

GIMNÀSTICA TRAMPOLÍ

NORMATIVA TÈCNICA CT. DE CATALUNYA 2021 **XVI TROFEU "ELEGÀNCIA"**

TRAMPOLÍ – TÚMBLING – DOBLE MINI-TRAMP – MINI-TRAMP

TÍTOL PRIMER: DISPOSICIONS GENERALS

1. NORMES GENERALS

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 altre normativa i/o reglament.

2. PARTICIPACIÓ i INSCRIPCIONS

2.1. Podran prendre part tots els clubs o entitats esportives legalment constituïdes i degudament adscrits a la Federació Catalana de Gimnàstica sense limitació en quant al nombre de gimnastes i equips.

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

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

2.4. En referència a la baixa de gimnastes, serà d'obligatori compliment allò que es detalla al títol quart de la normativa general de competicions.

Les baixes en la competició estaran reflectides en document oficial per a la modalitat de Trampolí (versió 2019).

S'indicaran en les caselles: nom i cognoms, número de dorsal; els aparells en els quals serà baixa i categoria de cada un d'ells, exemple en DMT:

DMT
Junior F.

2.5. En referència als fulls de competició, els exercicis a

Els fulls de competició una vegada emplenades (nomenclatura FIG per als elements que estiguin contemplats en el codi de puntuació), s'enviaran a la FCG, mínim tres dies abans de la

competició, el no compliment d'aquestes normes podrà comportar la desqualificació del gimnasta.

Les dades necessàries, seran:

Document versió 2019: número de dorsal; sexe (dona/home); categoria (Aleví, Infantil, ..) i si participa en un equip (sub14 o Absolut).

Si es participa en sincronisme, omplir el full de competició específica.

2.6. Perquè es realitzi competició en una categoria, hi ha d'haver inscrits un mínim de tres gimnastes en individual, un mínim de dos equips i per sincronisme, un mínim de 3 parelles per categoria.

2.7. Per realitzar competició a Túmbling, es requereix que s'inscriguin un mínim de 2 categories amb un mínim de 5 gimnastes per categoria. El Comitè Tècnic es reserva la decisió final d'incloure d'aquest aparell en competició per motius logístics.

2.8. Si a la inscripció d'una categoria hi ha 3 gimnastes i en el moment de realitzar la competició hi ha un/una o dos gimnastes que no poden participar per lesió o una altra causa, la competició d'aquesta categoria, es realitzarà amb els/les gimnastes que estiguin en condicions de participarⁱ (un/una o dues gimnastes).

2.9. Si en el moment de la competició una categoria no arriba a tres gimnastes, segons el punt anterior, l'organització es reserva la possibilitat d'incloure els/les gimnastes en altres grups, per a optimitzar el desenvolupament de la competició.

2.10. Per a la composició de l'equip, només es permetrà un canvi respecte als 4 gimnastes que formen l'equip, sempre que estiguin inscrits.

2.11. A les targetes de competició s'inscriuran totes les rutines / elements (finals incloses).

3. LLICÈNCIES, ACREDITACIONS I TITULACIONS

3.1. Tots els/les gimnastes participants hauran d'estar en possessió de la llicència emesa per la Federació Catalana de Gimnàstica, justificant l'edat amb la presentació de qualsevol dels documents originals següents: DNI, passaport individual, llibre de família o llibre d'escolaritat. Podran participar els gimnastes amb llicències FCG1, FCG2, RFEG1 o RFEG2.

3.2. Els/les entrenadors/res inscrits/tes pels clubs o entitats esportives per actuar com a tals, hauran d'estar en possessió de la llicència emesa per la Federació Catalana de Gimnàstica de l'any en curs FCG o RFEG. Veure Normativa Llicències FCG.

3.3. Les llicències dels gimnastes i tècnics/ques (en cas de requeriment), hauran d'estar a disposició de la mesa de competició una hora abans d'iniciar-se la mateixa.

3.4. Els/les entrenadors/es inscrits/es per les entitats hauran de tenir com a mínim el segon nivell de tècnics .

3.5. Tot/a aquell/a entrenador/a que no disposi de la titulació corresponent, haurà d'estar "tutelat/da" per un/a tècnic/a acreditat/da per la FCG. Aquest tècnic/a estarà present a la pista de competició o a una zona de les grades destinada (veure Protocol de Competicions específic de cada competició), i es farà càrrec d'aquest/a entrenador/a i de les seves gimnastes, així com de totes les actuacions del/de la mateix/a durant el desenvolupament de la competició, assumint les responsabilitats que això comporta. En cas contrari ni l'entrenador/a ni les gimnastes podran accedir a la zona de competició i per tant no podran competir.

La sol·licitud de TUTELA haurà de enviar-se a la FCG en el moment de la inscripció. SENSE AQUEST DOCUMENT NO ES PODRÀ PARTICIPAR.

Tots aquests punts són vàlids sempre i quan els/les tècnics/ques/monitors/res tinguin tramitada la seva corresponent llicència de l'any en curs a la FCG o a la RFEG, així com la seva pòlissa de Responsabilitat Civil.

- Veure Normativa General de Competicions de la FCG

3.6. Els/les entrenadors/es hauran de dur en les competicions en un lloc visible, la seva llicència, (la Federació Catalana facilitarà el "porta-carnets" gratuïtament); en cas de pèrdua caldrà adquirir un de nou a la mateixa Federació.

Segons el nivell dels/de les tècnics/ques, les llicències variaran el seu color.

3.7. En relació als/les Tècnics/ques, el/la que figuri en el full d'inscripció hi haurà d'estar obligatòriament present durant la Competició, com a responsable dels gimnastes inscrits. Si no pot estar, haurà de ser substituït per un altre Tècnic/a amb la titulació suficient.

3.8. Els/les jutges/ses per actuar com a tal en aquesta competició, hauran d'estar en possessió de la llicència expedida per la Federació Catalana de Gimnàstica i acreditar haver superat qualsevol dels nivells dels cursos de Jutges de TRA.

4. COMPETICIONS, CLASSIFICACIONS I PREMIS

4.1. Vestuari

Per ser en pista, s'haurà de portar roba esportiva, no es permetrà a cap entrenador entrar en pista, sense aquest requisit. Els pantalons texans no es consideraran roba esportiva. Els jutges i personal de l'organització, estan exempts d'aquesta norma.

La vestimenta dels gimnastes, serà:

Noies: Mallot (amb o sense mànigues, es poden utilitzar leotards, malles curtes o vestit complet cenyits al cos) i sabatilles de gimnàstica i/o mitjons blancs (no "bambes").

Nois: Mallot o samarreta de tirants, pantaló curt (pantaló llarg monocolor opcional a Trampolí) i sabatilles de gimnàstica i/o mitjons (no "bambes").

No es permet l'ús de joies o rellotges durant la competició. Es permeten anells sense pedres si estan tapats. El no compliment d'aquestes normes comportarà una penalització de 0,1 punt en cada actuació on passi, descomptant-se de la puntuació total.

4.2. Els aparells de competició són: Trampolí, Túmbling (veure apartat 2.8), Doble MiniTramp i MiniTramp.

4.3. Els/les gimnastes podran competir a nivell individual masculí i femení i/o formant part d'un equip masculí i femení i/o per parelles que poden ser mixtes.

Si un club o entitat esportiva inscriu més d'un equip en la mateixa categoria, es denominaran "A", "B", "C", etc.

4.4. En cas que un cop tancades les inscripcions en individual no hi hagi prou gimnastes (3 mínim) en una categoria (mas., fem.), les categories fins a Júnior inclosa, podran ser mixtes.

4.5. COMPETICIÓ INDIVIDUAL

4.5.1. Constarà de:

TRA, TUM i DMT: una fase preliminar i una final (menys en la categoria ALEVI que no hi haurà final)
MT i SINCRO: només haurà fase preliminar.

4.5.2. TRA, TUM i DMT, a la Final, accediran els gimnastes amb las 8 millors notes.
De 9 a 8 gimnastes a la fase prèvia, només accediran 5 gimnastes a la final.
De 7 a 6 gimnastes a la fase prèvia, només accediran 3 gimnastes a la final.
Amb menys de 6 gimnastes, no es realitzarà final.

4.5.3. TRA i TUM: es realitzarà finals a partir d'infantil. L'actuació a la final, serà en ordre invers a la classificació de les preliminars i es parteix de 0 punts.
DMT: es realitzarà finals a partir d'infantil.
L'actuació a la final serà en ordre invers però no es parteix de zero, les notes seran acumulatives.

4.5.4. Si les seves condicions ho permeten, un/a gimnasta pot participar en un nivell superior al que li correspongui per edat, mai en un d'inferior.

4.5.5. Per el Trofeu "ELEGÀNCIA", es sumaran les notes d'execució de la fase preliminar en Trampolí (Obligatori + Lliure), obtenint un sol guanyador, independentment de la categoria.

4.5.6. Si es necessita que els gimnastes puntuïn amb notes reconegudes per la RFEG, s'habilitaran les categories necessàries reconegudes a nivell nacional, amb els requisits de la Normativa de la RFEG. En aquestes categories es puntuarà segons codi de puntuació FIG.

4.5.7. Repartiment de premis: de 3 a 4 gimnastes, un primer premi; a partir de 5 gimnastes, primer, segon i tercer premi.
S'aplicarà la fórmula de desempat.

4.7. COMPETICIÓ PER EQUIPS

4.7.1. Els Equips estaran formats per un màxim de 4 gimnastes (en categoria Sub-14 poden ser mixtos). Hi hauran de participar un mínim 2 Equips per categoria per realitzar la competició.

4.7.2. La categoria **sub14**, es formarà amb gimnastes de la categoria Aleví, Infantil i Juvenil del primer any i la categoria **Absoluta**, es formarà amb gimnastes de la categoria Juvenil del segon any, Junior i Sènior.
Els equips podran ser mixtos, menys la categoria absoluta a TRA, que serà masculina i femenina.

4.7.3. A TRA, no es tindrà en compte la dificultat dels exercicis de la primera rutina, que si comptaran per a la classificació individual.

4.7.4. Les notes d'equip s'obtindran per la classificació individual de la fase prèvia. La puntuació total se obtindrà de la suma de les tres millors notes de cada equip en cada rutina/passada.

4.7.5. En el cas de gimnastes de categories inferiors de Túmbling, que participin en equip i que el seu exercici no arribi a la mateixa quantitat d'elements que la resta de categories, les seves notes seran sotmeses a una ponderació per obtenir la puntuació d'equip. Per passades completes amb 5 elements, el total de deduccions es multiplicarà per 1,2.

4.7.6. Repartiment de premis: guanyaran els tres millors equips de cada categoria i aparell, amb la puntuació més alta, segons punt 4.7.4.
S'aplicarà la fórmula de desempat.

4.8. COMPETICIÓ DE SINCRONISME

Hi hauran de participar un mínim de 3 parelles per categoria i poden ser mixtes.
Hi haurà premis per les tres primeres parelles a cada categoria.

4.9. DESEMPATS

4.9.1. Classificació Individual (fase classificatòria)

La Classificació individual s'estableix per la suma de les notes finals del primera i segona rutina o passada.

En cas d'empat en qualsevol lloc, es procedirà de la següent forma.

1. El gimnasta amb la nota més alta final de la segona rutina o passada (Execució + dificultat).
2. Nota més alta d'execució de la segona rutina o passada.
3. Suma de les notes d'execució de tots els jutges de la segona rutina o passada.
4. Es va traient les notes més baixes d'execució de cada jutge de la segona rutina o passada.
5. Si continua l'empat, procedir de la mateixa manera per a les notes de la primera rutina o passada.

Esquema d'exemple

INDIVIDUAL									Exemple											
clas	gimnasta	club	1a passada						subtotal	2a passada						subtotal	TOTAL			
			J1	J2	J3	J4	J5	exec	dif.		J1	J2	J3	J4	J5	exec	dif.			
			8,00	7,50	7,80	7,90	7,80	23,5	2,100	25,600	7,90	7,80	7,90	7,70	7,50	23,4	1,500		24,900	50,500

Diagrama d'empat: Una línia horitzontal connecta els subtotals de la 1a i 2a passada (25,600 i 24,900). Una fletxa vermella (5) apunta a la 1a passada. Una fletxa groga (4) apunta a la 2a passada. Una fletxa verda (2) apunta a la columna 'exec' de la 2a passada. Una fletxa blava (1) apunta a la columna 'subtotal' de la 2a passada. Una fletxa groga (3) apunta a la columna 'J5' de la 2a passada.

4.9.2. Classificació per equips (fase classificatòria)

La Classificació per equips s'estableix per la suma de les tres notes més altes obtingudes pels membres de l'equip de la primera rutina o passada i la suma de les tres notes més altes de la segona rutina o passada.

En cas d'empat en qualsevol lloc, es procedirà de la següent forma.

1. L'equip amb la suma de les tres notes més altes de la segona rutina o passada.
2. L'equip amb la suma de les dues notes més altes de la segona rutina o passada.
3. L'equip amb la nota més alta de la segona rutina o passada.
4. Si continua l'empat, procedir de la mateixa manera per a les notes de la primera rutina o passada.

Esquema d'exemple

EQUIPS				Exemple	
clas	gimnasta	club	1a passada	2a passada	
			30,50	30,00	<p>Diagrama d'empat: Una línia horitzontal connecta les sumes de les tres notes més altes de la 1a i 2a passada (30,50 i 28,50). Una fletxa groga (3) apunta a la 1a passada. Una fletxa verda (2) apunta a la 2a passada. Una fletxa blava (1) apunta a la columna '2a passada'.</p>
			30,00	29,50	
			29,50	29,00	
			29,00	28,50	

4.10. Reclamacions

No s'admetran reclamacions sobre les puntuacions que atorguen els jutges, només s'admetran reclamacions per error de transcripció o suma. Les reclamacions es realitzaran per mitjà d'un escrit dirigit al Comitè de Competició, abans que comenci els escalfaments de l'última rotació i si el motiu de la reclamació es produeix a l'última rotació, la reclamació es lliurarà abans del lliurament de trofeus. El Comitè de Competició, resoldrà en la major brevetat possible i dins de la Fase on es produeixi la reclamació, si la decisió és favorable, es procedirà a la rectificació .

4.11. Reglamentació

Serà d'aplicació allò que figura en la descripció tècnica de les categories, de les normes específiques de cada modalitat gimnàstica, del codi de puntuació i del reglament tècnic de la FIG i la Normativa General de Competicions de la FCG.

4.12. Comitè de Competició (comissió de seguretat i disciplina)

El Comitè de Competició és l'encarregat de fer que es compleixin les normes establertes per a la competició, així com velar pel correcte desenvolupament de les proves. Resoldrà sobre possibles interpretacions de les Normatives Tècniques i actuar segons Normativa General de Competicions de la FCG (Títol setè).

Aquest comitè es constituirà abans d'iniciar cada competició.

4.13. Material

Els/les gimnastes, els entrenadors/res i els/les delegats/des de les entitats inscrites, es comprometen a utilitzar el material que l'organització posi a la seva disposició per a la competició, sense alterar l'ordre de col·locació a la sala i que serà supervisat pel responsable de la competició o per delegació, d'un membre del Comitè Tècnic.

4.14. Jurat

Els exercicis seran puntuats per un jurat proposat pel Vocal de la disciplina del Comitè de Jutges/ses de la Federació Catalana de Gimnàstica.

El jurat portarà vestimenta i calçat apropiat d'acord amb l'estipulat a la Normativa General de Jutges/ses de la FCG.

TÍTOL SEGON: DISPOSICIONS TÈCNIQUES

5. CATEGORIES I EDATS

INDIVIDUALS

ALEVÍ	Fins a 10 anys (nascuts fins el 2011).
INFANTIL	11 i 12 anys (nascuts en el 2010 i 2009).
JUVENIL	13 i 14 anys (nascuts en el 2008 i 2007).
JUNIOR	15 i 16 anys (nascuts en el 2006 i 2005).
SÈNIOR	17 anys i majors (nascuts en el 2004 i anteriors).
OPEN MT	Juvenil, Junior i Sènior.

EQUIPS I SINCRONISME

- SUB-14 13 anys o menys (nascuts en 2008 o posteriors).
ABSOLUTA 14 anys o més (nascuts en 2007 i anteriors).

6. REQUERIMENTS CATEGORIES TRAMPOLÍ

6.1. L'exercici OBLIGATORI

Constarà de 10 elements diferents.

Es realitzaran els requeriments que es demanen a cada categoria i no podran ser combinades entre si per formar un únic element.

El exercici quedarà inscrit en la targeta de competició i marcant els elements exigits, amb un asterisc i en el lloc destinat a tal efecte.

6.2. Requeriments de l'exercici obligatori

CATEGORIA SENIOR:

A més del que s'ha exposat en les normes generals:

- Els 10 elements diferents, tindran rotació com a mínim de 270º sobre l'eix transversal.
- Quatre elements podran tenir dificultat (marcar amb asterisc) i no es podran repetir en l'exercici lliure, en cas contrari no es tindrà en compte la dificultat.
- La dificultat dels 4 elements se sumarà a la nota d'execució.

CATEGORIA JUNIOR:

A més del que s'ha exposat en les normes generals:

- Dels 10 elements diferents, 9 tindran rotació com a mínim de 270º sobre el eix transversal.
- Un element haurà d'acabar de pit o esquena.
- Un element de sortida de pit o esquena amb combinació amb l'element anterior.
- Un element de com a mínim 540º de gir.
- Un doble mortal endavant o enrere (720º), amb o sense gir sobre l'eix longitudinal.

CATEGORIA JUVENIL:

A més del que s'ha exposat en les normes generals:

- Dels 10 elements diferents, 1 podrà ser sense rotació transversal.
- Un element haurà d'acabar de pit o esquena.
- Un element de sortida de pit o esquena amb combinació amb l'element anterior
- Un Mortal enrere planxat (/)
- Un Barani planxat (/)

CATEGORIA INFANTIL:

A més del que s'ha exposat en les normes generals:

- Dels 10 elements diferents, 2 podran ser sense rotació transversal.
- Un element haurà d'acabar de pit o esquena.
- Un element de sortida de pit o esquena.
- Un Mortal enrere lliure.
- Un Barani lliure.

7. REQUERIMENTS CATEGORIES DOBLE MINITRAMP

7.1. Les passades en Doble MiniTramp són lliures.

7.2. Només es permetrà realitzar un element sense rotació transversal en cada passada.

7.3. Si es realitzen els dos elements sense rotació transversal, la nota de la passada, serà 0 punts.

7.4. Segons les competicions, els exercicis constaran de:

- Campionat de Clubs: - Dues passades diferents en la preliminar i una en la final, que es podrà repetir.
- Individual, categoria Aleví: - Dues passades diferents. No hi ha Final.
- Individual, resta de categories: - Quatre passades diferents (dues en la preliminar i dues en la final que no es podran repetir respecte a les preliminars).

8. REQUERIMENTS CATEGORIES TÚMBLING

8.1. Els exercicis quedaran inscrits en la targeta de competició i marcant els elements exigits, amb un asterisc i en el lloc destinat a tal efecte.

8.2. Requeriments de les passades

CATEGORIA SENIOR:

Tres passades de 8 elements (2 en la Semifinal i 1 en la Final)

- ❖ Primera passada:
 - Mínim dos mortals. Un d'ells serà l'últim element.
 - Cap element podrà tenir més de 180° de gir sobre l'eix longitudinal.
- ❖ Segona passada:
 - Mínim dos mortals; amb 360° de gir sobre l'eix longitudinal.
 - La passada haurà d'acabar mínim en mortal amb 360° de gir.
- ❖ Final:
 - Passada amb 2 mortals mínim. Un d'ells serà l'últim element.
 - L'exercici es podrà repetir respecte a la fase classificatòria.

CATEGORIA JUNIOR:

Tres passades de 8 elements (2 en la Semifinal i 1 en la Final)

- ❖ Primera passada:
 - Mínim un mortal. Que serà l'últim element.
 - Cap element podrà tenir més de 180° de gir sobre l'eix longitudinal.
- ❖ Segona passada:
 - Mínim dos mortals; amb 360° de gir sobre l'eix longitudinal.
- ❖ Final:
 - Passada amb 2 mortals mínim. Un d'ells serà l'últim element.
 - L'exercici es podrà repetir respecte a la fase classificatòria.

CATEGORIA JUVENIL:

Tres passades de 8 elements (2 en la Semifinal i 1 en la Final)

- ❖ Primera passada:
 - Mínim un mortal, que serà l'últim element.
- ❖ Segona passada:
 - Aquesta passada no podrà ser igual a la primera.
 - La passada haurà d'acabar en mortal.
- ❖ Final:
 - Passada amb 1 mortal mínim i haurà d'acabar en mortal.
 - L'exercici es podrà repetir respecte a la fase classificatòria.

CATEGORIA INFANTIL:

Tres passades de 6 elements (2 en la Semifinal i 1 en la Final)

- ❖ Primera passada:
 - Mínim un mortal i haurà d'acabar en mortal.
- ❖ Segona passada:
 - Aquesta passada no podrà ser igual a la primera.
 - La passada haurà d'acabar en mortal.
- ❖ Final:
 - Passada amb 1 mortal mínim i haurà d'acabar en mortal.
 - L'exercici es podrà repetir respecte a la fase classificatòria.

9. REQUERIMENTS CATEGORIES MINITRAMP

9.1. En categories Aleví i Infantil, dues passades lliures i diferents, com a mínim una d'elles serà amb 360° de rotació transversal.

9.2. En OPEN, dues passades lliures i diferents amb 360° mínim de rotació transversal.

9.3. No podran participar gimnastes que estiguin o hi hagin estat al pla d'Alt Rendiment.

10. PROGRAMA TÈCNIC

TRAMPOLÍ

- Competició individual, per equips i parelles.
- Cada categoria individual realitzarà la seva rutina obligatòria (segons els requeriments de la seva categoria) + una rutina Lliure.
- A sincronisme, es realitzaran dos rutines lliures.
- Totes les rutines hauran d'estar inscrites en la targeta de competició.
- En la categoria ALEVÍ, es realitzaran dos rutines lliures amb una dificultat mínima de 1,5 punts, es penalitzarà amb 0,2 punts per dècima que falti per arribar a la mínima dificultat.
- La rutina de la categoria ALEVÍ, es podrà repetir en les dues passades.

DOBLE MINI-TRAMP

- Competició individual i per equips.
- Dues passades en la preliminar i dues passades en la final (menys en la categoria ALEVI que no hi haurà final).
- Totes les passades hauran d'estar inscrites en la targeta de competició.
- No es podrà repetir el mateix element en la mateixa posició i en el mateix lloc del aparell.
- No realitzar els requeriments, es penalitzarà amb 0,50 punts per el jutge de dificultat.
- En ALEVÍ, només un element en cada passada podrà no tenir dificultat, si no és així, la passada serà 0 punts.

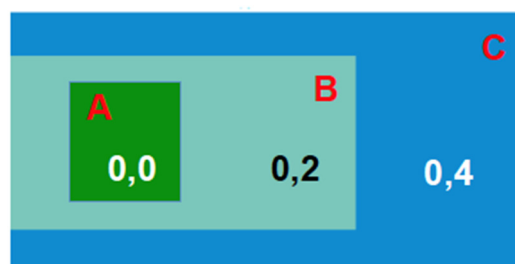
TUMBLING

- Competició individual i per equips.
- Cada categoria, es regirà segons els seus requeriments.
- Totes les passades hauran d'estar inscrites en la targeta de competició.
- La categoria ALEVÍ, realitzarà dues passades de 5 elements amb les següents exigències:
 - ❖ Primera passada:
 - Dos Flic-flac.
 - Només es permet un element sense rotació sobre l'eix transversal.
 - ❖ Segona passada:
 - Es podrà repetir la primera passada.

MINI-TRAMP

- Competició individual.
- Segons els requeriments de la seva categoria.
- Totes les passades hauran d'estar inscrites en la targeta de competició.

Deduccions en el matalàs de caiguda del MT.



11. APARELLS DE COMPETICIÓ.

Es competirà en aparells homologats per la F.C.G.

Nota: Veure apartat 13 sobre els requeriments de les matalassos de recepció.

12. PROTOCOL DE COMPETICIÓ

[Veure Normativa Especial COVID-19](#)

13. REQUERIMENTS dels Matalassos de recepció (mesures de les zones)

