



Federació  
Catalana de  
Gimnàstica

2019

NIVELL 11. GIMNASTES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL .  
NORMATIVA TÈCNICA



## NIVELL 11

### Gimnastes amb discapacitats intel·lectuals o del desenvolupament

La proposta concreta es oferir, a partir de 2018, un nou nivell competitiu, anomenat NIVELL 11, destinat a gimnastes amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament d'ambdós sexes, a partir dels 8 anys. El reglament és una adaptació d'altres que ja fa anys que s'implementen.

#### NIVELL 11. GIMNASTES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL O DEL DESENVOLUPAMENT.

##### Gimnastes d'ambos sexes amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament.

Per participar en aquest nivell, **serà necessari tenir el certificat del grau de discapacitat**, emès pel Departament de Treball, afers socials i famílies o organisme equivalent en el moment de tramitar la llicència.

**I. Modalitat individual:** Individuals masculí o femení.

**C. Modalitat conjunts:** conjunts de 4 o 5 gimnastes, tots els gimnastes del mateix gènere o mixtes.

#### Nivells de competició. Individual:

NIVELL 11-I3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS

NIVELL 11-I2. REGLAMENT AMB ADAPTACIONS

NIVELL 11-I1. REGLAMENT SENSE ADAPTACIONS

#### Nivells de competició. Conjunts:

NIVELL 11-C3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS

NIVELL 11-C2. REGLAMENT AMB ADAPTACIONS

NIVELL 11-C1. REGLAMENT SENSE ADAPTACIONS

**Conjunts unificats.** Gimnastes amb i sense discapacitat intel·lectual. El nombre de gimnastes sense discapacitat serà sempre un. Per facilitar la participació del màxim de gimnastes, es podrà participar en les següents modalitats:

**NIVELL 11-CU. Parelles:** 1 sense discapacitat i 1 amb discapacitat (1:1)

**NIVELL 11- CU. Trios:** 1 sense discapacitat i 2 amb discapacitat (1:2)

**NIVELL 11 -CU. Quatre:** 1 sense discapacitat i 3 amb discapacitat (1:3)

**NIVELL 11-CU. Cinc:** 1 sense discapacitat i 4 amb discapacitat (1:4)

La intenció d'aquesta modalitat és donar la possibilitat de participació a gimnastes o grups de gimnastes que, per les seves limitacions, no poden realitzar l'exercici amb total autonomia. La implicació de gimnastes sense discapacitat mai ha de suposar que l'exercici comporti més dificultat del que realment pugui assumir els i les gimnastes amb discapacitat. La funció dels i les gimnastes sense discapacitat és la de suport, executant l'exercici i facilitant per tant, la participació.

Cada gimnasta serà inscrita en aquell nivell que correspongui a les seves capacitats, garantint la integritat. Hauran de conèixer i respectar el reglamente i demostrar la preparació i domini suficient d'acord a les seves capacitats. No es podran inscriure en un nivell més baix al que li correspongui.

**CATEGORIES**

Categories	
Junior	de 8 a 15 anys
Absoluta	de 16 a 35 anys
Sènior	Més grans de 36

**TEMPS DE LES MÚSIQUES**

Estan permeses les músiques cantades, tant en la modalitat individual com en la modalitat de conjunts. Els temps serien els mateixos que la resta de categories.

Categories	Individual	Conjunt
Junior	1'11" a 1'30"	2,15" a 2'30"
Absoluta	1'15" a 1'30"	2'15" a 2'30"
Sènior	1,15 a 1'30"	2'15" a 2'30"

**CÀLCUL DE LA NOTA FINAL: PUNTS**

NOTA DIFICULTAT + EXECUCIÓ. 10 PUNTS MÀXIM

Serà el resultat de la suma de tots els elements de dificultats més la mitjana entre les dues notes d'execució (artística i execució)

PER TOTES LES CATEGORIES S'APLICARÀ UN FACTOR DE CORRECCIÓ SUMANT +5 PUNTS A LA PUNTUACIÓ FINAL.

**APARELLS 2019 PER TOTES LES CATEGORIES.****INDIVIDUAL (I)**

NIVELL 11- I3. Mans lliures / o cèrcol.

NIVELL 11- I2. cèrcol.

NIVELL 11- I1. soga.

**CONJUNTS (C)**

NIVELL 11- C3. Mans lliures / o 5 cèrcols

NIVELL 11- C2. 3 cèrcols i 2 pilotes.

NIVELL 11- C1. 5 cèrcols.

**CONJUNTS UNIFICATS (CU)**

En tots els nivells, els CU, participaran amb nivell 11-C1. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS: Mans lliures.

**REQUISITS PER CADA EXERCICI INDIVIDUAL (I)**

CATEGORIA	APARELL	TEMPS	DIFICULTATS CORPORALS (BD)	PASSOS DE DANSA (S)	ELEMENTS RISC	DIFICULTAT APARELL (AD)
Nivell 11-I3	MANS LLIURES	1'15 a 1'30	MÍN. 3- MÁX. 6 ( Valor màxim de dificultat 0.10)  Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.	MÍN. 2- MÁX 5 Duració de 5 seg.  valor: 0.30	cap	
Nivell 11-I3	CÈRCOL	1'15 a 1'30	MÍN. 3- MÁX. 6 ( Valor màxim de dificultat 0.10)  Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.	MÍN. 2- MÁX 5 Duració de 5 seg.  valor: 0.30	1 MÀXIM	Sense LÍMIT (segons codi)
Nivell 11-I2	CÈRCOL	1'15 a 1'30	MÍN. 3- MÁX. 6 ( Valor màxim de dificultat 0.30)  Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.	MÍN. 2- MÁX 5 Duració de 5 seg,  valor: 0.30	1 MÀXIM	Sense LÍMIT (segons codi)
Nivell 11-I1	SOGA	1'15 a 1'30	MÍN. 3- MÁX. 7 ( Valor màxim de dificultat 0.40)  Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.	MÍN. 2- MÁX 5 Duració de 5 seg,  valor :0.30.	2 MÀXIM	Sense LÍMIT (segons codi)

## PENALITZACIONS PELS EXERCICIS INDIVIDUALS DIFICULTAT (I)

CATEGORIA	DIFICULTATS CORPORALS ( BD)	PASSOS DE DANSA (S)	ELEMENTS TÈCNICS FONAMENTALS DE L'APARELL	COMUNICACIÓ ENTRENADORA
<b>Nivell 11-I3</b> M.LL.	Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 6 BD. Penalització: - 0,30 en cada cas.  Absència de 1 dificultat de cada grup. Penalització per cada grup absent: - 0,30	Si l'exercici té menys de 2 passos o més de 5.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	-----	SI  Permesa  davant i discretament)
<b>Nivell 11-I3</b> CÈRCOL	Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 6 BD. Penalització: - 0,30 en cada cas.  Absència de 1 dificultat de cada grup. Penalització per cada grup absent: - 0,30	Si l'exercici té menys de 2 passos o més de 5.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	Mínim 1 de cada Grup Fonamental.  Penalització: -0.30 Per cada element absent.	SI  Permesa  davant i discretament)
<b>Nivell 11-I2</b> CÈRCOL	Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 6 BD. Penalització: - 0,30 en cada cas.  Absència de 1 dificultat de cada grup. Penalització per cada grup absent: - 0,30	Si l'exercici té menys de 2 passos o més de 5.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	Mínim 1 de cada Grup Fonamental.  Penalització: -0.30 Per cada element absent.	SI  Permesa  davant i discretament)
<b>Nivell 11-I1</b> SOGA	Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 7 BD. Penalització: - 0,30 en cada cas.  Absència de 1 dificultat de cada grup. Penalització per cada grup absent: - 0,30	Si l'exercici té menys de 2 passos o més de 5.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	Mínim 1 de cada Grup Fonamental.  Penalització: -0.30 Per cada element absent.	NO  PERMESA  Penalització: - 0.50

## REQUISITS PER CADA EXERCICI DE CONJUNT (C)

CATEGORIA	APARELL	TEMPS	DIFICULTATS CORPORALS (BD)	INTERCANVIS APARELL (ED)	PASSOS DE DANSA (S)	DIFICULTAT APARELL (AD)	COL·LABORACIONS
<b>Nivell 11-C3</b> (4-5 gimnastes) <b>Nivell 11-CU</b> * (c. unificats)	MANS LLIURES	2'15 a 2'30	MÍN. 3 BD -MÀX 6 BD Mínim 1 dificultat de cada grup corporal ( Valor màxim de dificultat 0.10)	----	MÍN. 2- MÀX 5. Duració de 5 seg. Valor: 0.30.	----	Mín. 6 col·laboracions Màx. 7 (1 col·laboració de risc)
<b>Nivell 11-C3</b> (4-5 gimnastes)	5 CÈRCOLS	2'15 a 2'30	MÍN. 3 BD Mínim 1 dificultat de cada grup corporal(Valor màxim de dificultat 0.10)	MIN. 3 INTERCANVIS ( Valor màxim de dificultat BD 0.10). (Intercanvis veure codi)	MÍN. 2- MÀX 5. Duració de 5 seg. Valor: 0.30.	Màx. 4 De valor 0,2	Mín. 6 col·laboracions Màx. 7 (1 col·laboració de risc)
<b>Nivell 11-C2</b> (4-5 gimnastes)	3 CÈRCOLS I 2 PILOTES	2'15 a 2'30	MÍN. 3 BD Mínim 1 dificultat de cada grup corporal. (Valor màxim de B.D. 0.30)	MÍN. 3 INTERCANVIS ( Valor màxim de B.D. 0.30) (Intercanvis veure codi)	MÍN. 2 – MÀX 5. Duració de 5 seg. Valor: 0.30	Màx. 4 De valor 0.20 0.30 ó 0.40	Mín. 6 Col·laboracions Màx. 7 (1 col·laboració de risc )
<b>Nivell 11-C1</b> (4-5 gimnastes)	5 CÈRCOLS	2'15 a 2'30	MÍN. 3 BD- Mínim 1 dificultat de cada grup corporal ( Valor màxim de B.D. 0.30)	MÍN. 4 INTERCANVIS ( Valor màxim de B.D. 0.30) (Intercanvis veure codi)	MÍN. 2 - MÀX 5. Duració de 5 seg. Valor: 0.30	Màx. 4 De valor 0.20 0.30 ó 0.40	Mín. 6 Col·laboracions Màx. 7 (1 Col·laboracions de Risc )











\*Pel nivell 11-CU CONJUNTS UNIFICATS, només es podrà participar en la modalitat de mans lliures.

**PENALITZACIONS EXERCICIS CONJUNTS, DIFICULTAT (C)**








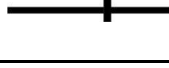








CATEGORIA	DIFICULTATS CORPORALS (BD)	INTERCANVIS APARELL (ED)	PASSOS DE DANSA (S)	COL·LABORACIONS	COMUNICACIÓ ENTRENADORES
<b>Nivell 11-C3</b> (4-5 gimnastes)  <b>Nivell 11-CU</b> * (c. unificats)  M.LL.	Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 6 BD. Penalització: - 0,30 en cada cas.  Absència de 1 dificultat de cada grup. Penalització per cada grup absent: -0,30		Si l' exercici té menys de 2  Si l' exercici té més de 5  Penalització: - 0.30 en cada cas.	Mín. 6 Col·laboracions. Penalització: -0.30 por cada absent.  Máx. 7 Colaboracions de Risc.  Penalització: -0.30 por cada una de més.	SI  Permesa  (davant i discretament)
<b>Nivell 11-C3</b> (4-5 gimnastes)  CÈRCOL	Si l'exercici té menys de 3 BD.  Absència d'una dificultat de cada grup corporal. Penalització per cada grup absent: -0.30.	Si l'exercici té menys de 3 dificultats d'intercanvi.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	Si l' exercici té menys de 2  Si l' exercici té més de 5  Penalització: - 0.30 en cada cas.	Mín. 6 Col·laboracions. Penalització: -0.30 por cada absent. Máx. 7 Colaboracions de Risc.  Penalització: -0.30 per cada una de més.	SI  Permesa  (davant i discretament)
<b>Nivell 11-C2</b> (4-5 gimnastes)  CÈRCOLS I PILOTES	Si l'exercici té menys de 3 BD.  Absència d'una dificultat de cada grup corporal.  Penalització per cada grup absent: -0.30.	Si l'exercici té menys de 3 dificultats d'intercanvi.  Penalització: - 0,30 en cada cas.	Si l' exercici té menys de 2  Si l' exercici té més de 5  Penalització: - 0.30 en cada cas.	Mín. 6 Col·laboracions. Penalització: -0.30 por cada absent. Máx. 7 Colaboracions de Risc.  Penalització: -0.30 per cada una de més.	SI  Permesa  (davant i discretament)
<b>Nivell 11-C1</b> (4-5 gimnastes)  CÈRCOLS	Si l'exercici té menys de 3 BD.  Absència d'una dificultat de cada grup corporal. PENALITZACIÓ per cada grup absent: -0.30.	Si l'exercici té menys de 4 dificultats d'intercanvi.  PENALITZACIÓ: - 0,30 en cada cas.	Si l' exercici té menys de 2  Si l' exercici té més de 5  Penalització: -0.30 en cada cas.	Mín. 6 Col·laboracions. Penalització: -0.30 por cada absent.  Máx. 7 Colaboracions de Risc.  Penalització: -0.30 per cada una de més.	NO  PERMESA  Penalització: - 0.50

**S'aplicarà el Codi FIG 2017-2020, amb les següents adaptacions.**



Al grup de Salts, s'afegeixen els següents salts, de valor 0,1:

SALTS VALOR 0.10	DIBUIX	SIMBOL
Salt vertical cames juntes sense gir		
Salt vertical agrupat		
Salt vertical amb cama flexionada (oberta o tancada)		
Salt Galop, tisores cames flexionades, sense gir		
Gambada petita (90 °)		

**Al grup d'equilibris, s'afegeixen els següents, de valor 0,1 i 0,2.**

EQUILIBRIO VALOR 0.10	DIFICULTAT	SIMBOL
Peus junts, en relevé		
Al terra, espagat dr/esq. flexió del tronc, cap al davant, sense volta		
A terra espagat dr/esq. Amb el tronc vertical, amb o sense suport de les mans a terra.		
Al terra, espagat frontal, i flexió de tronc cap al davant.		
Al terra, cames juntes, flexió del tronc cap al davant.		
Al terra, hiperextensió del tronc, mans al terra.		
Al terra, hiperextensió del tronc amb flexió de les cames (peus en contacte amb el cap), mans al terra		
<b>De genolls, hiperextensió del tronc, mans al terra. Valor 0,2.</b>		

**Al grup de rotacions, s'afegeixen el següent, de valor 0,1**

ROTACIONS VALOR 0.10	DIFICULTAT	SIMBOL
Rotació 360° amb peus junts.		



### **Consideracions respecte a les Dificultats d'aparell (AD)**

Les AD es consideren, a més de les definicions del Codi:

- 0,2 quan el maneig de l'aparell i el cos es de FÀCIL SINCRONITZACIÓ.
- 0,3 quan el maneig de l'aparell i el cos es de DIFICIL SINCRONITZACIÓ.
- 0,4 durant la recepció de l'aparell després d'un llançament mitjà/gran.

### **Jutges**

S'aplica a Normativa CCEE 2018 quan a dificultats no permeses.

S'aplica la normativa FIG pel que fa als fulls de puntuació.

**PER TOTES LES CATEGORIES S'APLICARÀ UN FACTOR DE CORRECCIÓ SUMANT +5 PUNTS A LA PUNTUACIÓ FINAL.**