



COPA DEPUTACIÓN 2017

Datas de Celebración das distintas Fases

- Fase Local MACEDA: 29 o 30 ABRIL
- Fase Local XINZO: 13 MAIO → Fase Pval. Escolar + Promoción
- Fase Local CELANOVA: 17 MAIO
- Fase Final OURENSE: 28 MAIO

Data Límite Inscripción: 15 ABRIL

DEREITO DE PARTICIPACIÓN:

- A Copa Deputación nas fases de Maceda, Xinzo e Celanova estará formada unicamente por exhibicións nas modalidades de Ximnasia Rítmica Individual, Conxuntos, Ximnasia Xeral, Ximnasia Acrobática, Danza Aeróbica e Ximnasia Estética de Grupo.
- En ditas exhibicións poderán participar ximnastas de Base e Federado. O límite de participación por club establecerase en tres exhibicións de Base/Federado de Ximnasia Rítmica. Non haberá limitación nas exhibicións de Promoción de Ximnasia Rítmica e tampouco haberá limitación nas exhibicións nas modalidades de Ximnasia Xeral, Acrobática e Ximnasia Estética de Grupo.
- Haberá competición nas Fases de Xinzo, Celanova e na FASE FINAL para as modalidades de Ximnasia Rítmica Individual e Conxuntos. A Clasificación Final vira dada pola suma de DÚAS NOTAS. Unha delas é a nota obtida na Fase Final e a outra é a mellor nota obtida nunha das Fases previas a Final (Xinzo ou Celanova).
- Haberá competición para a modalidade de Trampolín (Tumbling e Minitramp) só na FASE FINAL. Na Fase Local de CELANOVA haberá EXHIBICIÓN DE MINITRAMP.
- Para aquelas circunstancias non reflectidas na presente normativa teranse en conta as normativas galegas, nacionais e internacionais.
- X. Trampolín: Poderán competir todos/as aqueles/as ximnastas que non houberan participado (no mesmo aparato) nunha competición de rango superior – base ou federado- nos dous anos anteriores, (2015 e 2016) e 2017.
- Haberá DESFILE de tódolos participantes ao inicio da competición de cada Fase.



NORMATIVA DE TRAMPOLÍN

NORMATIVA XERAL

MODALIDADES: Minitramp e Tumbling (fila de colchonetas ou solo delimitado)

CATEGORÍAS (Masculina e feminina)

IDADES DOS XIMNASTAS

- **PREBENXAMÍN:** Nacidos/as no 2010 e 2011
- **BENXAMÍN:** 2008 e 2009
- **ALEVÍN:** 2006 e 2007
- **INFANTIL:** 2004 e 2005
- **CADETE:** 2002 e 2003
- **SENIOR:** 2001 e anteriores

NORMATIVA TÉCNICA

Os elementos escollidos deben ser típicos de cada aparato, permitíndose en tumbling rodas laterais e saltos sen rotación transversal (agrupados, carpas ou xiros lonxitudinais).

MINITRAMP	
CATEGORÍA	PASES (Libres e diferentes)
PREBENXAMÍN	1 Libre, permítese o bote estirado
BENXAMÍN	1 Libre, permítese o bote estirado
ALEVÍN	1 Libre
INFANTIL	1 Libre
CADETE	1 Libre
SENIOR	1 Libre

TUMBLING		
CATEGORÍA	PASES	Nº de ELEMENTOS
PREBENXAMÍN	1 Libre	2 elementos libres
BENXAMÍN	1 Libre	2 elementos libres
ALEVÍN	1 Libre	3 elementos libres
INFANTIL	1 Libre	3 elementos libres
CADETE	1 Libre	3 elementos libres
SENIOR	1 Libre	3 elementos libres

(*) A puntuación en tumbling virá determinada polos números de elementos executados.



NORMATIVA DE XIMNASIA RÍTMICA

- Teñen acceso a esta competición todos aqueles ximnastas que non participaran en ningunha competición e modalidade ximnástica de Nivel autonómico federado nos anos 2015-2016 ou de promoción no ano 2016.
- **Haberá competición na modalidade de ximnasia rítmica individual e conxuntos**
- O número de ximnastas mínimo para o conxunto é de catro e o máximo é de oito ximnastas. Isto é, os conxuntos poderán formarse con 4, 5, 6, 7, ou 8 ximnastas e poderán ser mixtos.
- Nas categorías Iniciación, Prebenxamín, Benxamín e Alevín, o programa de competición é **MANS LIBRES**. Na categoría Infantil o aparello será **AROS e PELOTAS** e na categoría Cadete será **CORDAS e PELOTAS** e na categoría Senior será **MAZAS e AROS**.
- Os ximnastas participantes deberán ter licenza federativa.
- As adestradoras inscritas deberán posuír alo menos o Nivel I e ter licenza federativa.
- **Permítese a utilización de músicas cantadas.**
- Permítese a participación de ata dúas ximnastas dunha categoría inferior nunha superior para formar conxunto sempre e cando sexan ximnastas de ano inmediatamente inferior (primeiro ano na súa categoría). ***Exemplo:*** ata 2 ximnastas (alevíns) de 2007 poderían formar conxunto de categoría infantil.
- **Na fase Local de XINZO celebrarase o Provincial de Promoción así como a Fase Provincial Escolar de Ourense.**

IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE CONXUNTO

- **Categoría Iniciación:** ximnastas nadas en **2010 e 2011 (7 e 6 anos)**
- **Categoría Prebenxamín:** ximnastas nadas en **2009, 2010 (8 e 7 ANOS)**
- **Categoría Benjamín:** ximnastas nadas en **2008, 2009 (9 e 8 ANOS)**
- **Categoría Alevín:** ximnastas nadas en **2006, 2007, 2008 (11, 10 e 9 ANOS)**
- **Categoría Infantil:** ximnastas nadas en **2004, 2005, 2006 (13, 12 e 11 ANOS)**
- **Categoría Cadete:** ximnastas nadas en **2002, 2003, 2004 (15, 14 e 13 ANOS)**
- **Categoría Sénior:** ximnastas nadas en **2002 e anteriores (15 e mais ANOS)**

IDADES DAS XIMNASTAS MODALIDADE INDIVIDUAL

- **Categoría Iniciación:** ximnastas nadas en **2010 (7 anos)**
- **Categoría Prebenxamín:** ximnastas nadas en **2009 (8 anos)**
- **Categoría Benxamín:** ximnastas nadas en **2008 (9 anos)**
- **Categoría Alevín:** ximnastas nadas en **2006, 2007 (11 e 10 anos)**
- **Categoría Infantil:** ximnastas nadas en **2004, 2005 (13, 12 anos)**
- **Categoría Cadete:** ximnastas nadas en **2002, 2003 (14 e 15 anos)**
- **Categoría Sénior:** ximnastas nadas en **2001 e anteriores (16 e mais anos)**



<u>DURACIÓN DAS MÚSICAS CONXUNTO</u>		<u>DURACIÓN DAS MÚSICAS INDIVIDUAL</u>	
▪ Categoría Iniciación	1,15 – 1,30”	Categoría Iniciación	1,00–1,30”
▪ Categoría Prebenxamín	1,15 – 1,30”	Categoría Prebenxamín	1,15–1,30”
▪ Categoría Benxamín	1,45 – 2,00”	Categoría Benxamín	1,15–1,30”
▪ Categoría Alevín	1,45 – 2,00”	Categoría Alevín	1,15–1,30”
▪ Categoría Infantil	2,15 – 2,30”	Categoría Infantil	1,15–1,30”
▪ Categoría Cadete	2,15 – 2,30”	Categoría Cadete	1,15–1,30”
▪ Categoría Sénior	2,15 – 2,30”	Categoría Sénior	1,15–1,30”



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS INDIVIDUAIS

INICIACIÓN - PREBENJAMIN ML

- MÁX. 4 DIF DE 0.10 MÁX.
- 1-4 SERIES DE PASOS
- SE ADMITEN DIFICULTADES ADAPTADAS IGUAL QUE EN CONJUNTOS
- MISMAS PENALIZACIONES QUE CONJUNTOS
- EJECUCIÓN FIG
- NOTA FINAL: 0.40+1,20+10=11.60**

BENJAMIN ML

- MÁX. 4 DIFICULTADES DE 0.20 MÁX.
- 2-4 SERIES DE PASOS
- MISMAS PENALIZACIONES QUE EN CONJUNTOS
- EJECUCION FIG
- NOTA FINAL: 0.80+1.20+10=12.00**

ALEVIN ML

- MÁX. 5 DIFICULTADES DE 0.30 MÁX.
- 2-4 SERIES DE PASOS
- MISMAS PENALIZACIONES QUE CONJUNTOS
- EJECUCIÓN FIG
- NOTA FINAL: 1.50+1.20+10=12.70**



INFANTIL ARO O PELOTA

-MÁX. 6 DIFICULTADES DE 0.30 MÁX.

-2-4 SERIES DE PASOS

-1 R ↗ ó R ↗-1

-MISMAS PENALIZACIONES QUE EN CONJUNTOS

-EJECUCION FIG

NOTA FINAL: 1.80+1.20+0.20+10= 13.20

CADETE CUERDA O PELOTA

-MÁX. 6 DIFICULTADES DE 0.30 MÁX.

-2-4 SERIES DE PASOS

-2 R ↗ ó R ↗-1

-IGUALES PENALIZACIONES

-EJECUCIÓN FIG

NOTA FINAL: 1.80+1.20+0.60+10= 13.60

SENIOR MAZAS O ARO

-MÁX. 6 DIFICULTADES DE 0.30 MÁX.

-2-4 SERIES DE PASOS-

-3 R ↗ ó R ↗-1

-MISMAS PENALIZACIONES

-EJECUCIÓN FIG

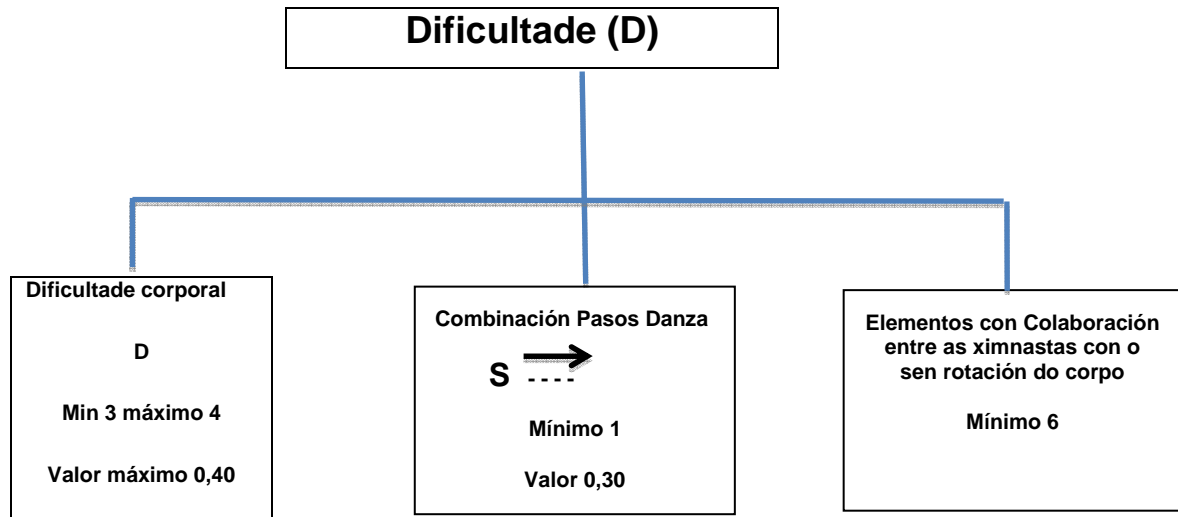
-NOTA FINAL: 1.80+1.20+0.90+10= 13.90



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA INICIACIÓN e PREBENXAMIN MANS LIBRES

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES



1.1.1 Dificultades corporais. Minimo 1 dificultade de cada grupo corporal e máximo 2, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,10

Considéranse dificultades de 0,10 ademais das incluídas no código de puntuación Federativo as seguintes:

- Equilibrios:
 - Tódolos equilibrios **sobre o metatarso** coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
 - Tódolos equilibrios sobre o xeonllo coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
 - Flexión en bipedestación o sobre os xeonllos por debaixo da horizontal
 - ½ Tour lent coa perna libre na horizontal adiante, lateral ou atrás
 - Posicións mantidas sobre a planta do pé coa perna libre á altura da cabeza adiante o lateral
- Xiros:
 - Tódolos xiros de 360° sobre o metatarso coa perna libre **lixeiramente por debaixo** da horizontal adiante, lateral ou atrás
 - Xiro sobre os glúteos

1.1.3 Combinación Pasos de Danza: Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente unha Combinación de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de mans libres prebenxamin máximo 4 combinacións de pasos de Danza



1.1.4 Elementos de colaboración sen aparato (según esixencias técnicas 2017 da Real Federación Española de Gimnasia)

Ejercicios de Conjunto Manos Libres- Colaboraciones sin aparato				
Valor				Tipos de Colaboración
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Por las 5 gimnastas • En subgrupos (pareja, trio, 4+1.) <i>Las acciones ejecutadas por los distintos subgrupos deberá tener el mismo valor.</i> • Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR 1 gimnasta	CR2 2-3 gimnastas		Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico de rotación del cuerpo • Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación
		CRR 1 gimnastas	CRR2 2-3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico con rotación del cuerpo • Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras • Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.

Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas

*NOTA: La colaboración C exigirá una acción además del simple contacto. Ejemplo – caminar al ritmos de la música estando las gimnastas agarradas por la cintura en una fila.

1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultad será **3,00 PUNTOS**

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contem máis de 4 dificultades: 0.50 puntos, e só as 4 primeiras dificultades executadas serán evaluadas.
2. Na ficha / ejercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
3. Na ficha / ejercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de máis e non conta a dificultade que no entre nas normas) 0.30 puntos
4. Máis de unha Dificultade con "tourlento" por ejercicio. 0.30 puntos.
5. Por cada dificultad realizada pero no declarada na ficha. 0.30 puntos.
6. Na ficha / ejercicio ausencia de unha Combinación de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE:

D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

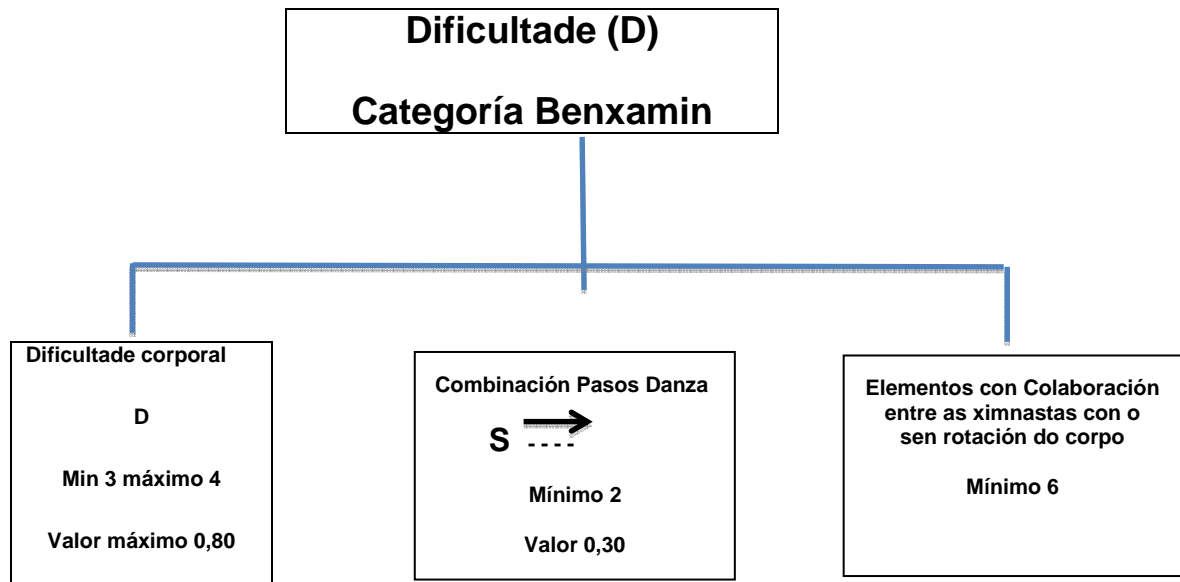
Ejercicio con Mans Libres = 3,00 + 10.00 = 13,00 pts.



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA BENXAMIN MANS LIBRES

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES

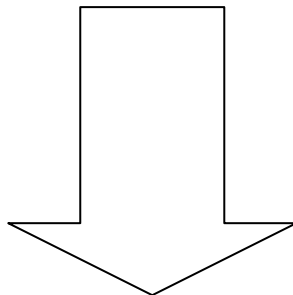


1.1.1 **Dificultades corporais.** Minimo 1 dificultade de cada grupo corporal e máximo 2, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,20

1.1.3 **Combinación Pasos de Danza:** Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente dúas Combinacións de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de mans libres benxamin máximo 4 combinacións de pasos de Danza .

1.1.4 **Elementos de colaboración sen aparato** (según esixencias técnicas 2017 da Real Federación Española de Gimnasia)





Ejercicios de Conjunto Manos Libres- Colaboraciones sin aparato				
Valor				Tipos de Colaboración
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: • Por las 5 gimnastas • En subgrupos (pareja, trio, 4+1.) <i>Las acciones ejecutadas por los distintos subgrupos deberá tener el mismo valor.</i> • Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR 1 gimnasta	CR2 2-3 gimnastas		Colaboración: • Un elemento dinámico de rotación del cuerpo • Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación
		CRR 1 gimnastas	CRR2 2-3 gimnastas	Colaboración: • Un elemento dinámico con rotación del cuerpo • Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras • Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.

Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas

*NOTA: La colaboración C exigirá una acción además del simple contacto. Ejemplo – caminar al ritmos de la música estando las gimnastas agarradas por la cintura en una fila.

1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultad será **4,00 PUNTOS**.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contén máis de 4 dificultades: 0.50 puntos, e só as 4 primeiras dificultades executadas serán evaluadas.
2. Na ficha / ejercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
3. Na ficha / ejercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de máis e non conta a dificultade que no entre nas normas) 0.30 puntos
4. Máis de unha Dificultade con "tourlento" por ejercicio. 0.30 puntos.
5. Por cada dificultad realizada pero no declarada na ficha. 0.30 puntos.
6. Na ficha / ejercicio ausencia de dúas Combinacións de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE: D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

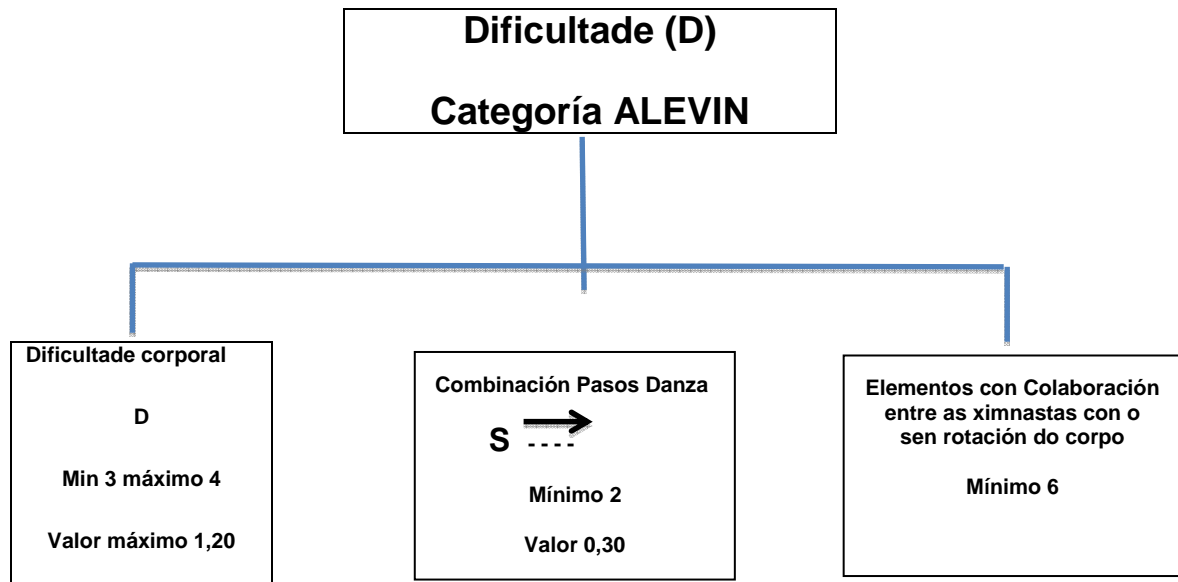
Ejercicio con Mans Libres = 4,00 + 10.00 = 14.00 pts.



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA ALEVIN MANS LIBRES

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES

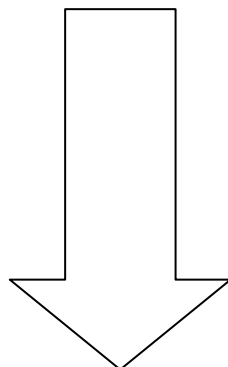


1.1.1 **Dificultades corporais.** Minimo 1 dificultade de cada grupo corporal e máximo 2, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,30

1.1.3 **Combinación Pasos de Danza:** Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente dúas Combinacións de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de alevín máximo 4 combinacións de pasos de Danza

1.1.4 **Elementos de colaboración sin aparato** (según esixencias técnicas 2017 da Real Federación Española de Gimnasia)





Ejercicios de Conjunto Manos Libres- Colaboraciones sin aparato				
Valor				Tipos de Colaboración
0.10	0.20	0.30	0.40	
C				Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Por las 5 gimnastas • En subgrupos (pareja, trio, 4+1.) <i>Las acciones ejecutadas por los distintos subgrupos deberá tener el mismo valor.</i> • Posible con "alzado" de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas
	CR 1 gimnasta	CR2 2-3 gimnastas		Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico de rotación del cuerpo • Es posible ejecutar el elemento dinámico con la ayuda de la(s) compañera(s) elevación
		CRR 1 gimnastas	CRR2 2-3 gimnastas	Colaboración: <ul style="list-style-type: none"> • Un elemento dinámico con rotación del cuerpo • Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras • Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañeras; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.

Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas

*NOTA: La colaboración C exigirá una acción además del simple contacto. Ejemplo – caminar al ritmos de la música estando las gimnastas agarradas por la cintura en una fila.

1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultade será **4,50 Puntos**

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contén máis de 4 dificultades: 0.50 puntos, e só as 4 primeiras dificultades executadas serán evaluadas.
2. Na ficha / ejercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
7. Na ficha / ejercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de máis e non conta a dificultade que no entre nas normas) 0.30 puntos
8. Máis de unha Dificultade con "tourlento" por ejercicio. 0.30 puntos.
9. Por cada dificultad realizada pero no declarada na ficha. 0.30 puntos.
10. Na ficha / ejercicio ausencia de dúas Combinacións de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE: D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

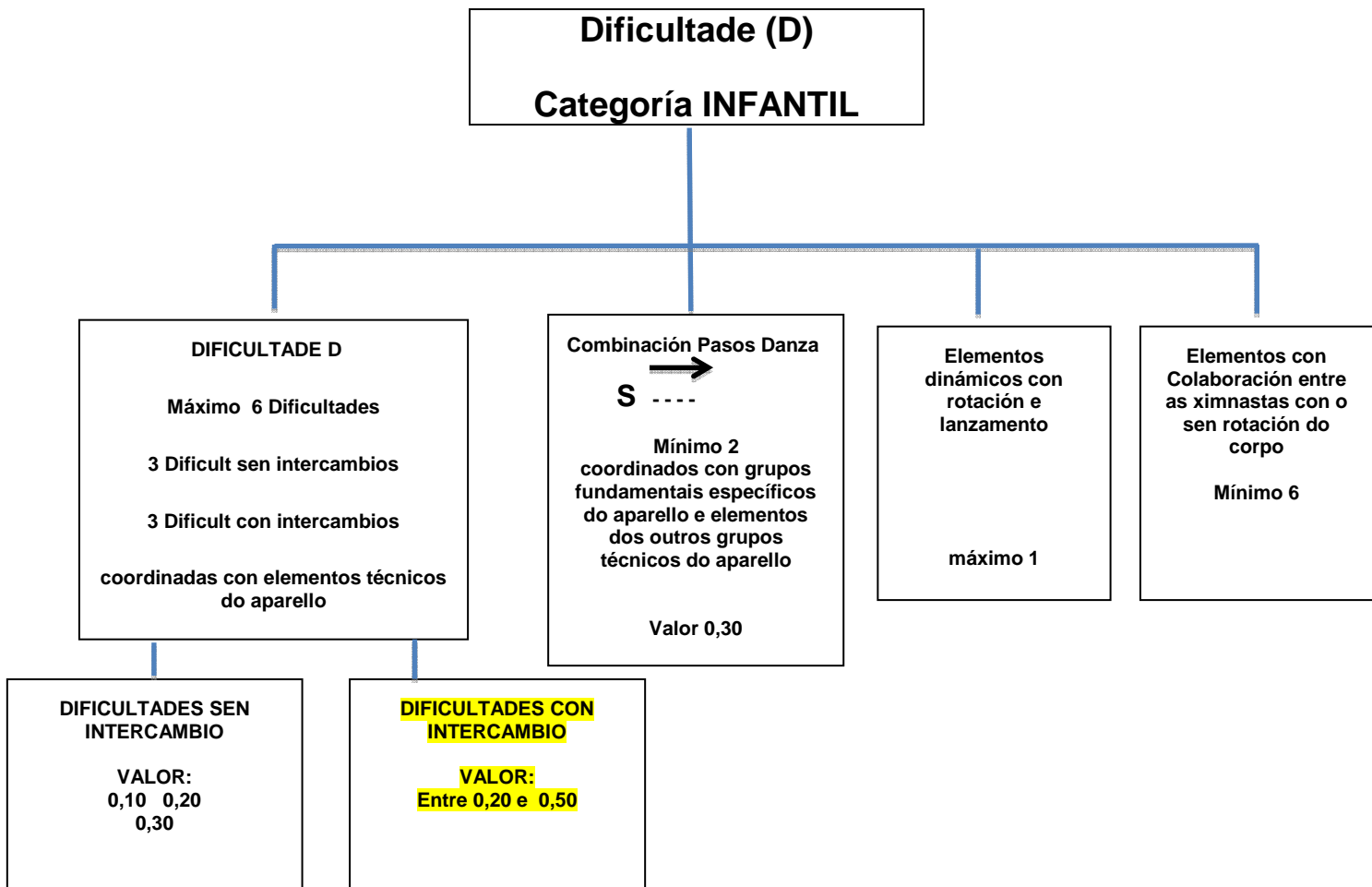
Ejercicio con Mans Libres = 4,50 + 10.00 = 14.50 pts.



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA INFANTIL AROS e PELOTAS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elexir)

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES



1.1.1 Dificultades corporais. Minimo 1 dificultade de cada grupo corporal, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,30

1.1.3 Combinación Pasos de Danza: Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente dúas Combinacións de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de infantil máximo 4 combinacións de pasos de Danza

1.1.4 Elementos con colaboración

- Mínimo 6 elementos de *Colaboración*. Colaboración: segundo código FIG versión 2017-2020



1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultad será **5,5 puntos**

Elementos de risco segundo versión código FIG 2017-2020.
Consideraranse ademais elementos de risco, lanzamentos con perda de contacto visual durante ó voo do aparato con unha única rotación arredor do eixo horizontal.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contén máis de 6 dificultades: 0.50 puntos, e só as 6 primeiras dificultades executadas serán avaliadas.
2. Na ficha / exercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
 11. Na ficha / exercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultad de máis e non conta a dificultade que non entre nas normas) 0.30 puntos
 12. Máis de unha Dificultade con "tourlento" por exercicio. 0.30 puntos.
 13. Por cada dificultad realizada pero non declarada na ficha. 0.30 puntos.
 14. Na ficha / exercicio ausencia de dúas Combinacións de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE: D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

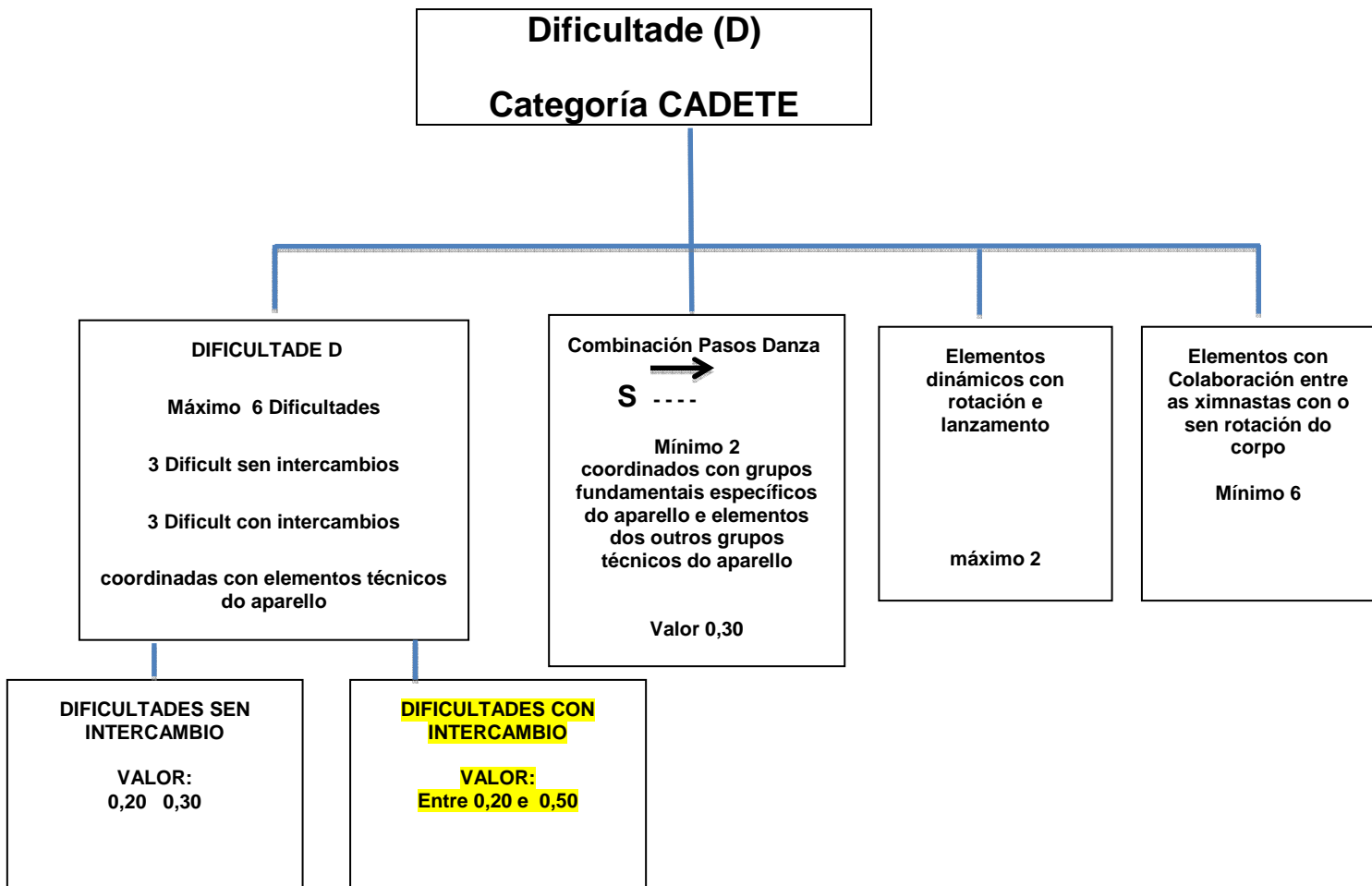
Ejercicio con AROS e PELOTAS = 5,50 + 10,00 = 15,50 pts.



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA CADETE CORDAS e PELOTAS (minimo 50% de cada aparato,
 menos da metade máis un do aparato a eleixir)

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES



1.1.1 **Dificultades corporais.** Minimo 1 dificultade de cada grupo corporal, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,30

1.1.3 **Combinación Pasos de Danza:** Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente dúas Combinacións de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de cadete máximo 4 combinacións de pasos de Danza

1.1.4 Elementos con colaboración

- Mínimo 6 elementos de *Colaboración*. Colaboración: segundo código FIG versión 2017-2020



1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultad será 6,00 puntos

Elementos de risco segundo versión código FIG 2017-2020.
Consideraranse ademais elementos de risco, lanzamentos con perda de contacto visual durante ó voo do aparato con unha única rotación arredor do eixo horizontal.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contén máis de 6 dificultades: 0.50 puntos, e só as 6 primeiras dificultades executadas serán avaliadas.
2. Na ficha / exercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
15. Na ficha / exercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultade de máis e non conta a dificultade que non entre nas normas) 0.30 puntos
16. Máis de unha Dificultade con "tourlento" por exercicio. 0.30 puntos.
17. Por cada dificultade realizada pero non declarada na ficha. 0.30 puntos.
18. Na ficha / exercicio ausencia de dúas Combinacións de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE: D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

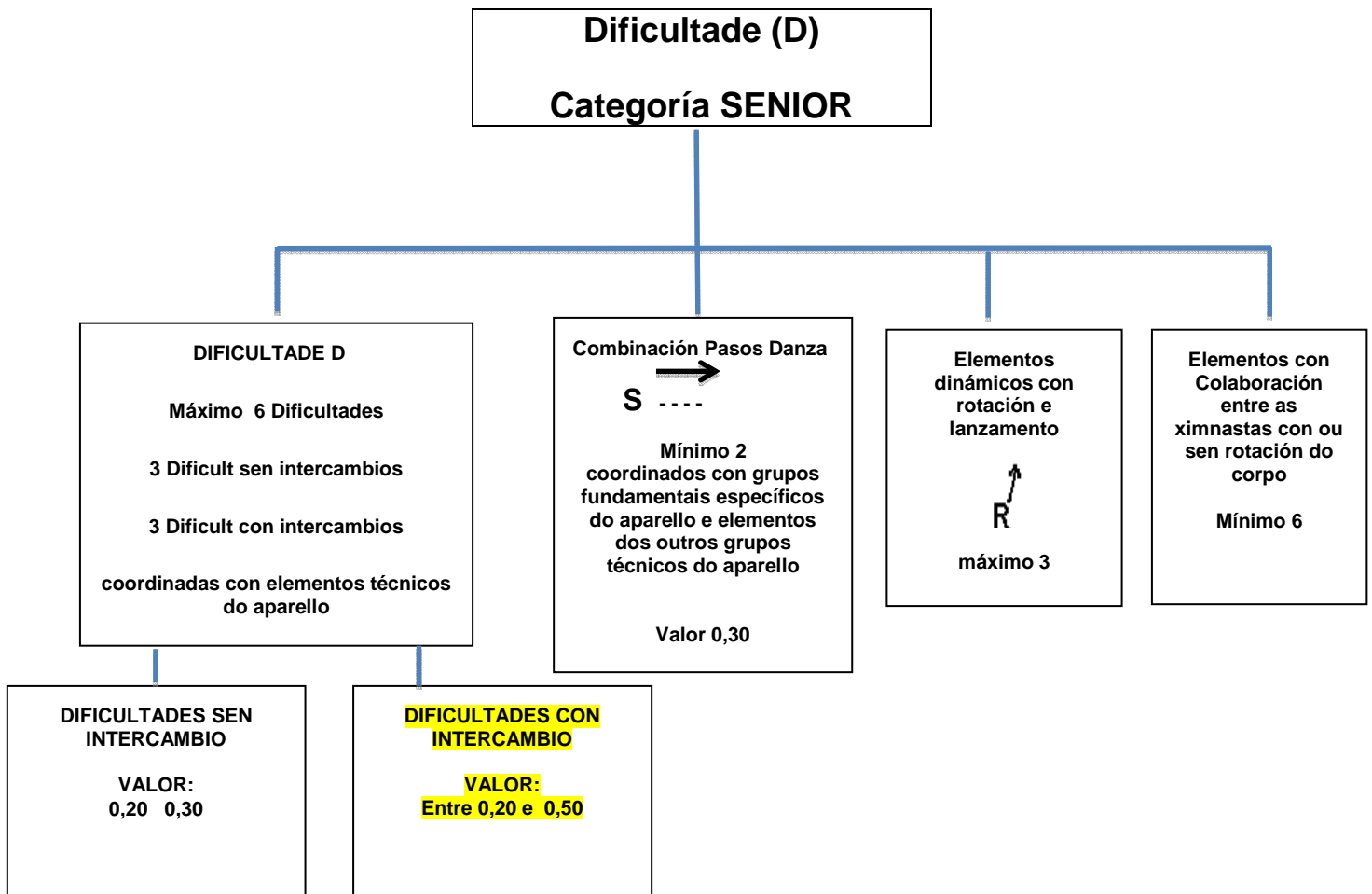
Ejercicio con CORDAS E PELOTAS = 6,00 + 10.00 = 16,00 pts.



ESIXENCIAS TÉCNICAS : EXERCICIOS DE CONXUNTOS
CATEGORÍA SENIOR MAZAS e AROS (mínimo 50% de cada aparato, menos da metade máis un do aparato a elexir)

DIFICULTADE

1.1 XENERALIDADES



1.1.1 **Dificultades corporais.** Mínimo 1 dificultade de cada grupo corporal, Saltos, Equilibrios E Rotacions.

1.1.2 O valor máximo das dificultades corporais será de 0,30

1.1.3 **Combinación Pasos de Danza:** Cada exercicio deberá presentar obligatoriamente dúas Combinacións de pasos de Danza, Valor único para a combinación 0.30. No exercicio de seniors máximo 4 combinacións de pasos de Danza

1.1.4 Elementos con colaboración

- Mínimo 6 elementos de *Colaboración*. Colaboración: segundo código FIG versión 2017-2020



1.1.5 O valor máximo da nota final de dificultad será 6,5 puntos

Elementos de risco segundo versión código FIG 2017-2020 .
Consideraranse ademais elementos de risco, lanzamentos con perda de contacto visual durante ó voo do aparato con unha única rotación arredor do eixo horizontal.

1.2 PENALIZACIONES:

1. Se a ficha/ejercicio contén máis de 6 dificultades: 0.50 puntos, e só as 6 primeiras dificultades executadas serán avaliadas.
2. Na ficha / exercicio menos de 1 Dificultade de cada grupo corporal. (Penalización por cada grupo corporal que falte) 0.30 puntos
 19. Na ficha / exercicio máis de 2 Dificultades de cada grupo corporal. (Penalización por cada dificultade de máis e non conta a dificultade que non entre nas normas) 0.30 puntos
 20. Máis de unha Dificultade con“tourlento”por exercicio.0.30puntos.
 21. Por cada dificultade realizada pero non declarada na ficha.0.30puntos.
 22. Na ficha / exercicio ausencia de dúas Combinacións de Pasos de Danza. 0.50 puntos.

2. EXECUCIÓN

Se aplicará o Código FIG 2017-2020 (Faltas artísticas + Faltas técnicas).

2.1 NOTA DE EXECUCIÓN

A nota de execución será: de 0.00 a 10.00 puntos.

A NOTA FINAL VEN DADA POLA SUMA DE: D + EX = NOTA FINAL MÁXIMA

Ejercicio con MAZAS E AROS = 6,50 + 10.00 = 16,50 ptos.