



Federació Catalana de Gimnàstica
01/01/2020

ASPECTES GENERALS

1. Generalitats

1.1 Totes les competicions de caràcter oficial es desenvoluparan obligatòriament per les prescripcions de la Normativa General de Competicions i les normatives tècniques específiques vigents de cada especialitat.

1.2. Tots/es els/les participants en les competicions de caràcter oficial hauran de conèixer i complir la Normativa General de Competicions i la normativa tècnica específica de la modalitat en la que intervenen.

1.3. Per damunt d'aquesta normativa tècnica preval la normativa general de competicions de la FCG i la normativa de llicències de la FCG, així com qualsevol altra normativa i/o reglament superior.

2. Inscripcions

Les inscripcions es realitzaran d'acord amb la normativa general de competicions de la FCG i la normativa de llicències de la FCG i respectant les directrius de la normativa de la FCG.

Les inscripcions a les competicions de la FCG s'hauran de fer dintre dels terminis establerts per a cada una de les competicions.

2.1. Tècnics:

El nombre màxim de tècnics/ques que un club podrà inscriure en una competició és:

Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat individual, quan la inscripció del club sigui només d'un/a gimnasta per nivell i categoria. En el cas de que el mateix club tingui inscrites més d'un/a gimnasta per nivell i categoria, es permet la inscripció de dos/dues (2) tècnics/ques.

Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat de conjunt, quan la inscripció del club sigui només d'un conjunt per nivell i categoria. En el cas que un club tingui inscrit més d'un conjunt en una mateixa categoria i nivell, es permet la inscripció de dos/dues (2) tècnics/ques.

Un/a (1) tècnic/a de suport per club participant en la competició.

Per poder estar inscrit/a com a tècnic en una competició s'han de complir les següents condicions:

- CCEE nivells 2 i 3: Tècnic/a primer nivell mínim.
- Copa Catalana nivells 4 a 6: Tècnic/a segon nivell mínim i tècnic/a de primer nivell tutelat per tècnic/a de tercer nivell.

- Copa Catalana nivells 7 a 10 i resta de competicions: Tècnic/a tercer nivell mínim i tècnic/a de primer i segon nivell tutelat per tècnic/a de tercer nivell.

Tot/a aquell/a tècnic/a que no disposi de la titulació corresponent, haurà d'estar tutelat/da per a un tècnic/a de tercer nivell, seguint l'estipulat a l'article 19 de la Normativa General de Competicions, que regula les tuteles.

Els/les Titulats/ades en Cicles superiors relacionats amb l'activitat física i l'esport i els/les graduats/graduades en ciències de l'activitat física i l'esport poden inscriure's en tots els nivells, a excepció de les competicions classificatòries a competicions nacionals.

2.2. Gimnasta/es de reserva:

Es poden inscriure com a màxim una (1) gimnasta de reserva per categoria en la modalitat individual d'equips i dues (2) gimnastes de reserva per nivell i categoria en la modalitat de conjunts. Aquests/es gimnastes han d'anar equipats/ades, en el moment de l'actuació, de forma idèntica a la resta de gimnastes del seu conjunt i han d'estar preparades per poder actuar en cas de necessitat.

En el cas de la modalitat individual d'equips, la substitució d'una gimnasta titular per una reserva ha de ser comunicada a la federació, com a mínim, amb 24 hores d'antelació a la competició i amb certificat mèdic que acrediti la necessitat del canvi. En el cas dels conjunts, poden sortir a la pista les/els cinc titulars que es consideri, amb la única limitació de que estiguin degudament inscrits/es en la competició.

En el cas de les modalitats individual d'equips i conjunts, la substitució d'un/a gimnasta titular per una altre gimnasta no inscrit/a prèviament ha de ser comunicada a la Federació, com a mínim, amb 72 hores d'antelació a la competició i amb un certificat mèdic que acrediti la necessitat del canvi (art. 57 de la Normativa General de Competicions).

2.3. Llicències:

Per poder participar en una competició de CCEE nivells 2 i 3 s'ha d'estar en possessió de la llicència tipus FCG-Iniciació pels gimnastes i FCG pels/les tècnics/ques.

Per poder participar en una competició de Copa Catalana nivells 4 a 10 s'ha d'estar en possessió de la llicència tipus FCG

Per poder participar en una competició classificatòria a una competició nacional s'ha d'estar en possessió de la llicència homologada per la RFEG.

3. Classificacions

Els desempats es resoldran seguint les directrius del codi de puntuació de la FIG.

En copa catalana, la classificació individual dels nivells 8-9 i 10 serà única.

a classificació masculina i femenina serà per separat.

4. Ordres de competició

L'ordre de competició es resoldrà mitjançant sorteig realitzat per la FCG. L'horari de competició es resoldrà a proposta del comitè tècnic de la FCG. Tots els conjunts o gimnastes inscrits fora de termini, incloent els inscrits dins el termini amb penalització, s'incorporaran a l'ordre de competició en el primer lloc del seu nivell i categoria.

La distribució de les competicions es pot veure modificada per temes logístics o per manca/excés d'inscripcions. Aquesta decisió recaurà en el comitè tècnic de GR de la FCG.

5. Programa tècnic

Per a cada modalitat es publicarà un programa tècnic on es concretaran les exigències tècniques de cada nivell i categoria i els aparells de competició.

6. Desenvolupament de les competicions

- Cada club és responsable de penjar/enviar la música dels exercicis dels seus/seves gimnastes i conjunts per a cada un/a de les competicions dintre dels terminis establerts, complint amb l'estipulat a l'article 50 de la Normativa General de Competicions.
- A la pista de competició únicament hi poden accedir les/els gimnastes i tècnics/ques acreditats/des i inscrits/es en la competició, en el mòdul horari corresponent; un cop finalitzada l'entrega de guardons han de deixar la zona de competició.
- Si en el transcurs d'un exercici un/a gimnasta mostra símptomes de malestar o lesió, l'exercici serà immediatament interromput i la puntuació serà de 0.00 en tots els valors. Queden a part les possibles actuacions del comitè de disciplina
- En la zona destinada als/les tècnics/ques, en el moment de l'actuació de cada gimnasta o conjunt, únicament podrà romandre un/a tècnic/a inscrit/a i el/la gimnasta de reserva (en la modalitat de conjunts). Si el/la tècnic/a està tutelat/da haurà d'estar acompanyat pel/la tècnic/a de 3r nivell que el tuteli.
- La responsabilitat de la correcta col·locació dels aparells de reserva és exclusivament del/la gimnasta o del conjunt que està actuant, tant en la retirada dels aparells de l'exercici anterior (si es dona el cas) com en la col·locació dels seus aparells.

7. Nivells i categories

Un/a gimnasta ha de participar obligatòriament en el nivell que li pertoca i que s'especifica en aquesta normativa tècnica.

Un/a gimnasta no podrà canviar de nivell durant la mateixa temporada a no ser que hagi participat en un nivell en la modalitat individual i vulgui participar en un nivell superior en la modalitat de conjunt.

No es permet a un/a gimnasta de menor edat participar en una categoria superior.

Un/a gimnasta que, al llarg de tota una temporada no participa en competició, pot reincorporar-se (en la següent temporada) a un nivell immediatament inferior al que li pertoca, a excepció dels/les gimnastes dels nivells del 7 al 10 que hagin participat en competicions nacionals individuals (en aquest cas han de mantenir el nivell en el que han participat).

Per a que un/a gimnasta individual del nivell 7 o 8 pugui descendir al nivell 6 o 7 respectivament, no ha d'haver participat durant la temporada anterior en qualsevol de les fases classificatòries per als campionats d'Espanya, copes d'Espanya... en la modalitat individual.

Un/a gimnasta de conjunt del nivell 7 o 8 pot descendir al nivell 6 o 7 respectivament en la temporada següent sempre que no vulgui participar en cap fase classificatòria als campionats d'Espanya, copes d'Espanya... ni en la modalitat individual ni en la modalitat de conjunt.

Un/na gimnasta de nivell 7 o 8 només podrà descendir un nivell i no podrà participar dels descensos en el cas de que s'hi pugui veure implicada.

Un màxim de dues gimnastes individuals poden ser inscrites i/o participar en la modalitat de conjunt en la mateixa temporada (conjunts primavera i individuals nivells del 4 al 8).

Els cassos particulars que no contempla aquesta normativa, es resoldran en el comitè tècnic prèvia sol·licitud formal per escrit presentada pel club del/la gimnasta.

La participació a les competicions classificatòries dels diferents nivells i modalitats, està supeditada a la normativa publicada per la RFEF.

COPA CATALANA MODALITAT INDIVIDUAL

1. CATEGORIES I NIVELLS

CCEE 2020 INDIVIDUAL			
NIVELL II	2020	NIVELL III	2020
PRE-BENJAMIN	<input type="checkbox"/>	PRE-BENJAMIN	<input type="checkbox"/>
BENJAMIN	<input type="checkbox"/>	BENJAMIN	<input type="checkbox"/>
ALEVÍN	<input type="checkbox"/>	ALEVÍN	●
INFANTIL	○	INFANTIL	∪
JUNIOR	∪	JUNIOR	○
SENIOR	⌋	SENIOR	⌋

COPA CATALANA IV-V-VI INDIVIDUAL 2020					
NIVELL IV	2020	NIVELL V	2020	NIVELL VI	2020
BENJAMIN	<input type="checkbox"/>	BENJAMIN	<input type="checkbox"/>	BENJAMIN	○
ALEVÍN	○	ALEVÍN	∪	ALEVÍN	●
INFANTIL	∪	INFANTIL	●	INFANTIL	○
JUNIOR	⌋	JUNIOR	∪	JUNIOR	∪
SENIOR	●	SENIOR	⊘	SENIOR	●

EDATS INDIVIDUALS 2020	
PRE BENJAMÍ	2013/2014
BENJAMIN	2011/2012
ALEVÍN	2009/2010
INFANTIL	2007/2008
JUNIOR	2005/2006
SENIOR	2004 I ANT

NIVELLS 7/8/9 i 10 VEURE NORMATIVA ESPECÍFICA RFEG 2020.

2. SISTEMA DE COMPETICIÓ

La Copa Catalana en la modalitat individual s'organitzarà de la següent manera:

CCEE Nivells 2*, 3** i Copa Catalana Nivells 4, 5, 6 i 7.

Dues fases classificatòries i una fase final.

*,**, la competició individual dels nivells 2 i 3 es realitzarà en la mateixa jornada que la competició de conjunts.

Nivells 8, 9 i 10.

Quatre fases classificatòries (un o dos aparells per fase en funció del programa de cada categoria; dues fases de cada aparell) i una fase final.

CLASSIFICACIÓ PER A LA FASE FINAL:

Tenen dret a participar en la fase final les 8 gimnastes amb la millor puntuació, un cop sumades totes les notes de les fases, en cada un dels aparells (si s'escau).

Es diferenciarà la participació masculina i la femenina.

Per a la classificació per a la final es diferenciaran els nivells 8 i 9/10

Les gimnastes de nacionalitat andorrana que es classifiquin entre les 8 primeres gimnastes del seu nivell, passaran a la final sense ocupar plaça.

3. GUARDONS

Rebran guardons les tres primeres gimnastes classificades per categoria i nivell i aparell en el cas de que el programa de competició contempli més d'un aparell per categoria i nivell.

A les fases la classificació dels nivells 8/9 i 10 serà conjunta, prenent en consideració la nota obtinguda per la gimnasta. S'atorgaran guardons de primer segon i tercer a les gimnastes del nivell 8. Les gimnastes del nivell 9 o 10 aconseguiran guardó sempre que la seva nota sigui igual o superior a la de la gimnasta del nivell 8, ocupant el mateix lloc sense que això vagi en detriment del guardó del nivell 8.

La classificació dels nivells 8/9 i 10 serà independent a la final.

COPA CATALANA MODALITAT CONJUNTS

1. CATEGORIES I NIVELLS

Per determinar el nivell d'un conjunt (nivells 4 al 6) es prendrà en consideració el nivell individual de les gimnastes. D'aquesta manera, un conjunt amb la totalitat de les gimnastes d'un mateix nivell ha de participar en el mateix nivell (o superior) en la modalitat de conjunt.

Es permeten un màxim de 2 gimnastes de nivell superior per conjunt.

Això no serà possible en els conjunts dels nivells 2 i 3 CCEE en el que totes les gimnastes d'un conjunt han de ser d'un d'aquest dos nivells (només nivell 2, només nivell 3 o combinació de nivell 2 i 3 en nombre il·limitat), no sent possible la participació de gimnastes de nivells del 4 al 6 en la competició de CCEE.

CCEE 2020 CONJUNT			
NIVELL II	2020	NIVELL III	2020
PRE-BENJAMIN	5 <input type="checkbox"/>	PRE-BENJAMIN	5 <input type="checkbox"/>
BENJAMIN	5 <input type="checkbox"/>	BENJAMIN	5 <input type="checkbox"/>
ALEVÍN	5 <input type="checkbox"/>	ALEVÍN	5 <input checked="" type="checkbox"/>
INFANTIL	5 <input type="checkbox"/>	INFANTIL	5 <input type="checkbox"/>
JUNIOR	5 <input type="checkbox"/>	JUNIOR	5 <input type="checkbox"/>
SENIOR	10 <input type="checkbox"/>	SENIOR	10 <input type="checkbox"/>

COPA CATALANA IV-V-VI CONJUNT 2020								
NIVELL IV	2020		NIVELL V	2020		NIVELL VI	2020	
BENJAMIN	<input type="checkbox"/>		BENJAMIN	5	<input type="checkbox"/>	BENJAMIN	5	<input type="checkbox"/>
ALEVÍN	5	<input type="checkbox"/>	ALEVÍN	5	<input type="checkbox"/>	ALEVÍN	5	<input type="checkbox"/>
INFANTIL	5	<input type="checkbox"/>	INFANTIL	5	<input type="checkbox"/>	INFANTIL	5	<input type="checkbox"/>
JUNIOR	10	<input type="checkbox"/>	JUNIOR	5	<input type="checkbox"/>	JUNIOR	5	<input type="checkbox"/>
SENIOR	5	<input type="checkbox"/>	SENIOR	5	<input type="checkbox"/>	SENIOR	5	<input type="checkbox"/>



EDATS CONJUNT 2020	
PRE BENJAMÍ	2013/2014
BENJAMIN	2011/2012
ALEVÍN	2009/2010/2011
INFANTIL	2007/2008/2009
JUNIOR	2005/2006/2007
SENIOR	2005 I ANT

NIVELLS 7/8/9 i 10 VEURE NORMATIVA ESPECÍFICA RFEG 2020.

2. SISTEMA DE COMPETICIÓ

La Copa Catalana en la modalitat de conjunts s'organitzarà de la següent manera:

CCEE Conjunts Nivells 2* i 3**.

Dues fases classificatòries i una fase final.

*, **, la competició individual dels nivells 2 i 3 es realitzarà en la mateixa jornada que la competició de conjunt

Copa Catalana Conjunts Nivells 4, 5, 6 i 8.

Tres fases classificatòries i una fase final.

En el cas de doble programa, en la primera fase es realitzarà només l'exercici de mans lliures; en la segona i tercera fases es realitzarà el programa complet.

Copa Catalana Conjunts – Copa Base (Nivell 7).

Una o dues fases classificatòries, en funció del calendari de competició fixat per la RFEG i una fase final.

Copa Catalana Conjunts Primavera Nivells 4, 5, 6, 7 i 8.

Tres fases classificatòries.



En el cas de doble programa, en la primera fase es realitzarà només l'exercici de mans lliures; en la segona i tercera fases es realitzarà el programa complet.

Els conjunts de Copa Catalana Conjunts Primavera només poden inscriure dues gimnastes (com a màxim) que estiguin participant simultàniament en la modalitat individual.

Als nivells 2, 3, 4, 5 i 6 una gimnasta d'un any immediatament inferior pot participar en la categoria superior (màxim dues gimnastes per conjunt) a excepció de la categoria pre benjamí.

Totes les gimnastes han de mantenir la seva llicència durant la temporada primavera o tardor: no poden participar a la vegada als nivells 2,3 de individual i als 4, 5, 6 de conjunts. O participar al nivell Base i al Absolut, amb la excepció que marca la RFEG.

CLASSIFICACIÓ PER A LA FASE FINAL:

Nivells CCEE 2, 3 i Copa Catalana 4, 5, 6 i 7.

Tenen dret a participar en la fase final els 8 conjunts amb la millor puntuació, un cop sumades les notes de totes fases, en cada un dels aparells (si s'escau).

Nivell 8.

Tenen dret a participar a la final tots els conjunts que han participat en alguna de les fases de copa catalana de conjunts.

3. GUARDONS

Rebran guardons els tres primers conjunts classificats de cada categoria i nivell i aparell, en el cas de que el programa de competició contempli més d'un exercici per nivell i categoria.

PARTICIPACIÓ MASCULINA

En totes les competicions de Copa Catalana (excepte en la Final de la Copa Catalana), tant en la modalitat individual com en la modalitat de conjunts poden participar indistintament nois i noies, sense limitació.

En totes les competicions, classificatòries o no, s'establiran classificacions separades per a la categoria femenina i masculina.

COMPETICIONS CLASSIFICATÒRIES

La FCG organitzarà competicions classificatòries a les diferents competicions organitzades per la RFEG.

Poden participar en aquestes competicions aquelles gimnastes o conjunts que compleixin les exigències que la RFEG determina en cada cas. La normativa aplicable a aquestes competicions és la fixada per la RFEG en cada cas.

En la modalitat individual:

1. Campionat de Catalunya Individual (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual)
2. Campionat de Catalunya d' Equips (Classificatori per al Campionat d'Espanya d'Equips)
3. Campionat de Catalunya Individual Base (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual Base)
4. Campionat de Catalunya Individual Copa Base (classificatori per al Campionat Copa Base Individual)
5. Campionat de Catalunya Individual Masculí (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual Masculí)

En la modalitat de conjunts:

1. Campionat de Catalunya de Conjunts (classificatori per al Campionat d'Espanya de Conjunts)
2. Campionat de Catalunya Conjunts Base (classificatori per al Campionat d'Espanya Conjunts Base)
3. Campionat de Catalunya Conjunts Copa Base (classificatori per al Campionat d'Espanya Conjunts Copa Base)

Malgrat el resultat de les competicions classificatòries, el comitè es reserva el dret d'inscripció dels/les gimnastes o conjunts a les competicions nacionals, si es considera que no mostren un nivell tècnic suficient.

Es recorda que l'article 46 de la normativa de competicions diu "*serà responsabilitat dels clubs o entitats realitzar la inscripció dels/les gimnastes al nivell que els hi correspongui per les seves qualitats i capacitacions tècniques/esportives*".

COMPETICIONS DE DESIGNACIÓ DIRECTA

1. Campionat de la Joventut
2. Copa d'Espanya de Conjunts
3. Copa d'Espanya Individual masculina i femenina
4. Competicions internacionals

Per aquestes competicions, les gimnastes/conjunts participants, seran designats directament pel comitè tècnic de la FCG. A tal efecte es prendran dades de diferents competicions, historial esportiu i, si s'escau i es considera necessari, controls tècnics, **classificatoris**, etc.

ASCENSOS I DESCENSOS

L' ascens i el descens de nivell respon als resultats que una gimnasta ha obtingut en la seva participació en les competicions de la temporada anterior.

Tant l'ascens de nivell com els descens és obligat a excepció de les gimnastes que volen participar en fases classificatòries a una competició nacional.

Si el resultat del càlcul del percentatge dona com a resultat un nombre no sencer, es prendrà la xifra més propera; per exemple quan han d'ascendir 5.7 gimnastes ascendiran 6 gimnastes; quan han d'ascendir han 6.2 gimnastes, ascendiran 6 gimnastes).

Una gimnasta que ha estat un any sense participar en competicions oficials de la FCG pot participar, si així ho desitja, en el nivell immediatament anterior al que li pertoca.

Per elaborar la llista d'ascensos i descensos es prendran en consideració les següents situacions:

1. Quant la participació és menor o igual a 10 gimnastes. L' ASCENS del PODI de la FINAL SERÀ OBLIGATORI
2. Quant la participació és entre 11 i 30 gimnastes, pujaran i baixaran de nivell el 20% de les gimnastes participants de cada categoria i nivell, sumant les fases de Copa Catalana a més a més del podi de la Final, que ascendirà de forma directa, sense ocupar un lloc entre el 20% calculat.
3. Quan la participació és entre 31 i 50 gimnastes, pujaran i baixaran de nivell el 30% de les gimnastes participants de cada categoria i nivell, sumant les fases de Copa Catalana a més a més el podi de la Final, que ascendirà de forma directa, sense ocupar un lloc entre el 20% calculat.

El sistema de desempat per la classificació general que determina els ascensos i els descensos després de la suma de fases, prendrà en consideració la nota més alta en qualsevol de les fases.

VESTIMENTA DE LES /ELS GIMNASTES

Els mallots, han de contribuir a enaltir la bellesa del moviment corporal i que tinguin harmonia amb l'estil / idea-guia del tema musical de forma suggerent.

No hi ha necessitat de dissenys extremadament explícits, tipus disfressa de Carnaval, ni de transformismes (alteracions del disseny durant l'exercici) o efectismes tecnològics (llums led, etc.).

Tots els enunciats (escrits), transformismes, incorporar llums o elements similars i l'efecte de disfressa estan totalment prohibits.

No han d'arribar a ser una distracció per a les jutgesses i per als jutges.

Tot això sense dubte desvirtua el caràcter esportiu de la Gimnàstica Rítmica.

Amb el mateix esperit, cal recordar que el pentinat i maquillatge han de ser sobris.