tiempo).</p> <p>“G” para cada Transición /Enlace, o un bloque de movimientos (1 unidad).</p> <p>“C” para cada Colaboración con contacto físico.</p> <p><Ejemplos de Taquiografía (IF):></p> <p>G (Intro) E A G E + E E G A A Acro + E G A A</p> <p>A E A G E E G A A G E G (Final)</p>
---	--

3.2 Espacio (Max. 1.0 punto)	
<p><Uso del área de Competencia y formaciones></p> <ul style="list-style-type: none"> • A lo largo de la rutina, los desplazamientos deben ser mostrados en todas direcciones (hacia adelante, hacia atrás, circular, lateralmente, diagonalmente) con distancias cortas y largas, sin repetición de las mismas trayectorias. • En la categoría de GR, solo cubriendo la superficie no es suficiente para cumplir con los criterios del uso del espacio; los miembros de un GR deben desplazarse utilizando SPMA, en todas las direcciones y distancias. <p>El área de competencia debe ser usada efectivamente a lo largo de toda la rutina, con una estructura bien balanceada de la coreografía; no solo las esquinas y el centro del área de competencia, sino todas las áreas del espacio de competencia.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p><Cambios de Formación></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las Formaciones incluyen posiciones/posicionamiento de los compañeros y la 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Posibles ejemplos de formaciones para PM/ TR/ GR (Ver ejemplos en la página 35/126) <p><Componentes de la Rutina></p> <ul style="list-style-type: none"> • Todos los tres niveles (piso, superficie, aire) del espacio de competencia deben ser usados. No se recomiendan más de 32 cuentas en el piso, o en la superficie, sin cambiar de nivel. • Todos los componentes de la rutina deben estar apropiadamente distribuidos, tanto en el área de competencia como en la longitud de la rutina. • Los movimientos deben estar colocados en una forma balanceada en el espacio de competencia (esto significa que, por ejemplo, si hay trabajos de piso en la rutina, éstos deberán ser colocados en diferentes zonas). Esto aplica para todos los componentes de la rutina.

<p>manera en la que cambian posiciones a otra formación o en la misma formación, mientras están ejecutando PMA u otros movimientos, y las distancias entre los competidores.</p> <ul style="list-style-type: none"> A lo largo de la rutina, diferentes formaciones y diferentes posiciones de los compañeros del equipo deben ser mostradas (incluyendo diferentes distancias entre los gimnastas: lejos vs cerca). Los cambios de formación deben ser fluidos. 	
--	--

DR. VIVEROS

3.CONTENIDO GENERAL / RESUMEN

Criterio	Puntos Principales	Desviación de Excelente (ejemplos)
3.1 Complejidad/Variedad	<ul style="list-style-type: none"> *Movimientos Complejos vs simples *Transiciones/enlaces, Compañerismos/Colaboraciones significativos *Repetición de Movimientos 	<ul style="list-style-type: none"> *Falta de complejidad *Movimientos de enlace en el piso, sin significado alguno *Tratando de ejecutar movimientos difíciles y complejos que los gimnastas no pueden ejecutar *Repetición o reiteración del mismo tipo de transiciones/enlaces *Excesivas pausas o preparación *Las conexiones de los movimientos no son fluidas *No uso significativo de los Elementos Acrobáticos
3.2 Espacio	<ul style="list-style-type: none"> *Desplazándose usando SPMA (distancias cortas y largas) *Uso del área de competencia y niveles *Diferentes formaciones/distancias *Estructura bien balanceada de la rutina *Colocación de los movimientos 	<ul style="list-style-type: none"> *Con PMA, los competidores no se desplazan con una variedad de distancias, en diferentes direcciones *Falta de una trayectoria de desplazamiento *Predominación de trayectorias de desplazamiento circulares *Los grupos solo apenas cubren el área de competencia, usando cambios de formación, pero no muestran desplazamientos *Diferentes posiciones de los competidores *Ejecutando más de 4 SPMA (excepto para el Bloque Obligatorio) *Ejecutando más de 3 elementos sin ninguna SPMA entre ellos o más de 32 cuentas sin ejecutar ninguna SPMA. *Ejecutando solo en un rango estrecho del área, sin usar efectivamente el espacio de competencia *Los elementos y Contenidos Generales ejecutados en una misma zona del área de competencia *Un uso predominante del área de competencia *Ejecutando en un solo nivel por un periodo prolongado de tiempo (obvio o significativo)

ACTUACIÓN

4.RUTINA ARTÍSTICA (Max. 2.0 Puntos)

Rutinas memorables/únicas incluyen detalles que realzan la calidad de la rutina.

Todos los componentes de la coreografía deben encajar perfectamente juntos, para poder transformar un ejercicio deportivo en una actuación artística, con características creativas y únicas, y respetando la especificidad de la Gimnasia Aeróbica (***de manera deportiva***)

Originalidad / Creatividad de las rutinas, incluyendo no solo el tema del ejercicio de acuerdo a la música seleccionada, sino también la innovación y unicidad en otros movimientos (Compañerismos, transiciones, etc.)

ejecutando con expresiones genuinas y naturales.

La apertura de la coreografía comienza con el **primer movimiento** de los competidores. La apertura de la coreografía significa: cualquier otro movimiento (s), en vez de elementos.

Cada rutina deberá incluir una "Apertura" (Intro) (por ejemplo: 4 – 8 cuentas, con o sin movimientos) que coincida con la música para desarrollar el tema/estilo de la rutina.

El Jurado-A evalúa la rutina como un todo. Si no hay una Intro, o si se termina directamente con un elemento, el criterio de artística de la rutina no será Muy Bueno o Excelente.

4.1 CONSTRUCCIÓN DE LA COREOGRAFÍA (1.0 Pt.)

La rutina debería ser como **una pequeña pieza de arte**, que debería dar una **impresión** memorable basada en las características de la Gimnasia Aeróbica.

Rutinas memorables son aquellas cuando **todos los componentes de la rutina coinciden (encajan) con la música y el tema/estilo** del ejercicio, de manera deportiva, cautivando e impresionando a la audiencia.

La Coreografía deberá presentar movimientos nuevos, creativos, originales (Colaboraciones, transiciones, etc.)

Movimientos únicos enfatizarán el Arte de la Coreografía.

Si la rutina empieza / termina directamente con un elemento, inmediatamente **reducir -0.2 / cada**

4.2 MUSICALIDAD (1.0 Pt.)

Musicalidad es la habilidad del ejecutante (s) para interpretar la música y demostrar no solo el ritmo y velocidad, sino también, mostrar su flujo, intensidad y pasión dentro de la actuación física.

La rutina debe ser ejecutada en su totalidad con música. La Coreografía utiliza la idea dada por la música.

Debe haber una fuerte cohesión entre toda la actuación (movimientos) y la elección de la música. Todos los movimientos deben encajar perfectamente con la música elegida. En el proceso creativo, el coreógrafo crea los movimientos para esa música específica y para ese competidor (es) específico (s).

Las SPMA también tienen una alta correlación con el tema y el estilo de la música. Debe haber una razón para incluir ese movimiento de brazo (s), sin perder el estilo de la Coreografía. El uso de la cabeza y el tronco durante la ejecución de los PMA puede ser otra posibilidad para incluirse en la coreografía.

La rutina debe armonizar con el estilo de la música. El estilo de la música deberá encajar con las características y estilo de los movimientos presentados por los ejecutantes, respetando las frases musicales.

El competidor deberá ser capaz de expresar con sus movimientos y su lenguaje corporal la Música elegida.

La Coreografía debe seguir el ritmo, los beats, las frases musicales y la melodía. Inhabilidad para moverse con la música resultará en BGM (música de fondo).

4.4. RUTINA ARTÍSTICA / RESUMEN

Criterio	Puntos Principales	Desviación de Excelente (Ejemplos)
4.1 Construcción de la Coreografía	<p>La rutina es como una pequeña obra de arte, en manera deportiva</p> <p>La rutina debe tener un tema o representar el estilo de la música</p> <p>Incluye movimientos originales/únicos</p> <p>Rutinas memorables</p>	<p>No hay un tema o estilo en la rutina</p> <p>Falta la Apertura (Intro) y el Final</p> <p>Movimientos repetitivos y comunes</p>
		<p>La Coreografía está separada de la música; la música es solo BGM (música de fondo)</p>

<p>4.2 Musicalidad</p>	<p>Debe haber una fuerte cohesión entre toda la actuación y la elección de la música</p> <p>Interpretación de la música</p> <p>Usar las diferentes partes y permanecer en la música para ser significativa</p>	<p>Los movimientos están fuera del beat (error de timing) durante la rutina</p> <p>Los movimientos ejecutados están fuera de la frase musical durante la rutina</p> <p>Los movimientos no coinciden con la estructura de la música y/o el tema (melodía)</p> <p>El estilo de la rutina no tiene relación alguna con la idea de la música, y la música no es significativamente utilizada</p>
-------------------------------	--	--

5. ACTUACIÓN ARTÍSTICA (Max. 2.0 Puntos)

Los gimnastas tienen que transformar la composición, de una bien estructurada rutina a una actuación artística, usando su personalidad, estilo único y manera excelente de usar la música.

Los gimnastas deben representar su propio género y edad en el escenario.

En PM/TR/GR, los gimnastas deben trabajar como una unidad, usando colaboraciones/compañerismos para mostrar la belleza del trabajo de equipo.

A través de la expresión, transformar los movimientos, tanto los elementos gimnásticos como la coreografía, en una Representación artística singular.

Combinar los elementos del arte y del deporte de la Gimnasia Aeróbica en un mensaje atractivo hacia la audiencia, de manera deportiva.

Los Gimnastas deben, por lo tanto, demostrar Musicalidad, Expresión y Compañerismo, además de una Ejecución impecable.

La Calidad (maestría/perfección) de la rutina es esencial; no solo mostrando un alto grado de perfecta ejecución en todos los elementos de dificultad y acrobáticos, sino también en los movimientos de la coreografía (PMA, transiciones, compañerismos, etc.), con la correcta técnica de todos los movimientos.

5.1 Presentación / Calidad de los Movimientos (2.0 pt.)

<p>La manera en la que un gimnasta, o grupo de gimnastas se presentan al jurado y al público.</p> <p>Compartiendo sus propias emociones durante la rutina, con la audiencia, mediante expresiones, movimientos con calidad y fluidez.</p> <p>Actitud y rango de emoción que es expresado no solo con el rostro, sino también con el cuerpo del gimnasta.</p>	<p>PM/TR/GR: Los competidores deben demostrar que son un equipo, como una unidad, y por lo tanto, mostrar las ventajas de ser más de una persona.</p> <p>*Esto incluye la relación de trabajo entre los miembros.</p> <p>*Los movimientos deben ser distintivos, respetando el género (Mujer = femenino / Hombre = masculino).</p> <p>*Cuando hombres y mujeres están juntos en la misma categoría (PM/TR/GR), los movimientos que respetan las diferencias de género No son considerados como una equivocación de Sincronización.</p>

RESUMEN	Puntos Principales	Desviación de Excelente (Ejemplos)
<p>5.1 Presentación / Calidad de los Movimientos</p>	<p>Rutinas impresionantes y perfección</p> <p>Cautivan a la audiencia</p> <p>Presentación</p> <p>Actitud</p> <p>Emociones</p> <p>Unicidad</p> <p>Personalidad</p> <p>Relaciones entre los compañeros</p>	<p>La actuación no está adaptada a las características individuales y categoría</p> <p>Los movimientos son tan indistintos que no hay una clara Impresión</p> <p>No hay una impresión atlética que sea apropiada con la Gimnasia Aeróbica</p> <p>Los movimientos son vagos o parecen haber sido olvidados, provocando que la audiencia se sienta nerviosa</p> <p>No hay una presentación original (copiando)</p> <p>No hay un compromiso con la Actuación; falta de pasión y energía</p> <p>Muchos movimientos son sin sentido y carecen de espíritu en la actuación a la audiencia (rutina tediosa)</p> <p>Ejecutando con expresiones faciales no naturales y/o Exageradas</p> <p>Pérdida de confianza durante la rutina, con la aparición de expresiones faciales nerviosas</p> <p>Para PM/TR/GR, ejecutando como individuales sin mostrar las ventajas de un trabajo en equipo</p>

5.5 JUECES DE LINEA

A. Función

Las faltas de línea son verificadas por los jueces de línea que están colocados diagonalmente en 2 de las 4 esquinas del escenario.

Cada juez es responsable de dos líneas.

B. Criterio y Deducciones

La cinta alrededor del escenario es parte del área de competición; por lo tanto, tocar la cinta está permitido.

Sin embargo, **si cualquier parte del cuerpo toca el área por fuera de la cinta**, una deducción será hecha.

Deducciones por un miembro moviéndose en el aire, fuera de la línea, no serán hechas.

Los jueces de línea usarán una bandera roja para mostrar cuando un competidor pisa o toca fuera de la línea.

- **Deducciones:**
 🚩 Falta de línea: **cada vez 0.1 por cada competidor**

5.6 JUECES DE TIEMPO

A. Función

El juez de tiempo es responsable por:

- 🚩 Aparición tardía / Walk-over
- 🚩 Falta de tiempo / infracción de tiempo
- 🚩 Interrupción / detención de Ejecución

B. Criterio y Deducciones

La **medición de la Falta de Tiempo/Infracción** empieza con el primer sonido audible (La señal / sonido del beep excluidos) y termina con el último sonido audible.

La medición del tiempo para la **Aparición tardía / Walk-Over** comienza con el último sonido de la llamada para el competidor y termina cuando el competidor aparece o cuando han transcurrido 60 segundos.

Si cualquiera de los errores arriba mencionados ocurre, el juez de tiempo debe informarle al Juez Principal del Panel, quien aplicará una deducción (Ver página 22).

CAPÍTULO 6

PUNTUACION

PRINCIPIO GENERAL

Puntuación de Arte / Puntuación de Ejecución*

4 Jueces

La nota más alta y la más baja de los jueces-A se eliminan. Las notas restantes se promedian siempre y cuando las notas medias estén dentro del rango tolerado que se indica abajo; esto resulta en la puntuación final de Arte / Ejecución.

6 Jueces

Los 2 puntajes (scores) más altos y más bajos de A /E son eliminados. Los restantes puntajes son promediados, siempre y cuando las notas medias estén dentro del rango tolerado que se indica abajo; esto resulta en la puntuación final de Arte / Ejecución.

Máxima desviación permitida para las puntuaciones de Arte y Ejecución

Durante las competencias, la diferencia entre las notas medias tomadas en cuenta no puede ser mayor que:

$$\begin{array}{rcl}
 10.00 & y & 8.00 = 0.3 \\
 7.99 & y & 7.00 = 0.4 \\
 6.99 & y & 6.00 = 0.5 \\
 5.99 & y & 0.00 = 0.6
 \end{array}$$

Si la desviación es mayor que la indicada arriba, entonces el promedio de todos los scores (Puntajes) es el Puntaje Final.

Score de Dificultad*

2 jueces:

El score acordado es el score final de Dificultad.

- **Coeficiente**
2.0 = IM, IW, MP, TR (hombres), GR (hombres)
1.8 = TR (mixto), GR (mixto)
1.7 = TR (mujeres), GR (mujeres)

- **Deducción Dificultad (-0.5 / por)**
La Deducción de Dificultad no será dividida entre 2.

Puntuación Total

Las puntuaciones de Arte, Ejecución y Dificultad se suman y representan la **Puntuación Total**.

Puntuación Final

Las deducciones hechas por los Jueces de Dificultad, Jueces de Línea y Juez Principal son deducidas de la puntuación total para dar la **Puntuación Final**.

*En el caso en el que un juez falle en dar su nota a tiempo ó no de ninguna nota, el promedio de las notas dadas reemplazará a la nota faltante.

Máxima desviación entre extremos

Para Arte y Ejecución: En caso de una desviación de **1.0 ó más** entre los extremos, **un análisis de todas las puntuaciones de los Jueces** será hecho después de la competencia y sanciones apropiadas serán aplicadas.

Para Dificultad:

En principio, los dos jueces deben enviar un score (puntaje) acordado. Sin embargo, en el caso de un desacuerdo entre los 2 jueces resultando en una desviación de **0.3 o más** (antes de dividir entre 2, 1.8 o 1.7), un análisis será hecho después de la competencia y sanciones apropiadas serán aplicadas.

Revisión de Notas (Ver RT 8.4)

- Investigaciones son permitidas solamente para su propia federación
- Investigaciones para un Score-D están permitidas.
- **Investigaciones a todos los otros scores no están permitidas.**

6.2 TABLA DE PUNTUACIÓN

A.SUMAS:

Arte

Máxima Puntuación por 1 juez 10

Ejecución

Máxima Puntuación por 1 juez 10

Dificultad (dividida entre 2, 1.8 o 1.7)

Ej.: Score Abierto de Dificultad 3.500

Puntuación Total **23.500**

B. DEDUCCIONES (Ver Sistema de Puntuación de cada sección):

- Deducciones hechas por los Jueces de Dificultad
- Deducciones hechas por los Jueces de Línea
- Deducciones hechas por el Juez Principal

C. SISTEMA DE PUNTUACION

Arte es calificada de acuerdo a una escala de un máximo de 10.0 puntos usando incrementos de 0.1.

Ejecución es calificada de acuerdo a un juzgamiento negativo empezando desde 10.0 y restando puntos por errores de ejecución.

Dificultad es calificada de acuerdo a un juzgamiento positivo sumando puntos desde 0.0, y es dado con **3 dígitos**.

Ejemplos: Score de Dificultad dividido entre 1.7:

$$6.5 / 1.7 = 3.82352941 = 3.823$$

Las deducciones son hechas de la Puntuación Total para alcanzar la Puntuación Final.
(VER EJEMPLOS DE PUNTUACIONES EN LA PÁGINA 41/126 – COP FIG

DR. VIVEROS

PARTE 3 GUÍA DE DIFICULTAD

REQUERIMIENTOS MÍNIMOS



ELEMENTOS DE DIFICULTAD

GRUPO A (ELEMENTOS DE PISO)		
FAMILIA 1 Fuerza Explosiva	FAMILIA 2 Fuerza Estática	FAMILIA 3 Círculo de Pierna
A-Frame	Support	Flair
Straddle Cut	V-Support	Helicopter
Explosive High V	Planche / Straddle Planche	

GRUPO B (ELEMENTOS AÉREOS)		
FAMILIA 4 Salto (Jump) Dinámico (Obligatorio para IV)	FAMILIA 5 Salto (Jump) de Forma	FAMILIA 6 Split Leap / Jump
Air Turn	Tuck	
Free Fall	Cossack	Switch Split
Gainer	Pike	Scissors Leap
Butterfly	Straddle / Frontal Split Jump	Sagittal Split
Off Axis		

GRUPO C (ELEMENTOS DE PIE – DE PARADO)	
FAMILIA 7 Turns	FAMILIA 8 Flexibilidad (No permitida para IV)
Turn	Vertical Split
Horizontal Turn	Balance
	Illusion

****RECORDATORIO:**

- ❖ Todos los elementos de dificultad tienen una “Posición de Inicio”, una “Fase Principal” y una “Posición Final”.
- ❖ Si el elemento **No** reúne los Requerimientos Mínimos, entonces el elemento no recibirá un valor, pero sí será contabilizado en el número total de elementos.
- ❖ Todos los elementos en todos los grupos deben ser ejecutados sin una “**CAÍDA**” o “**ERROR GRANDE**”.

<Grupo B & C: Elementos con Turns (Giros)>

- ❖ Para ser reconocidos como **elementos con giro (s)**, el elemento debe completar un **mínimo de $\frac{3}{4}$ del último giro** o el elemento **será degradado al siguiente elemento de valor más bajo**.

REQUERIMIENTOS MÍNIMOS

GRUPO A – ELEMENTOS DE PISO	
Familia 1	Fuerza Explosiva

- Todos los elementos en la Familia 1 deben mostrar una **Fase Aérea**.

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MÍNIMOS
A-Frame	<ul style="list-style-type: none"> • Posición Pike (90° mínimo), en fase aérea
Straddle Cut	<ul style="list-style-type: none"> • Hombros más altos que el nivel de la cadera antes del corte, en fase aérea y ejecutar en un plano vertical
Explosive High-V	<ul style="list-style-type: none"> • Una posición High-V debe ser mostrada antes de la fase aérea

Familia 2	Fuerza Estática
------------------	------------------------

- Todos los elementos en la Familia 2 deben ser sostenidos por lo menos 2 segundos.

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MÍNIMOS
Support	<ul style="list-style-type: none"> • Sin toque
V-Support	<ul style="list-style-type: none"> • Sin toque
Planche / Straddle Planche	<ul style="list-style-type: none"> • Sin toque • El cuerpo recto no deberá exceder 20° por arriba de la horizontal • Las piernas no deberán exceder 20° más bajo que la horizontal

Familia 3	Círculo de Pierna
------------------	--------------------------

- Todos los elementos en la Familia 3 deben ser ejecutados con la **Rotación Completa de las piernas**.

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MÍNIMOS
Flair	<ul style="list-style-type: none"> • Desde la posición de inicio, balancear a FREE Front Support sobre ambas manos • Rotación del cuerpo en soporte sobre las manos (una después de la otra)

Helicopter	<ul style="list-style-type: none"> • Comenzando a partir de la pierna líder cruzando la otra pierna • Los círculos de pierna deben ser soportados sobre la espalda • Se debe completar mínimo $\frac{3}{4}$ de rotación • La posición final debe ser mirando en la misma dirección como la posición de inicio
------------	--

GRUPO B – ELEMENTOS AÉREOS

Familia 4 Salto Dinámico

➤ **Para IV:** Es obligatorio ejecutar, por lo menos, 1 elemento de la Familia 4

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MINIMOS
Air Turn	<ul style="list-style-type: none"> • Ambos pies aterrizan juntos
Free Fall	<ul style="list-style-type: none"> • Manos y pies deben aterrizar juntos (al mismo tiempo)
Gainer	<ul style="list-style-type: none"> • Manos y pies deben aterrizar juntos (al mismo tiempo)
Butterfly	<ul style="list-style-type: none"> • El cuerpo no excede 45° por arriba o por debajo de la horizontal
Off Axis	<ul style="list-style-type: none"> • El cuerpo no excede 45° por arriba o por debajo de la horizontal

Familia 5 Salto de Forma

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MINIMOS
Tuck	<ul style="list-style-type: none"> • Una forma agrupada debe ser mostrada con las rodillas, por lo menos, paralelas al piso
Cossack	<ul style="list-style-type: none"> • Una forma Cossack debe ser mostrada con las piernas, por lo menos, paralelas al piso
Pike	<ul style="list-style-type: none"> • Una forma Pike debe ser mostrada con las piernas, por lo menos, paralelas al piso
Straddle / Frontal Split	<ul style="list-style-type: none"> • Una forma Straddle / Frontal Split debe ser mostrada con las piernas, por lo menos, paralelas al piso

Familia 6 Split Leap / Jump

➤ Todos los elementos en la Familia 6 deben ser ejecutados con **posición de Split de mínimo 170°.**

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MINIMOS
Scissors Leap	<ul style="list-style-type: none"> • La pierna líder, recta debe estar, por lo menos, 45° al piso • Una Acción de "Switch" debe ser mostrada en la fase aérea
Switch Split Leap	<ul style="list-style-type: none"> • La pierna líder, recta, debe estar por lo menos 45° al piso
Sagittal Split	<ul style="list-style-type: none"> • Una Forma de Sagittal Split (orientación del cuerpo hacia la pierna del frente) debe ser mostrada en la fase aérea

GRUPO C – ELEMENTOS DE PARADO (DE PIE)

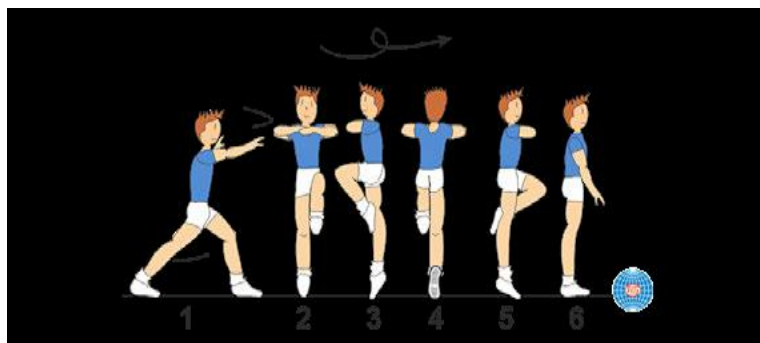
Familia 7 Turns

- Todos los elementos en la Familia 7 deben ser ejecutados con rotación hacia la misma dirección de la pierna de apoyo (**en dedans**).
- Todos los elementos en la Familia 7 deben ser ejecutados sin **brincar**.

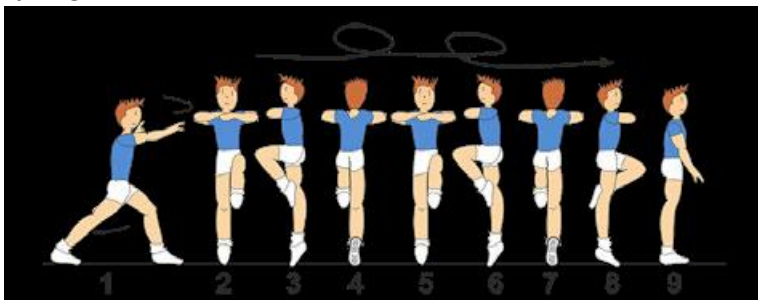
NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MINIMOS
Turn	<ul style="list-style-type: none"> • Debe ser ejecutado sobre la bola del pie
Horizontal Turn	<ul style="list-style-type: none"> • Debe ser ejecutado sobre la bola del pie • La pierna levantada no debe exceder 15° por debajo del nivel de la horizontal

NOTA: La perfecta ejecución de los Turns significa terminar con PIES JUNTOS, como se puede ver en la descripción de cada uno de ellos en la página 105 del COP FIG actualizado del 22 de mayo del 2022, MÁS NO ES REQUERIMIENTO MÍNIMO.

1/1 TURN:

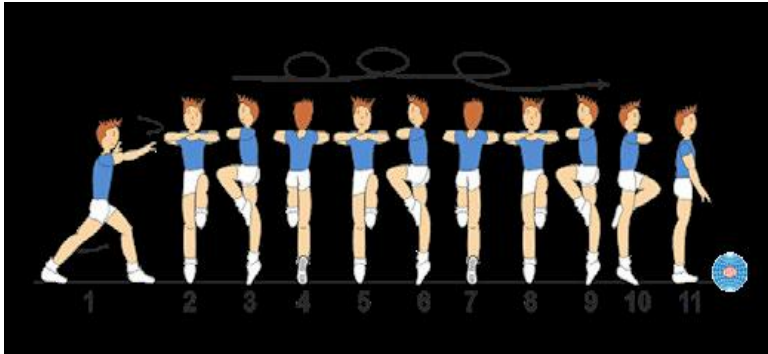


2/1 TURN:

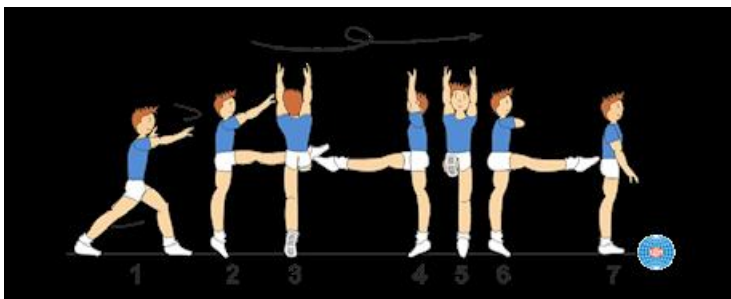


DR. VIVEROS

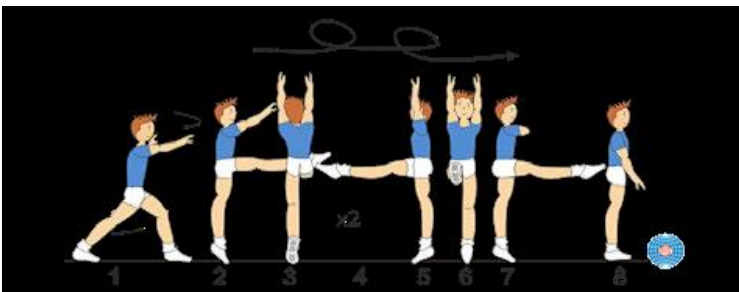
3/1 TURN:



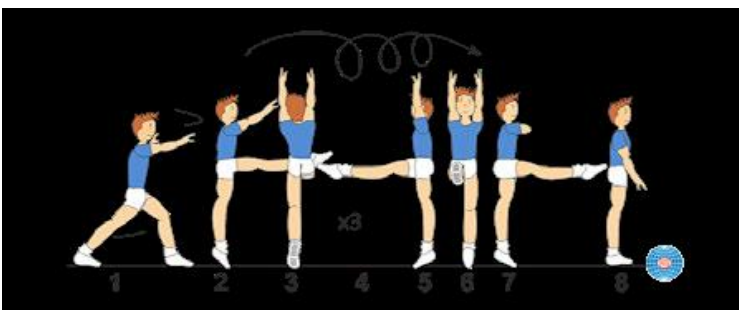
1/1 TURN WITH LEG AT HORIZONTAL:



2/1 TURNS WITH LEG AT HORIZONTAL:



3/1 TURNS WITH LEG AT HORIZONTAL:



DR. VIVEROS

Familia 8 Flexibilidad

- Todos los elementos en la familia 8 **NO están permitidos a ser ejecutados por IV.**
- Todos los elementos en la familia 8 deben ser ejecutados con mínimo un ángulo de 170° entre las piernas.

NOMBRE BASE	REQUERIMIENTOS MINIMOS
Vertical Split	<ul style="list-style-type: none"> • La pierna de soporte (apoyo) debe estar en posición vertical • La pierna de soporte (apoyo) siempre debe permanecer en contacto con el piso
Illusion	<ul style="list-style-type: none"> • Rotación completa de la pierna libre
Balance	<ul style="list-style-type: none"> • Debe ser ejecutado sobre la bola del pie • Rotación completa sosteniendo la pierna levantada

CLARIFICACIÓN ILLUSION:

*Si el gimnasta comienza con los pies juntos, debe terminar con los pies juntos.
Si comienza con un lunge, puede terminar con los pies juntos o bien con un pie atrás.*

PARTE 4 GUIA DE EJECUCIÓN
Ejemplos de Deduciones

Error Pequeño	Desviación Menor de perfecta ejecución	-0.1
Error Mediano	Desviación significativa de perfecta ejecución	-0.3
Error Grande	Técnica incorrecta / Tocar el piso / 1 - Toque	-0.5
CAIDA / TOQUES MÚLTIPLES	Caerse, o bajar al piso sin control / Múltiples Toques	-1.0

➤ **DEDUCCIONES**

Elementos de Dificultad / Elementos Acrobáticos			
Pequeño	Mediano	Grande	CAIDA
-0.1	-0.3	-0.5	-1.0
Múltiples errores son sumados, pero la máxima deducción es de:			
- 0.8 / por elemento			

- **Todos los movimientos con una "Caída" o Toques múltiples serán deducidos: -1.0**
- **Todos los movimientos con 1 - "Toque" serán deducidos: -0.5**

Coreografía	Pequeño	Mediano	Grande	Caída
Posición Inicial / Final de la rutina	-0.1	-0.3		-1.0
SPMA (cada cuenta de 8 = 1 Unidad)	-0.1	-0.3		-1.0
Transiciones / Enlaces (cada vez)	-0.1	-0.3	-0.5	-1.0
Compañerismos (cada vez)	-0.1	-0.3	-0.5	-1.0

Sincronización (PM/TR/GR)	Pequeño
SPMA (1 Unidad = cuenta de 8)	-0.1 cada vez
Elementos de Dificultad / Acrobáticos, Transiciones, Compañerismos	-0.1 cada vez

EJEMPLOS DE ERRORES GENERALES

(La lista de ejemplos no es una lista exhaustiva)

<Coreografía>

- **Todos los movimientos con una Caída o Toques Múltiples serán deducidos: -1.0**
- **Todos los movimientos con 1 - Toque serán deducidos: -0.5**
- **Evaluar perfecta ejecución con máxima precisión, mientras se ejecutan SMPA (cada cuenta de 8), transiciones y compañerismos**

Ejemplos	Pequeño	Mediano
Alineación Incorrecta del cuerpo	-0.1	-0.3
Posición incorrecta de los pies	-0.1	-0.3
Piernas / pies flexionados o separados	-0.1	-0.3
Movimientos descontrolados de los brazos	-0.1	-0.3
Movimientos incorrectos / descontrolados	-0.1	-0.3

<Elementos>

- **Todos los movimientos con una Caída o Toques Múltiples serán deducidos: -1.0**
- **Todos los movimientos con 1- Toque serán deducidos: -0.5**
- **Elementos con giros (comenzar de parado): el giro comienza basado en la posición de los pies (dirección)**

Ejemplos	Pequeño	Mediano	Grande
Incorrecta alineación del cuerpo	-0.1	-0.3	
Forma Incorrecta del cuerpo	-0.1	-0.3	-0.5
Ajustar o corregir la posición de la mano(s)	-0.1	-0.3	
Los pies no están juntos al aterrizar	-0.1	-0.3	-0.5
Piernas / pies flexionados o separados	-0.1	-0.3	
Incorrecta posición de los pies	-0.1	-0.3	
Movimientos de brazos descontrolados	-0.1	-0.3	
Pérdida de balance (equilibrio)	-0.1	-0.3	-0.5
Interrupción del flujo de los movimientos	-0.1	-0.3	
Técnica equivocada			-0.5
Tocar el piso			-0.5
Incorrecta / descontrolada posición de push up al aterrizar	-0.1	-0.3	-0.5
Terminando en posición de Push up: manos y pies no aterrizan al mismo tiempo	-0.1	-0.3	-0.5
Incorrecta / descontrolada posición de Split al aterrizar	-0.1	-0.3	-0.5
Rotación / giro incompleto	-0.1 (0° - 45°)	-0.3 (45° - más)	
Extra Preparación	-0.1	-0.3	
Elementos Acrobáticos ejecutados sobre codo (s)			-0.5
Posición de Push up: el hombro no está en línea con la			

parte superior del brazo	-0.1	-0.3	
Posición Wenson: la pierna líder se coloca más baja que el tríceps superior; no soportada, o no de manera inmediata	-0.1	-0.3	
Terminando en Posición de Split: Incorrecta posición del brazo	-0.1	-0.3	-0.5

EJEMPLOS DE ERRORES ESPECÍFICOS – GRUPO A

➤ **Todos los elementos con una “Caída” o “Toques Múltiples” serán deducidos: -1.0**

“Familia 1” Fuerza Explosiva (A Frame, Straddle Cut, Explosive High V)	Pequeño	Mediano	Grande
Elementos sin fase aérea			-0.5
A-Frame: posición pike más de 60°		-0.3	
A-Frame: manos y pies no dejan el piso al mismo tiempo y/o no aterrizan al mismo tiempo con fase aérea			-0.5
Straddle Cut: la posición Straddle no es mostrada			-0.5
Straddle Cut: el Straddle Cut no es mostrado			-0.5
Straddle Cut: la cadera está más alta que los hombros antes del corte, en fase aérea			-0.5
Explosive High V: la espalda no está paralela al piso		-0.3	

“Familia 2” Fuerza Estática (Support, V-Support, Planche)	Pequeño	Mediano	Grande
La Habilidad no es sostenida por lo menos 2 segundos			-0.5
Cuerpo desequilibrado / inestable durante la habilidad	-0.1	-0.3	
Straddle Support: las piernas están abiertas menos de 90°	-0.1	-0.3	
V-Support: las piernas no están en línea vertical	-0.1	-0.3	
High V-Support: la espalda no está paralela al piso	-0.1	-0.3	
High V-Support: extra preparación		-0.3	
Horizontal Supports: el cuerpo / piernas no están paralelos (por arriba o por abajo) al piso	-0.1	-0.3	-0.5
Horizontal Supports: los brazos no están extendidos	-0.1	-0.3	
Straddle Planche: piernas más abiertas que 120°			-0.5

“Familia 3” Círculo de Pierna (Flair, Helicopter)	Pequeño	Mediano	Grande
Flairs: La cadera no está levantada durante la fase de extensión		-0.3	
Flairs: Las piernas son empujadas hacia adelante a una posición de Straddle			-0.5
Flairs & Helicopters que lleven fase aérea – SI NO HAY FASE AÉREA			-0.5
Helicopter: Girando sobre los glúteos antes de realizar los círculos de piernas		-0.3	
Helicopter: Ejecutado con brazos agarrando las piernas			-0.5
Giro incompleto	-0.1 (0° - 45°)	-0.3 (+45° o más)	

EJEMPLOS DE ERRORES ESPECÍFICOS - GRUPO B

Todos los elementos con una “Caída” o “Toques Múltiples” serán deducidos: -1.0

“Familia 4 Salto Dinámico (Air Turn, Free Fall, Gainer, Butterfly, Off Axis)	Pequeño	Mediano	Grande
Los pies y manos (s) no aterrizan al mismo tiempo	-0.1	-0.3	-0.5
Free Fall: la posición del cuerpo está por arriba, 30°, de la horizontal		-0.3	
Gainer: la posición del cuerpo está por arriba de la horizontal		-0.3	
Butterfly: sin ½ giro circular en el piso antes del despegue			-0.5
Butterfly: brazos / piernas descontroladas	-0.1		
Butterfly: el cuerpo no está extendido en la fase aérea	-0.1	-0.3	
Butterfly: la posición del cuerpo (tronco/piernas) está por arriba o por debajo de la horizontal	-0.1	-0.3	
Off Axis: <ul style="list-style-type: none"> Cuerpo y piernas debajo de la horizontal El ángulo del eje del cuerpo está 45° por arriba de la Horizontal 	-0.1	-0.3	-0.5 -0.5

CLARIFICACIÓN OFF AXIS:

Deben incluir dos claras y distintivas ROTACIONES ejecutadas al mismo tiempo: una en el plano vertical y una segunda en el plano horizontal. Se debe poner mucha atención a los pies, tanto para la posición de inicio como para la del final.

“Familia 5” Salto(Jump) de Forma (Tuck, Cossack, Pike, Straddle/Frontal Split Jump)	Pequeño	Mediano	Grande
Tuck: las rodillas están más abajo del nivel de la cintura	-0.1	-0.3	-0.5
Cossack, Pike, Straddle, Frontal Split: la pierna (s) más abajo que la línea horizontal	-0.1	-0.3	-0.5
Straddle/Frontal Split: las piernas no están simétricas	-0.1	-0.3	

“Familia 6” Split Leap / Jump (Scissors Leap, Switch Split Leap, Sagittal Split)	Pequeño	Mediano	Grande
Scissors Leap, Switch Split: la pierna líder no está mínimo a 45° al piso	-0.1	-0.3	-0.5
Elementos de Split: el ángulo de las piernas es menor de 180°	-0.1 (170°)	-0.3 (150°)	-0.5 (<150°)
Split Jump: La orientación del cuerpo no está hacia la pierna del frente			-0.5
Scissors Leap & Switch Split Leap: La orientación del cuerpo no está hacia la pierna del frente		-0.3	

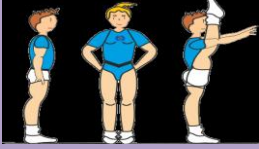
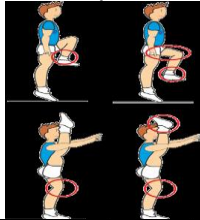
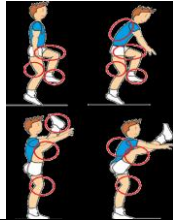

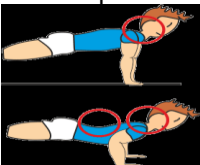
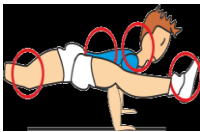



DR. VIVEROS

EJEMPLOS DE ERRORES ESPECÍFICOS – Grupo C




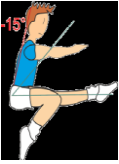



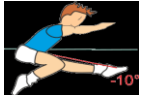



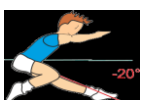





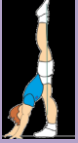
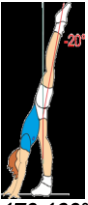
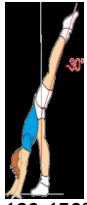

- **Todos los elementos con una “Caída” o “Toques Múltiples” serán deducidos: -1.0**
Las deducciones de abajo son hechas independientemente de “en dedans”

“Familia 7” Turns (Turn, Horizontal Turn)	Pequeño	Mediano	Grande
Pérdida de balance (equilibrio)	-0.1	-0.3	-0.5
Falta de continuidad (flujo) de la habilidad	-0.1	-0.3	
Giro (Turn) brincando			-0.5
Giro no en la bola del pie			-0.5
Extra preparación		-0.3	
Giros no terminando con pies juntos:			
➤ Pie atrás	-0.1	-0.3	
➤ Pie al frente	-0.1	-0.3	
Turn with leg at Horizontal: la posición de la pierna no está horizontal	-0.1 ($<15^\circ$)	-0.3 ($15^\circ - 45^\circ$)	-0.5 ($>45^\circ$)
DR. VIVEROS			

“Familia 8” Flexibilidad (Split, Illusion, Balance)	Pequeño	Mediano	Grande
Elementos a Free Support: mano en apoyo sobre la pierna, durante la habilidad		-0.3	
Elementos a Split: el ángulo de las piernas es menos de 180°	-0.10 (170°)	-0.3 (150°)	-0.5 $<150^\circ$
Vertical Split: el pie de apoyo se levanta del piso			-0.5
Vertical Split: piernas fuera de la línea vertical	-0.1	-0.3	-0.5
Illusion: Inhabilidad para completar la rotación completa	-0.1	-0.3	
Illusion: extra giro después de terminada la habilidad	-0.10 (45°)	-0.3 ($>45^\circ$)	
Illusion: falta de continuidad (flujo)	-0.1	-0.3	
Illusion: rotación completa de la pierna libre fuera de la línea vertical o fuera de la trayectoria circular	-0.1	-0.3	
Illusion: Brincando durante la habilidad		-0.3	
Illusion: deslizamiento del pie durante la habilidad		-0.3	
Illusion: toque durante la habilidad			-0.5
Illusion: Terminando con un pie atrás		-0.3	
Illusion: Terminando con un pie adelante (“0” valor en dificultad)	-0.1	-0.3	
Balance Turn con brinco y/o Balance Turn NO sobre la bola del pie			-0.5
ERRORES GENERALES			

EJEMPLOS	PEQUEÑO -0.1	MEDIANO -0.3
 Incorrecta alineación del cuerpo en SPMA (Cuentas de 8)	1 o 2 partes 	3 o más 
 Incorrecta alineación del cuerpo en las Push Up, Wenson Push up	1 o 2 partes 	3 o más 
Posición descontrolada de los pies	-0.1	-0.3
Pies separados	< / = ancho de la cadera	> Ancho de la cadera
Rotación incompleta / Giro Extra	+/- 45°	+45° o más
 Push up: hombros no en línea con la parte superior del brazo		

ERRORES ESPECIFICOS			
EJEMPLOS	PEQUEÑO -0.1	MEDIANO -0.3	GRANDE -0.5
 Planche: Cuerpo / Piernas no paralelas al piso	20° 	30° -0.3 	45° 
 Tuck: piernas no a nivel de la cintura	10° 	15° 	20° 
Forma incorrecta del cuerpo Explosive A-Frame  Pike 	 	 	

<p>Straddle</p>  <p>Cossack</p> 	 	 	
<p><i>Piernas no paralelas al piso</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pike ➤ Cossack ➤ Straddle 	  	<p>-0.3</p>  	<p>-0.5</p>  
 <p>Split: el ángulo de las piernas es menos de 180°</p>			
 <p>Vertical Split: La amplitud entre las dos piernas es menos de 180°</p>	 <p>170-160°</p>	 <p>160-150°</p>	 <p><140°</p>

ERRORES ESPECÍFICOS			
EJEMPLOS	PEQUEÑO	MEDIANO	GRANDE
	-0.1	-0.3	-0.5
Straddle Jump: Piernas No Simétricas	-0.1	-0.3	

DR. VIVEROS

PARTE 5 AEROBIC DANCE



Reglas y Pautas FIG

AEROBIC DANCE (8 COMPETIDORES)

Esta parte deberá leerse junto con el Capítulo 5 de la Parte 2. Si no está escrito en esta parte, aplicar Parte 2.

INFORMACIÓN GENERAL

- Coreografía grupal de 8 competidores (hombres/mujeres/mixto), utilizando los Movimientos aeróbicos en ***Estilo Dance (baile)***.
- La Coreografía debe tener un "TEMA" y expresarse dentro de la Coreografía.
- **La rutina debe incluir 32 a 64 cuentas de un 2do estilo (Cualquier Estilo de Baile está permitido)** que sea diferente del resto de la Coreografía.
- Uno de los aspectos más importantes es la "**SINCRONIZACIÓN**" de todos los miembros, como una unidad.
- La rutina puede incluir elementos acrobáticos y/o de dificultad, pero **NO recibirán ningún valor**.

<EDAD>

- **Sénior:** 18 años o más en el año de la competencia
- **Junior:** 15 – 17 años en el año de la competencia
- **Grupo de Edad:** 12 – 14 años en el año de la competencia

<LONGITUD DE LA MÚSICA:>

- **Sénior:** 1' 25" ± 5"
- **Junior:** 1' 20" +/- 5"
- **Grupo de Edad:** 1' 15" +/- 5"



<AREA DE COMPETENCIA>

10m x 10m

<MUSICA>

- Cualquier estilo de música (se recomienda usar música famosa o bien conocida)

<COLABORACIÓN>

- Se deben mostrar un mínimo de 3 colaboraciones en toda la rutina

<JUECES>

Sénior: JP (1), Jurado-E (6), Jurado-A (6), Jurado-L (2), Jurado-T (1)

Junior & Grupo de Edad: JP (1), Jurado-E (4 – 6), Jurado-A (4 – 6), Jurado-L (2), Jurado-T (1)

<CODIGO DE VESTIMENTA>

- Apariencia atlética.
- Leotardo entero o leotardo de dos piezas (pantalones, mallones largos, cortos y tops) están permitidos.
- La ropa interior no debe ser vista.
- La vestimenta puede ser diferente entre los miembros, pero debe estar armonizada.
- No se permite ropa demasiado grande (suelta).
- El competidor debe usar zapatos deportivos aeróbicos con buen soporte o zapatos deportivos.
- Debe sujetarse el cabello.
- No se permiten elementos adicionales (tubos, palos, pelotas, etc.) y accesorios (cinturones, tirantes, bandas, etc.).
- Está prohibido el atuendo que represente temas de guerra, violencia o religión.
- No se permiten las lentejuelas en el vestuario de los varones.
- Una falda que no caiga más allá de las áreas pélvicas sobre el leotardo, medias o un unitardo están permitidos (como en Gimnasia Rítmica).
- El estilo de la falda (corte o decoraciones) es libre, pero la apariencia de un "tutú" de ballet está prohibido.
- La pintura corporal no está permitida.
- Solo vendaje color piel está permitido (protectores gimnásticos no están permitidos)
- Los leotardos que son de color piel no están permitidos, pues parecen como desnudez en la TV.

JUEZ PRINCIPAL																																											
<p><FUNCIÓN></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ver también Parte 2, Capítulo 5, <p><ELEMENTOS ACROBÁTICOS> La rutina puede incluir movimientos de otras disciplinas (sin uso excesivo), bien integrados en la Coreografía.</p> <p><u>Sénior / Junior</u> No hay limitación para ejecutar un único Elemento Acrobático en toda la rutina.</p> <p><u>Grupo de Edad:</u> Los Elementos Acrobáticos deben ser usados sin repetición incluyendo variaciones.</p> <p>Si todos los 8 miembros ejecutan un Elemento Acrobático, este debe ser ejecutado <u>al mismo tiempo, y debe ser el MISMO ELEMENTO.</u></p> <p><COMBINACIÓN DE ELEMENTOS ACROBÁTICOS></p> <p><u>Sénior / Junior:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Un máximo de 2 Elementos Acrobáticos en combinación (= set) pueden ser ejecutados, pero deben ejecutarse al mismo tiempo. 	<p><DEDUCCIÓN></p> <p><u>Las deducciones y penalizaciones son hechas por el Juez Principal:</u></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Código</th> <th>Detalle</th> <th>Deducciones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>Falta de Presentación</td> <td>-0.2</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>Vestuario Incorrecto</td> <td>-0.2 (cada criterio)</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>Falta del emblema nacional</td> <td>-0.3</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>Infracción de Tiempo (+/- 2" de tolerancia)</td> <td>-0.2</td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>Falta de Tiempo (+/- 3" de tolerancia)</td> <td>-0.5</td> </tr> <tr> <td>F</td> <td>No aparecer en el área de competencia dentro de 20"</td> <td>-0.5</td> </tr> <tr> <td>G</td> <td>Colaboración Prohibida (altura de la Pirámide)</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>H</td> <td>Movimientos Prohibidos</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>I</td> <td>Más Elementos Acrobáticos del número permitido en una combinación</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>J</td> <td>Más Combinaciones de Acrobáticos de los Sets permitidos</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td>IV: Elementos Acrobáticos aterrizando en Split</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>Interrupción de ejecución por 2 – 10 segundos</td> <td>-0.5 (cada vez)</td> </tr> <tr> <td>Y</td> <td>Detención de ejecución por más de 10 segundos</td> <td>-2.0</td> </tr> </tbody> </table>	Código	Detalle	Deducciones	A	Falta de Presentación	-0.2	B	Vestuario Incorrecto	-0.2 (cada criterio)	C	Falta del emblema nacional	-0.3	D	Infracción de Tiempo (+/- 2" de tolerancia)	-0.2	E	Falta de Tiempo (+/- 3" de tolerancia)	-0.5	F	No aparecer en el área de competencia dentro de 20"	-0.5	G	Colaboración Prohibida (altura de la Pirámide)	-0.5 (cada vez)	H	Movimientos Prohibidos	-0.5 (cada vez)	I	Más Elementos Acrobáticos del número permitido en una combinación	-0.5 (cada vez)	J	Más Combinaciones de Acrobáticos de los Sets permitidos	-0.5 (cada vez)	L	IV: Elementos Acrobáticos aterrizando en Split	-0.5 (cada vez)	X	Interrupción de ejecución por 2 – 10 segundos	-0.5 (cada vez)	Y	Detención de ejecución por más de 10 segundos	-2.0
Código	Detalle	Deducciones																																									
A	Falta de Presentación	-0.2																																									
B	Vestuario Incorrecto	-0.2 (cada criterio)																																									
C	Falta del emblema nacional	-0.3																																									
D	Infracción de Tiempo (+/- 2" de tolerancia)	-0.2																																									
E	Falta de Tiempo (+/- 3" de tolerancia)	-0.5																																									
F	No aparecer en el área de competencia dentro de 20"	-0.5																																									
G	Colaboración Prohibida (altura de la Pirámide)	-0.5 (cada vez)																																									
H	Movimientos Prohibidos	-0.5 (cada vez)																																									
I	Más Elementos Acrobáticos del número permitido en una combinación	-0.5 (cada vez)																																									
J	Más Combinaciones de Acrobáticos de los Sets permitidos	-0.5 (cada vez)																																									
L	IV: Elementos Acrobáticos aterrizando en Split	-0.5 (cada vez)																																									
X	Interrupción de ejecución por 2 – 10 segundos	-0.5 (cada vez)																																									
Y	Detención de ejecución por más de 10 segundos	-2.0																																									

<p>Ejemplos: Round off + flic flac + salto mortal = DEDUCCION</p> <p>Round off + salto mortal = NO DEDUCCION</p> <ul style="list-style-type: none"> La combinación de 2 Elementos Acrobáticos(A+ A) está permitida 3 veces para Sénior y 2 veces para Junior en toda la rutina. <p>Grupo de Edad: La combinación de Elementos Acrobáticos NO ESTÁ PERMITIDA.</p> <ul style="list-style-type: none"> Los elementos acrobáticos (A1 – A4) deben ser utilizados SIN REPETICIÓN, incluyendo variaciones. Si todos los 8 competidores ejecutan un Elemento Acrobático, debe ser ejecutado al mismo tiempo, el MISMO ELEMENTO. A5 no puede ser ejecutado, excepto en una colaboración, pero debe aterrizar con la ayuda/soporte del compañero (s). <p><COLABORACIÓN PROHIBIDA> La altura de la Pirámide de la Colaboración no debe ser más alta que la de dos personas paradas una sobre la otra.(Si se incluye)</p>	Z	Temas en contravención de la Carta Olímpica y del Código de Ética	-2.0
	W - 1	Presencia en área prohibida	Advertencia
	W - 2	Comportamiento/ modales inadecuados	Advertencia
	W - 3	Traje Nacional no usado (Ver RT válidas)	Advertencia
	D - 1	Walk – Over	Descalificación
	D - 2	Serías violaciones a los estatutos de la FIG, RT, COP	Descalificación
	WAGC	Grupo de Edad (deducción adicional)	
	K	Repetición de Elementos Acrobáticos	-0.5 (cada vez)
	M	Ejecutando elementos acrobáticos diferentes al mismo tiempo	-0.5 (cada vez)
	N	Ejecutando los mismos elementos acrobáticos, pero en canon (No considerados como Repetición)	-0.5 (cada vez)
O	Elementos Acrobáticos ejecutados en combinación (A + A)	-0.5 (cada vez)	
P	Ejecutando elementos acrobáticos no permitidos. (aterrizando sin ayuda/soporte del compañero (s), en una colaboración)	-0.5 cada vez	

EJECUCIÓN (10 Puntos)																
<p><FUNCIÓN> (Ver también Parte 2, Capítulo 5)</p> <p>Todos los movimientos deben ser ejecutados con máxima precisión (perfección). Cualquier desviación será deducida de 10.0 Puntos, con incrementos de 0.1 punto.</p> <p>Se debe evaluar al competidor con la equivocación más grande ó más débil como un Error.</p> <p>El Jurado-E evalúa las Habilidades Técnicas de toda la rutina, desde el comienzo hasta el final, de los siguientes movimientos (posiciones de comienzo / final incluidas):</p> <ul style="list-style-type: none"> Sincronización (clave para AD) Técnica de las SPMD (incluyendo al 2do estilo) Transiciones & Enlaces Compañerismos: Colaboraciones e 		<p><CRITERIO Y DEDUCCIONES></p> <p><u>Deducciones para Elementos de Dificultad / Acrobáticos (Opcionales)</u></p> <p>➤ Evaluar las Habilidades Técnicas de cada elemento ejecutado</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #ADD8E6;">Pequeño</th> <th style="background-color: #ADD8E6;">Mediano</th> <th style="background-color: #ADD8E6;">Grande</th> <th style="background-color: #ADD8E6;">CAÍDA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #ADD8E6;">-0.1</td> <td style="background-color: #ADD8E6;">-0.3</td> <td style="background-color: #ADD8E6;">-0.5</td> <td style="background-color: #ADD8E6;">-1.0</td> </tr> <tr> <td colspan="4">Errores múltiples son sumados, pero la máxima deducción es: -0.8 / por Elemento</td> </tr> </tbody> </table> <p><u>Deducciones por Coreografía</u></p> <p>➤ Evaluar la perfecta ejecución, con la máxima precisión, mientras se están ejecutando SPMD, transiciones y Compañerismos.</p>			Pequeño	Mediano	Grande	CAÍDA	-0.1	-0.3	-0.5	-1.0	Errores múltiples son sumados, pero la máxima deducción es: -0.8 / por Elemento			
Pequeño	Mediano	Grande	CAÍDA													
-0.1	-0.3	-0.5	-1.0													
Errores múltiples son sumados, pero la máxima deducción es: -0.8 / por Elemento																

<p>(opcionales)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Transiciones / Enlaces ➤ Compañerismos / Colaboraciones <p><TEMA> La rutina debe tener un “TEMA. Debería darle una historia a la coreografía. No solo mediante el vestuario, sino también mediante los movimientos y la música (respetando la manera deportiva).</p> <p><SPMD> Con respecto a la especificidad de la Gimnasia Aeróbica, las SPM deberían ser ejecutadas más libremente. Utilizando todo el cuerpo y cabeza, y moviéndose como en un Baile. Esto no debería ser como un movimiento robótico. Debe incluir un mínimo de 6 sets de SPMD (excluyendo al 2do estilo).</p> <p>Esto no significa que el cuerpo se mueva sin control. El cuerpo debe estar en control, con una variedad de movimientos a lo largo de la rutina.</p> <p><Bloque de sets de PMA> En el AD, el Bloque de sets de PMA será reemplazado con el “2do Estilo”. Por lo tanto, <u>el Bloque de sets de PMA no es requerido.</u></p>	<p><u>Composición: (6.0 Puntos)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Música (Máximo 2.0 Puntos)</u> <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Selección / Composición / Edición (2.0 pts.) 2. <u>Contenido Dance (Máx., 2.0 Puntos)</u> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Cantidad de SPMD (1.0 pt.) 2.2 Calidad – Variedad (1.0 pt.) 3. <u>Contenido General (Máx. 2.0 Puntos)</u> <ol style="list-style-type: none"> 3.1 Complejidad / Variedad (1.0 pt.) 3.2 Espacio (1.0 pt.) <p><u>ACTUACIÓN: (4.0 PUNTOS)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 4. <u>Rutina Artística (Máx. 2.0 Puntos)</u> <ol style="list-style-type: none"> 4.1 Construcción de la Coreografía (1.0 pt.) 4.2 Musicalidad (1.0 pt.) 5. <u>Actuación Artística (Máx. 2.0 Puntos)</u> <ol style="list-style-type: none"> 5.1 Presentación/Calidad de los Movimientos (2.0 pts.)
--	--

DR. VIVEROS

GLOSARIO

COLABORACIÓN “C”: El proceso de dos o más personas trabajando juntas con la ayuda de un compañero o potencia para ser soportado, arrastrado o sacado fuera del contacto con el piso, para producir un movimiento/acción.

COMPAÑERISMO “P”: Una asociación de dos o más personas con o sin contacto/interacción física (tomarse de las manos, toque casual, abrazo, contacto visual, etc.)