



GIMNASIA TRAMPOLÍN

NORMATIVA TÉCNICA 2021

rfeg

real federación española de gimnasia

1. GENERALIDADES

Todos los participantes deberán ajustarse al Reglamento General de Competición y al Reglamento de Licencias de la RFEG en vigor.

En caso de discrepancia entre lo establecido en esta Normativa Técnica y el Reglamento General de Competición, prevalecerá lo establecido en el Reglamento General de Competición vigente.

En aquellos casos no contemplados en esta Normativa Técnica, se aplicará lo estipulado en el código de puntuación de Trampolín de la Federación Internacional de Gimnasia (FIG).

No se permite el uso de la equipación oficial del Equipo Nacional de la RFEG en ninguna competición por equipos. Ningún club o federación autonómica podrá utilizar vestimenta empleada previamente por la selección nacional. En caso de violación de esta norma, el Juez Árbitro informará al Comité de Competición nombrado por la RFEG, quien se encargará de advertir a la persona responsable del equipo infractor para que se ajuste a la normativa. En caso de que el incumplimiento persista, el Comité de Competición, previo acuerdo con el Juez Árbitro de la competición, podrá descalificar al equipo.

De forma similar, también se recomienda no utilizar la equipación oficial de la RFEG en las competiciones individuales.

Está totalmente prohibido permanecer en la pista de competición con el torso desnudo tanto durante los entrenamientos como durante la competición. El incumplimiento de esta norma puede acarrear la expulsión del gimnasta de la competición, previa advertencia por parte de cualquier miembro del Comité de Competición al gimnasta o a su técnico/a responsable.

Todas/os las/os gimnastas participarán en la categoría que les corresponda en función de su año de nacimiento. No está permitido, por lo tanto, competir en ninguna categoría superior, ni en competición individual ni por equipos.

En el caso de participación de gimnastas extranjeros/as se aplicará lo establecido por el Reglamento General de competiciones de la RFEG (art. 51).

En las ceremonias de entregas de medallas, todas/os las/os gimnastas, deberán desfilan con el chándal del club al que pertenecen. El incumplimiento de esta norma puede acarrear la descalificación de las/os gimnastas implicadas/os.

El proceso de acreditación de los campeonatos organizados por la RFEG se realizará exclusivamente el día de los calentamientos/entrenamientos. La recogida de acreditaciones se completará **siempre con anterioridad al comienzo del tiempo de calentamiento** de cada federación territorial. **No se entregarán acreditaciones más tarde** ni durante el tiempo de entrenamiento de la comunidad, aunque sean el último club en entrenar.

Las acreditaciones para las competiciones de niveles de base no se entregarán el mismo día que las acreditaciones para las competiciones de niveles de elite.

Por motivos de seguridad, todos los/as gimnastas deberán estar siempre supervisados por un técnico N3 o tutelado, sea cual sea su categoría o experiencia y en cualquiera de las zonas de competición o calentamiento.

1. APARATOS DE COMPETICIÓN

Se competirá en aparatos homologados, por la FIG o por la RFEG.

El Comité Organizador de cada competición deberá informar a la RFEG sobre los aparatos en los que se disputará la competición con, al menos, dos meses de antelación al inicio del campeonato. La RFEG se encargará de aprobar esta propuesta y de darla a conocer al resto de Federaciones Territorial.

NIVELES TÉCNICOS y CATEGORÍAS

1.1 Competiciones individuales

- | | | |
|----------------|---------------|------------------------------|
| - NIVEL BASE 1 | 7-10 años | Nacidos en 2014-2011 |
| - NIVEL BASE 2 | 11-14 años | Nacidos en 2010-2007 |
| - NIVEL BASE 3 | 15 años y más | Nacidos en 2006 y anteriores |

- | | | |
|-----------------|-----------------------|------------------------------|
| - NIVEL ÉLITE 4 | 8-10 años | Nacidos en 2013-2011 |
| - NIVEL ÉLITE 5 | 11-12 años | Nacidos en 2010-2009 |
| - NIVEL ÉLITE 6 | 13-14 años | Nacidos en 2008-2007 |
| - NIVEL ÉLITE 7 | 15-16 años | Nacidos en 2006-2005 |
| - NIVEL ÉLITE 8 | 17-21 años | Nacidos en 2004-2000 |
| - NIVEL ÉLITE 9 | Sénior: 17 años y más | Nacidos en 2004 y anteriores |

No se permite la participación de gimnastas menores de 8 años en los niveles de ÉLITE, así como de gimnastas menores de 7 años en los niveles de base.

No está permitido competir en ninguna categoría superior a la correspondiente a la fecha de nacimiento de cada gimnasta, ni en competición individual ni por equipos. Sin embargo, se podrá participar en un Nivel Base, en un aparato y Nivel ÉLITE en otro, si cumple los requisitos de edad (por ejemplo, participar en nivel 3 en Trampolín y nivel 8 en DMT).

Todas/os aquellas/os gimnastas que hayan participado en competiciones oficiales FIG en una modalidad (Trampolín individual, por ejemplo), no podrán competir en N1, N2 o N3 en otros aparatos (DMT, por ejemplo).

Tras haber participado en N4 o niveles superiores en un Campeonato de España, no se permitirá participar en ese mismo aparato en los tres niveles de base en ediciones posteriores del Campeonato de España, con la excepción de aquellos años en los que un gimnasta cambie de categoría en función de su año de nacimiento.

1.2 Competiciones por equipos

- | | | |
|-------------------------|---------------|------------------------------|
| - NIVEL BASE | 7 años y más | Nacidos en 2014 y anteriores |
| - NIVEL 1 ÉLITE EQUIPOS | 8-14 años | Nacidos en 2013-2007 |
| - NIVEL 2 ÉLITE EQUIPOS | 15 años y más | Nacidos en 2006 y anteriores |

Cada federación autonómica podrá inscribir cuantas/os gimnastas, parejas y equipos considere con nivel técnico adecuado.

2. DISTRIBUCIÓN DE LAS COMPETICIONES

COMPETICIÓN 1	Cto. de España Individual y de Clubes
COMPETICIÓN 2	2A. Copa de España 2B. Cto. de España de Selecciones Autonómicas

Tras el acuerdo alcanzado por la Junta Directiva de la RFEG en su reunión del 1 de septiembre de 2012, y al tratarse la gimnasia en Trampolín de una disciplina olímpica, la competición 2 se celebrará siempre que, algún club o alguna federación territorial, asuman los costes de organización y firme el correspondiente contrato con la RFEG.

3. JURADO DE LAS COMPETICIONES

Cada Federación Territorial podrá inscribir tantas/os juezas/ces como especialidades en las que participe, estableciéndose un máximo de 3 juezas/ces por federación.

El mínimo de juezas/ces inscritas/os vendrá determinado por el número total de gimnastas inscritas/os en la competición, fijándose los siguientes criterios:

- 1-5 gimnastas: 1 juez/-a
- 6-14 gimnastas: 2 juezas/ces
- Más de 15 gimnastas: 3 juezas/ces

Aquellas federaciones territoriales que no inscriban el mínimo de jueces establecido deberán asumir íntegramente los gastos de desplazamiento, de alojamiento, de manutención y los honorarios de un juez RFEG.

En las competiciones organizadas por la RFEG, se designará a un juez responsable del control del tiempo disponible para los pases de calentamiento en cada modalidad. Dicho juez velará por el cumplimiento de los 30 segundos de prueba de aparato en Trampolín y Sincro, e intentará agilizar los dos pases de calentamiento en DMT y Tumbling.

1. NIVELES TÉCNICOS Y CATEGORÍAS

COMPETICIÓN INDIVIDUAL: **TRAMPOLÍN**

• NIVEL BASE 1	7-10 años	Nacidos en 2014-2011
• NIVEL BASE 2	11-14 años	Nacidos en 2010-2007
• NIVEL BASE 3	15 años y más	Nacidos en 2006 y anteriores
• NIVEL ÉLITE 4	Alevín: 8-10 años	Nacidos en 2013-2011
• NIVEL ÉLITE 5	Infantil: 11-12 años	Nacidos en 2010-2009
• NIVEL ÉLITE 6	Juvenil: 13-14 años	Nacidos en 2008-2007

- NIVEL ÉLITE 7 Júnior: 15-16 años Nacidos en 2006-2005
- NIVEL ÉLITE 8 Sénior B: 17-21 años Nacidos en 2004-2000
- NIVEL ÉLITE 9 Sénior: 17 años y más Nacidos en 2004 y anteriores

En los tres niveles técnicos de base se participará en modalidad masculina y femenina, siempre que se inscriban en la competición, al menos, 10 gimnastas femeninos y 10 gimnastas masculinos. En caso de no superar ambos umbrales, la clasificación será únicamente mixta. En los seis niveles técnicos de ÉLITE se participará tanto en modalidad femenina como masculina.

COMPETICIÓN INDIVIDUAL: DMT

- NIVEL BASE 1 7-10 años Nacidos en 2014-2011
- NIVEL BASE 2 11-14 años Nacidos en 2010-2007
- NIVEL BASE 3 15 años y más Nacidos en 2006 y anteriores
- NIVEL ÉLITE 4 Alevín: 8-10 años Nacidos en 2013-2011
- NIVEL ÉLITE 5 Infantil: 11-12 años Nacidos en 2010-2009
- NIVEL ÉLITE 6 Juvenil: 13-14 años Nacidos en 2008-2007
- NIVEL ÉLITE 7 JÚNIOR: 15-16 años Nacidos en 2006-2005
- NIVEL ÉLITE 8 Sénior B: 17-21 años Nacidos en 2004-2000
- NIVEL ÉLITE 9 Sénior: 17 años y más Nacidos en 2004 y anteriores

En los tres niveles técnicos de base se participará en modalidad masculina y femenina, siempre que se inscriban en la competición, al menos, 10 gimnastas femeninos y 10 gimnastas masculinos. En caso de no superar ambos umbrales, la clasificación será ÚNICAMENTE mixta. En los seis niveles técnicos de ÉLITE se participará en modalidad femenina y masculina.

COMPETICIÓN INDIVIDUAL: TUMBLING

- NIVEL BASE 1 7-10 años Nacidos en 2014-2011
- NIVEL BASE 2 11-14 años Nacidos en 2010-2007
- NIVEL BASE 3 15 años y más Nacidos en 2006 y anteriores
- NIVEL ÉLITE 4 Alevín: 8-10 años Nacidos en 2013-2011
- NIVEL ÉLITE 5 Infantil: 11-12 años Nacidos en 2010-2009
- NIVEL ÉLITE 6 Juvenil: 13-14 años Nacidos en 2008-2007

- | | | |
|-----------------|-----------------------|------------------------------|
| • NIVEL ÉLITE 7 | JÚNIOR: 15-16 años | Nacidos en 2006-2005 |
| • NIVEL ÉLITE 8 | Senior B: 17-21 años | Nacidos en 2004-2000 |
| • NIVEL ÉLITE 9 | Senior: 17 años y más | Nacidos en 2004 y anteriores |

En los tres niveles técnicos de base se participará en modalidad masculina y femenina, siempre que se inscriban en la competición, al menos, 10 gimnastas femeninos y 10 gimnastas masculinos. En caso de no superar ambos umbrales, la clasificación será únicamente mixta. En los seis niveles técnicos de ÉLITE se participará en modalidad femenina y masculina.

COMPETICIÓN DE CLUBES: **TRAMPOLÍN, DMT y TUMBLING**

- | | | |
|-------------------------|---------------|------------------------------|
| • NIVEL BASE EQUIPOS | 7 años y más | Nacidos en 2014 y anteriores |
| • NIVEL 1 ÉLITE EQUIPOS | 8-14 años | Nacidos en 2013-2007 |
| • NIVEL 2 ÉLITE EQUIPOS | 15 años y más | Nacidos en 2006 y anteriores |

SINCRONISMO

- | | | |
|------------------------|---------------|------------------------------|
| • NIVEL 1 ÉLITE SINCRO | 8-14 años | Nacidos en 2013-2007 |
| • NIVEL 2 ÉLITE SINCRO | 15 años y más | Nacidos en 2006 y anteriores |

2 MODALIDADES

- MASCULINA
- FEMENINA
- MIXTA (Niveles base, si no cuentan con 10 participantes por modalidad, y competiciones en sincronismo)

3. DESARROLLO DEL CAMPEONATO

3.1. Estructura de la competición

3.1.1. Todas las competiciones, en sus diversas categorías y modalidades, estarán compuestas por:

- **Fase preliminar única** en todas las categorías de nivel base, en la que las/os gimnastas realizarán dos pases según las normas del programa técnico de cada categoría, a partir de los que se determinará la clasificación final.
- **Fase preliminar clasificatoria** en todas las categorías de nivel ÉLITE, en la que las/os gimnastas realizarán dos pases SEGÚN las normas del programa técnico de cada categoría, excepto en Sincronismo N1, a partir de los que se determinará qué gimnastas accederán a la fase final.
- **Fase final** en todas las categorías de nivel ÉLITE, compuesta por:
 - Un pase libre en las competiciones individuales de Trampolín y en las competiciones mixtas de Sincronismo, y en aquellos niveles de Tumbling que sigan las normas WAGC.
 - Dos pases libres en competiciones individuales de Doble Minitramp y Tumbling.
 - Un pase libre en todas las competiciones por equipos

3.1.2. No se disputará competición de Sincronismo en N1, N2 y N3.

3.1.3. La estructura de la competición en niveles base se resume en el siguiente cuadro:

Nivel técnico	Edades	INDIVIDUAL				CLUBES		
		Trampolín	Sincro	DMT	TUM	Trampolín	DMT	TUM
Nivel BASE 1	7-10	X	NO	X	X	X	X	X
Nivel BASE 2	11-14	X	NO	X	X			
Nivel BASE 3	15 y más	X	NO	X	X			
Niveles		3	0	3	3	1	1	1
Modalidades		1-2	0	1-2	1-2	1	1	1
Niveles * Modalidades		3-6	0	3-6	3-6	1	1	1
TOTAL de títulos a distribuir BASE		11-20				3		

3.1.4. La estructura de la competición en niveles élite se resume en el siguiente cuadro:

Nivel técnico	Edades	INDIVIDUAL				CLUBES		
		Trampolín	Sincro	DMT	TUM	Trampolín	DMT	TUM
Nivel ÉLITE 4	8-10	X	X	X	X	X	X	X
Nivel ÉLITE 5	11-12	X		X	X			
Nivel ÉLITE 6	13-14	X		X	X			
Nivel ÉLITE 7	15-16	X	X	X	X	X	X	X
Nivel ÉLITE 8	17-18	X		X	X			
Nivel ÉLITE 9	17 y más	X		X	X			
Niveles		6	2	5	5	2	2	2
Modalidades		2	1	2	2	2	2	2
Niveles * Modalidades		12	2	10	10	4	4	4
TOTAL de títulos a distribuir ÉLITE		36				12		

3.2. Composición de los equipos

3.2.1. En el nivel base, donde no se disputan finales, la clasificación por equipos vendrá determinada por la suma de los tres mejores primeros pases y de los tres mejores segundos pases obtenidos por los gimnastas de cada club en la fase preliminar (ya no será necesario especificar qué gimnastas conforman el equipo), con el límite numérico de gimnastas extranjeros establecidos en el art. 23 del Reglamento General de Competiciones de la RFEG (no superior al 50%).

3.2.2. En los niveles de elite, la clasificación por equipos de la fase preliminar vendrá determinada por la suma de los tres mejores primeros pases y de los tres mejores segundos pases obtenidos por los gimnastas de cada club en la fase preliminar (ya no será necesario especificar qué gimnastas conforman el equipo), con el límite numérico de gimnastas extranjeros establecidos en el art. 23 del Reglamento General de Competiciones de la RFEG (no superior al 50%).

3.2.3. Los cinco mejores equipos participarán en la final por equipos en los niveles de elite siendo el criterio del Técnico el que predomine en la selección de los tres gimnastas que participen en la final.

324. Los equipos que compitan en categoría absoluta estarán compuestos exclusivamente por gimnastas que participen en las categorías 15-16 años y 17 años y más.

325. Los equipos que compitan en categoría 8-14 años estarán compuestos exclusivamente por gimnastas que participen en las categorías 8-10 años, 11-12 años y 13- 14 años.

326. Si participan menos de 3 clubes, no habrá entrega de trofeos.

327. Para la entrega de trofeos se podrá elegir entre cualquiera de estas dos opciones para subir al pódium:

- A. Un gimnasta o Técnico de dicho club a libre elección
- B. En los niveles de base, las/os gimnastas que hayan conseguido sumar sus notas en esta clasificación, y en los niveles de élite, las/os tres gimnastas que hayan participado en la fase final.

3.3. Procedimiento de la competición

33.1. El orden de participación en todas las fases preliminares se obtendrá mediante un sorteo realizado por la RFEG, cuyos resultados serán comunicados a todos los clubes y federaciones territoriales participantes una semana después del cierre de la inscripción.

33.2. En la competición de Tumbling, la puntuación de las/os gimnastas que compitan en el Nivel ÉLITE 4 (categoría 8- 10 años) será sometida a una ponderación para obtener la puntuación total del equipo, con el fin de evitar el efecto que tiene el diferente número de elementos de cada ejercicio en la puntuación del equipo. Así, en aquellos pases completos, el total de las deducciones será multiplicado por 2, para deducir posteriormente el valor obtenido de la nota máxima, tal como muestra el siguiente ejemplo:

CATEGORÍA	Elemento	Deducción	Nota	Ponderación	Nota
8-10 años	4	1,4	8,6	Multiplicar por 2	7,2

3.3.3. En la competición de Trampolín, la puntuación de las/os gimnastas que compitan en los NIVELES ÉLITE 9 y ÉLITE 8 (categoría sénior), solamente será tomada en consideración de forma íntegra para la competición individual. Por lo tanto, el valor de dificultad de los elementos del primer ejercicio, marcados con un asterisco en la tarjeta de competición, formará parte de la puntuación de cada gimnasta individual en N9 y N8, pero NO se incluirá en el cálculo de la nota del equipo al que pertenezca.

3.3.4. La puntuación obtenida en la fase preliminar servirá para la obtención de las/os finalistas de la competición individual y por equipos

3.3.5. En la competición individual (niveles élite), accederán a la final:

- Las 8 mejores notas, siempre que haya, al menos, 10 gimnastas en la fase preliminar.
- Si hay 9, 8 o 7 gimnastas en la fase preliminar, las/os gimnastas con las 5 mejores notas.
- Si hay 6 gimnastas o menos, la clasificación final será la obtenida en la fase preliminar.
- La cantidad de participantes en la final vendrá determinada por la cantidad de gimnastas que compitan en la fase preliminar, y no por la cantidad de gimnastas inscritos/as.

3.3.6. En la competición por equipos (niveles élite), accederán a la final:

- Las 5 mejores notas, siempre que haya, al menos, 7 equipos en la fase preliminar.
- Si hay 5 o 6 equipos en la fase preliminar, los gimnastas con las 4 mejores notas.
- Si hay 4 equipos o menos, la clasificación final será la obtenida en la fase preliminar.
-

3.3.7. Todos/as los/as gimnastas y equipos que participen en una final partirán de cero puntos.

3.3.8. El orden de participación en todas las finales se obtendrá a partir de los resultados de la fase preliminar, iniciando la competición aquella persona, pareja o equipo con menor puntuación en la fase preliminar.

4. PROGRAMA TÉCNICO

El contenido de los ejercicios corresponderá con el programa técnico de cada una de las categorías y de cada una de las especialidades. Cada elemento que cumpla el requerimiento tiene que estar marcado con un asterisco (*) en la tarjeta de competición.

La competición consistirá en una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL BASE 1 – Categoría 7-10 años

El primer pase de la fase preliminar, que deberá estar compuesto por diez elementos diferentes, deberás incluir entre ellos los siguientes:

- Un elemento con caída de pecho o con caída de espalda.
- Un elemento con caída de sentado.
- Un elemento con rotación longitudinal y sin rotación transversal, con salida y aterrizaje sobre los pies (medio giro (-1), giro completo (-2) y sin aterrizaje en caída de sentado.
- Un elemento con 360° de rotación transversal.

La dificultad de segundo ejercicio no podrá ser superior a 1'6 puntos. En caso de superar este límite, la dificultad que se introducirá en la puntuación del ejercicio será de 1'6 puntos.

En esta categoría no se tomará en consideración el tiempo de vuelo de las/os gimnastas de cara a su puntuación final.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL BASE 2 – Categoría 11-14 años

La competición consistirá en una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos.

El primer pase de la fase preliminar, que deberá estar compuesto por diez elementos diferentes, deberás incluir entre ellos los siguientes:

- Un elemento con caída de pecho.
- Un elemento con caída a espalda.
- Un elemento con 360° de rotación transversal y sin rotación longitudinal.
- Un elemento con 360° de rotación transversal y 180° de rotación longitudinal.

La dificultad de segundo ejercicio no podrá ser superior a 4'0 puntos. En caso de superar este límite, la dificultad que se introducirá en la puntuación del ejercicio será de 4'0 puntos.

En esta categoría no se tomará en consideración el tiempo de vuelo de las/os gimnastas de cara a su puntuación final.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL BASE 3 – Categoría 15 años y más

La competición consistirá en una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos.

El primer pase de la fase preliminar, que deberá estar compuesto por diez elementos diferentes, deberá incluir entre ellos los siguientes:

- Un $\frac{3}{4}$ hacia adelante o hacia atrás.
- Un salto mortal hacia atrás (4-).
- Un salto mortal hacia adelante con medio giro (41).

La dificultad de segundo ejercicio no podrá ser superior a 8'0 puntos. En caso de superar este límite, la dificultad que se introducirá en la puntuación del ejercicio será de 8'0 puntos.

En esta categoría no se tomará en consideración el tiempo de vuelo de las/os gimnastas de cara a su puntuación final.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 4 – Categoría 8-10 años (ALEVÍN)

La competición consistirá en una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos, y de un pase libre en la fase final.

El primer pase de la fase preliminar, que estará compuesto por diez elementos diferentes, deberá incluir los siguientes elementos:

- Tres (3) elementos tendrán, al menos, 360° de rotación transversal
- Un (1) elemento con caída de pecho o de espalda
- Un (1) elemento con salida desde pecho o desde espalda
- Carpa abierta o Carpa cerrada

El segundo pase de la fase preliminar será libre, con una dificultad mínima de 1'6 puntos; de lo contrario, cada juez de ejecución deducirá 0'5 puntos por cada décima que falte hasta llegar a los 1'6 puntos exigidos.

El pase de la fase final será libre, con una dificultad mínima de 1'6 puntos; de lo contrario, cada juez de ejecución deducirá 0'5 puntos por cada décima que falte hasta llegar a los 1'6 puntos exigidos.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 5 – Categoría 11-12 AÑOS (INFANTIL)

La competición se compondrá de una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos, y de un pase libre en la fase final.

El primer ejercicio en la fase preliminar consiste en 10 (diez) elementos diferentes, permitiéndose que solamente 3 (tres) de ellos tengan menos de 270° de rotación transversal. Cada elemento que cumpla el requerimiento tiene que estar marcado con un asterisco (*) en la tarjeta de competición.

1. Un (1) elemento con aterrizaje sobre el pecho.
2. Un (1) elemento con aterrizaje sobre la espalda.
3. Un elemento con 360° de rotación y, al menos, 360° de giro.

El segundo pase de la fase preliminar y el pase en la fase final serán libres.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 6 – Categoría 13-14 AÑOS (JUVENIL)

La competición se compondrá de una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos, y de un pase libre en la fase final.

El primer ejercicio en la fase preliminar consiste en 10 (diez) elementos diferentes, permitiéndose que solamente 1 (uno) de ellos tenga menos de 270° de rotación transversal. Cada elemento que cumpla el requerimiento tiene que estar marcado con un asterisco (*) en la tarjeta de competición. Estos requerimientos no se pueden cumplir combinándolos en un único elemento, sino que tiene que ser realizados como elementos separados.

1. Un elemento que aterrice sobre el pecho o la espalda.
2. Un elemento desde pecho/espalda en combinación con el requerimiento anterior.
3. Un doble mortal adelante o atrás con o sin giro.
4. Un elemento con, al menos, 360° de rotación y, al menos, 540° de giro.

El segundo pase de la fase preliminar y el pase en la fase final serán libres.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 7 – Categoría 15-16 AÑOS (JÚNIOR)

La competición se compondrá de una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos, y de un pase libre en la fase final.

El primer ejercicio en la fase preliminar consiste en 10 (diez) elementos diferentes, permitiéndose que solamente 1 (uno) de ellos tenga menos de 270° de rotación transversal. Cada elemento que cumpla el requerimiento tiene que estar marcado con un asterisco (*) en la tarjeta de competición. Estos requerimientos no se pueden cumplir combinándolos en un único elemento, sino que tiene que ser realizados como elementos separados.

1. Un elemento que aterrice sobre el pecho o la espalda.
2. Un elemento desde pecho/espalda en combinación con el requerimiento anterior.
3. Un doble mortal adelante o atrás con o sin giro.
4. Un elemento con, al menos, 360° de rotación y, al menos, 540° de giro.

El segundo pase de la fase preliminar y el pase en la fase final serán libres.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 8 – Categoría 17-21 AÑOS (SENIOR B)

La competición se compondrá de una fase preliminar, en la que cada gimnasta realizará dos ejercicios completos, y de un pase libre en la fase final.

1. El primer ejercicio en la fase preliminar contendrá diez elementos

- diferentes. Todos ellos de al menos 270° de rotación de mortal.
2. Dos elementos, marcados con un asterisco, tendrán valor de dificultad. La dificultad se añadirá al resto de las notas del primer pase.
 3. Ninguno de estos dos elementos podrá ser repetido en el segundo pase. De ser así, no contará la dificultad.

El segundo pase de la fase preliminar y el pase en la fase final serán libres.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – NIVEL ÉLITE 9 – Categoría 17 y + AÑOS (SÉNIOR)

Código FIG, que establece los siguientes requisitos para el primer ejercicio (FIG A):

- 10 elementos diferentes, todos ellos con un mínimo de 270° de rotación transversal.
- 4 elementos estarán marcados con un asterisco en la tarjeta de competición y tendrán valor de dificultad. La dificultad se añadirá a la puntuación de ejecución para obtener el total del primer ejercicio.
- Ninguno de estos 4 elementos podrá ser repetido en el segundo ejercicio. En caso de repetición, la dificultad del elemento no será contada en el segundo ejercicio.

El segundo pase de la fase preliminar y el pase en la fase final serán libres.

SINCRONISMO – NIVEL 1 (8-14 AÑOS) y NIVEL 2 (ABSOLUTA)

Las parejas podrán estar formadas por dos gimnastas masculinos, dos gimnastas femeninas o un gimnasta masculino y una gimnasta femenina, estableciéndose una clasificación única para todas ellas.

Todas/os las/os gimnastas que compitan en Sincronismo deben haber participado en los niveles de ÉLITE en Trampolín individual (N4 y superiores).

Las parejas participantes en N1 realizarán un ejercicio libre en la ronda preliminar y un ejercicio libre en la ronda final.

Las parejas participantes en N2 seguirán el programa técnico de la categoría correspondiente al/a la gimnasta de mayor edad en la pareja. La tarjeta de competición deberá exponer con claridad cuál es la edad del/de la gimnasta más mayor; de lo contrario, el Juez Árbitro impedirá la participación de la pareja que incumpla esta norma hasta que su técnico solucione el problema.

NINGÚN gimnasta podrá participar con más de una pareja de Sincronismo en una misma competición.

La dificultad del primer ejercicio de todas aquellas parejas que opten por cumplir los requisitos del Nivel ÉLITE 9 (categoría sénior) solamente será tomada en consideración para el ranking RFEG. El valor de dificultad de los elementos del primer ejercicio marcados con un asterisco en la tarjeta de competición no formará, por lo tanto, parte de la puntuación de la pareja en esta competición. De igual modo, se aplicarán los límites de dificultad establecidos para los niveles WAGC (1'8 puntos de D por elemento), registrando para las estadísticas de la RFEG el valor completo del elemento para las parejas que compitan siguiendo el programa técnico de N9.

DMT – NIVELES BASE (1-3)

Todas las categorías seguirán el Código FIG

Se permite la realización de dos elementos sin rotación transversal sin recibir penalización.

Ningún elemento podrá superar los 360° de rotación transversal, excepto en el nivel 3, donde se permitirá la realización de un elemento con 720° de rotación transversal y un máximo de 180° de rotación longitudinal en cada uno de los dos pases.

No se podrán realizar repeticiones de elementos en la misma posición del DMT (entrada, spotter, salida); de lo contrario, la puntuación que recibirá el pase en el que se produzca la repetición será de 0 puntos. Esta norma se aplica, también, a los elementos sin rotación.

DMT – NIVELES ÉLITE (4-9)

Todas las categorías seguirán el Código FIG

Solamente se permitirá realizar un elemento sin rotación transversal en cada pase. Si se realizaran los dos elementos sin rotación transversal, la nota del pase será cero.

TUMBLING – NIVEL BASE 1 – Categoría 7-10 AÑOS

Dos pases en la fase preliminar de 4 elementos cada uno.

El primer pase de la fase preliminar será el siguiente:
Rueda – Rueda – Rueda – Rondada

El segundo pase será un ejercicio libre, que no podrá ser igual al primer pase. En caso de que los dos pases sean iguales, la puntuación del pase será cero.

A excepción de las ruedas laterales solo se podrán incluir elementos que estén en las tablas de dificultad FIG.

No es obligatorio finalizar los pases con un salto mortal.

TUMBLING – NIVEL BASE 2 – Categoría 11-14 AÑOS

Dos pases en la fase preliminar de 4 elementos cada uno.

El primer pase de la fase preliminar será el siguiente:
Rondada- Flic Flac - Flic Flac - elemento libre incluido en las tablas de Dificultad FIG de Tumbling.

El segundo pase será un ejercicio libre, que no podrá ser igual al primer pase. En caso de que los dos pases sean iguales, la dificultad del pase será cero.

No es obligatorio finalizar los pases con un salto mortal.

TUMBLING – NIVEL BASE 3 – Categoría 15 AÑOS y MÁS

Dos pases en la fase preliminar de 4 elementos cada uno.

El primer pase de la fase preliminar será el siguiente:

Rondada – Flic Flac – Flic Flac – Salto mortal atrás agrupado (4-0).

El segundo pase será un ejercicio libre, que no podrá ser igual al primer pase. En caso de que los dos pases sean iguales, la dificultad del pase será cero.

TUMBLING – NIVEL ÉLIT 4 – Categoría 8-10 AÑOS

Dos pases en la fase preliminar y un pase en la fase final (de 4 elementos).

El primer pase de la fase preliminar será el siguiente:

Rondada – Flic-flac – Flic-flac – Elemento libre.

El elemento libre nunca podrá ser un elemento fuera de las tablas de dificultad FIG. En caso de realizarlo, la puntuación del pase será cero.

El segundo pase será un ejercicio libre de cuatro elementos, que no podrá ser igual al primer pase. En caso de que los dos pases sean iguales, no se contará el valor de dificultad de los elementos repetidos en el segundo pase, con la excepción de flic-flac, whipbacks (Tempos) y round-offs (rondadas).

El pase de la fase final será libre.

TUMBLING – NIVEL ÉLITE 5 – Categoría 11-12 AÑOS

La competición se realizará según las normas establecidas por la FIG en las Competiciones Mundiales por Categorías (WAGC) para este grupo de edad. Solamente se realizará, por lo tanto, un pase en la fase final.

TUMBLING – NIVEL ÉLITE 6 – Categoría 13-14 AÑOS

La competición se realizará según las normas establecidas por la FIG en las Competiciones Mundiales por Categorías (WAGC) para este grupo de edad. Solamente se realizará, por lo tanto, un pase en la fase final.

TUMBLING – NIVEL ÉLITE 7 – Categoría 15-16 AÑOS

La competición se realizará según las normas establecidas por la FIG en las Competiciones Mundiales por Categorías (WAGC) para este grupo de edad. Solamente se realizará, por lo tanto, un pase en la fase final.

TUMBLING – NIVEL ÉLITE 8 – Categoría 17-21 AÑOS

La competición se realizará según las normas establecidas por la FIG en las Competiciones Mundiales por Categorías (WAGC) para este grupo de edad. Solamente se realizará, por lo tanto, un pase en la fase final.

TUMBLING – NIVEL ÉLITE 9 – Categoría 17 años y más

La competición seguirá las normas establecidas en el Código FIG, que se resumen a continuación:

Pase 1 (pase de mortales):

a.- Ningún elemento podrá contener más de 180° de rotación longitudinal. La dificultad de cualquier elemento que incumpla esta norma no será tomada en consideración.

Pase 2 (pase de giros):

a.- El ejercicio deberá incluir, al menos, dos elementos de un mínimo de 360° de rotación transversal con, al menos, 360° de rotación longitudinal. Cada violación de esta norma supondrá una deducción de 1'0 puntos por cada juez de ejecución, previa instrucción del Juez Árbitro.

b.- La dificultad del octavo elemento no se contará si no se trata de un elemento con, al menos, 360° de giro longitudinal.

2. PREMIOS

De acuerdo con el Reglamento General de Competiciones.

3. REGLAS DE DESEMPATE

En las competiciones nacionales se seguirán aplicando las reglas de desempate que establece el Reglamento Técnico (*Technical Regulations 2019*, art. 4.4) de la FIG para el Campeonato del Mundo, tanto en la fase preliminar como en la final.

COMPETICIÓN 2A. COPA de ESPAÑA

CATEGORÍAS

COMPETICIÓN INDIVIDUAL: **TRAMPOLÍN, SINCRONISMO, DMT y TUMBLING**

- SUB15 8-14 años Nacidos en 2013-2007
- ABSOLUTA 15 años y más Nacidos en 2006 y anteriores

1. MODALIDADES

- MASCULINA
- FEMENINA
- MIXTA (solamente en Sincronismo)

2. DESARROLLO DEL CAMPEONATO

3.1. Estructura de la competición

3.1.1. Todas las competiciones, en sus diversas categorías y modalidades, seguirán el programa técnico correspondiente y estarán compuestas por:

- **Fase preliminar clasificatoria**, que servirá para determinar qué gimnastas participarán en la fase final. Estará formada por:
 - Un pase libre en las competiciones de Trampolín y de Sincronismo
 - Dos pases libres en las competiciones de doble Minitramp y de Tumbling
- **Fase final**, compuesta por:
 - Un pase libre en las competiciones de Trampolín y de Sincronismo
 - Dos pases libres en las competiciones de doble Minitramp y de Tumbling

3.1.2. La estructura de la competición se resume en el siguiente cuadro:

Categorías	Edades	Trampolín	Sincro	DMT	TUM
SUB15	8-10	X	X	X	X
	11-12				
	13-14				
ABSOLUTA	15-16	X	X	X	X
	17-18				
	18 y +				
Modalidades		2	1	2	2
Categorías *		4	2	4	4
Modalidades					
Total de títulos a distribuir COPA		14			

3.2. Derechos de participación

Podrán participar en esta competición diez gimnastas o parejas por federación territorial en cada una de las disciplinas (Trampolín individual, Sincronismo, DMT y Tumbling), categorías (Sub15 y Absoluta) y modalidades (Masculina y Femenina, en Trampolín individual, DMT y Tumbling, o Mixta, en Sincronismo)

Solamente se celebrará competición en aquellas disciplinas, categorías y modalidades en las que se inscriban, al menos, 25 gimnastas. En el caso de la especialidad de Sincronismo, la cuota mínima se establece en 12 parejas.

En el caso de no alcanzar los mínimos de participación establecidos en el punto anterior, el Comité Organizador de la competición y la RFEG se reservarán el derecho a organizar la competición en aquellas especialidades, categorías y modalidades que consideren necesarias para los intereses de los equipos nacionales y para la organización del evento.

3.3. Procedimiento de la competición

331. El orden de participación en todas las fases preliminares se obtendrá mediante un sorteo realizado por la RFEG, cuyos resultados serán comunicados a todos los clubes y federaciones territoriales participantes una semana después del cierre de la inscripción.
332. La puntuación obtenida en la fase preliminar servirá para la obtención de las/os finalistas de la competición individual.
333. Accederán a la fase final en todas las especialidades, categorías y modalidades:
 - Las 8 mejores notas, siempre que haya, al menos, 10 gimnastas en la fase preliminar.
 - Si hay 9, 8 ó 7 gimnastas en la fase preliminar, las/os gimnastas con las 5 mejores notas.
 - Si hay 6 gimnastas o menos, la clasificación final será la obtenida en la fase preliminar.
334. Todos/as los/as gimnastas que participen en una final partirán de cero puntos.
335. El orden de participación en todas las finales se obtendrá a partir de los resultados de la fase preliminar, iniciando la competición aquella persona o pareja con menor puntuación en la fase preliminar.

3. PROGRAMA TÉCNICO

El contenido de los ejercicios corresponderá con el programa técnico de cada una de las especialidades y categorías.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará un ejercicio libre.

TRAMPOLÍN INDIVIDUAL – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará un ejercicio libre.

SINCRONISMO – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada pareja realizará un ejercicio libre.

SINCRONISMO – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada pareja realizará un ejercicio libre.

DMT – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará dos pases libres.

DMT – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará dos pases libres.

TUMBLING – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará dos pases libres, todos ellos compuestos por ocho elementos.

TUMBLING – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar y una fase final. En ambas fases, cada gimnasta realizará dos pases libres, todos ellos compuestos por ocho elementos.

4. PREMIOS

De acuerdo con el Reglamento General de Competiciones.

5. REGLAS DE DESEMPATE

En las competiciones nacionales se seguirán aplicando las reglas de desempate que establece el Reglamento Técnico (*Technical Regulations* 2019, art. 4.4) de la FIG para el Campeonato del Mundo, tanto en la fase preliminar como en la final.

COMPETICIÓN 2B. CTO. DE ESPAÑA DE SELECCIONES AUTONÓMICAS

1. CATEGORÍAS

COMPETICIÓN POR EQUIPOS: **TRAMPOLÍN, DMT y TUMBLING**

SUB15 (N4, N5 Y N6)	8-14 AÑOS	Nacidos en 2013-2007
ABSOLUTO (N7, N8 Y N9)	15 años y más	Nacido en 2006 y anteriores

2. MODALIDADES

- MASCULINA
- FEMENINA

3. DESARROLLO DEL CAMPEONATO

3.1. Estructura de la competición

Todas las competiciones, en sus diversas categorías y modalidades, seguirán el programa técnico correspondiente y estarán compuestas por:

- **Fase preliminar clasificatoria**, que servirá para determinar qué equipos participarán en la fase final. Estará formada por dos pases por gimnasta en todas las competiciones.
- **Fase final**, compuesta por un pase libre por gimnasta en todas las competiciones.

3.1.1. La estructura de la competición se resume en el siguiente cuadro:

Categorías	Edades	Trampolín	DMT	TUM
SUB15	8-10	X	X	X
	11-12			
	13-14			
ABSOLUTA	15-16	X	X	X
	17-21			
	17 y +			
Modalidades		2	2	2
Categorías *		4	4	4
Modalidades				
Total de títulos a distribuir CPTO SS.AA.		12		

3.2. Composición de los equipos

- 3.2.1. Los equipos estarán formados por tres ó cuatro gimnastas de la misma federación territorial, con el límite numérico de gimnastas extranjeros establecidos en el art. 23 del Reglamento General de Competiciones de la RFEG (no superior al 50%).
- 3.2.2. Se permitirá un cambio con respecto a las/os cuatro gimnastas que forman equipo, siempre que estén inscritas/os como reservas en el mismo equipo y cumplan los requisitos exigidos. Para realizar el cambio, el/la delegado/a federativo/a deberá notificarlo al responsable de la competición de la RFEG como mínimo 1 hora antes del inicio de la correspondiente jornada de competición.
- 3.2.3. Solamente podrá participar un equipo representando a una federación territorial.
- 3.2.4. Los equipos que compitan en categoría absoluta estarán compuestos exclusivamente por gimnastas que participen en las categorías 15-16 años y 17 años y más.
- 3.2.5. Los equipos que compitan en categoría 8-14 años estarán compuestos exclusivamente por gimnastas que participen en las categorías 8-10 años, 11-12 años y 13-14 años.

3.3. Procedimiento de la competición

- 3.3.1. El orden de participación en todas las fases preliminares se obtendrá mediante un sorteo realizado por la RFEG, cuyos resultados serán comunicados a todos los clubes y federaciones territoriales participantes una semana después del cierre de la inscripción.

3.3.2. La nota del equipo se obtendrá al sumar las tres mejores puntuaciones obtenidas en cada pase por las/os cuatro gimnastas que componen cada equipo, siguiendo para ello el sistema establecido en el Código FIG.

3321. En la competición de Tumbling, la puntuación de las/os gimnastas cuya edad se encuentre entre los 8 y los 10 años (Nivel ÉLITE 4), será sometida a una ponderación para obtener la puntuación total del equipo, con el fin de evitar el efecto que tiene el diferente número de elementos de cada ejercicio en la puntuación del equipo. Así, en aquellos pases completos, el total de las deducciones será multiplicado por 2, para deducir posteriormente el valor obtenido de la nota máxima, tal como muestra el siguiente ejemplo:

CATEGORÍA	Elemento	Deducción	Nota	Ponderación	Nota
8-10 años	4	1,4	8,6	Multiplicar por 2	7,2

3322. En la competición de Trampolín, la puntuación de las/os gimnastas que sigan el programa del Nivel ÉLITE 9 (categoría sénior) solamente será tomada en consideración de forma íntegra para su seguimiento individual. El valor de dificultad de los elementos del primer ejercicio marcados con un asterisco en la tarjeta de competición solamente formará, por lo tanto, parte de la puntuación de cada gimnasta a título individual, pero NO se incluirá en el cálculo de la nota del equipo al que pertenezca.

3.3.3 La puntuación obtenida en la fase preliminar servirá para la obtención de los equipos participantes en la fase final.

3.3.4 Accederán a la final:

- Las 5 mejores notas, siempre que haya, al menos, 7 equipos en la fase preliminar.
- Si hay 5 o 6 equipos en la fase preliminar, los equipos con las 4 mejores notas.
- Si hay 4 equipos o menos, la clasificación final será la obtenida en la fase preliminar.

3.3.5 Todos los equipos que participen en una final partirán de cero puntos.

3.3.6 El orden de participación en todas las finales se obtendrá

a partir de los resultados de la fase preliminar, iniciando la competición el equipo con menor puntuación en la fase preliminar. Las/os delegadas/os deberán indicar el orden de las/os gimnastas de cada equipo al responsable federativo, mediante la entrega de un impreso oficial de la RFEG firmado como mínimo, dos horas antes del inicio de la correspondiente final.

4. PROGRAMA TÉCNICO

El contenido de los ejercicios corresponderá con el programa técnico de cada una de las especialidades y de los correspondientes niveles de ÉLITE.

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos ejercicios, y una fase final, con un único ejercicio. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

TRAMPOLÍN – CATEGORÍA ABSOLUTA (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos ejercicios, y una fase final, con un único ejercicio. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

DMT – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos pases, y una fase final, con un único pase. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

DMT – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos pases, y una fase final, con un único pase. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

TUMBLING – CATEGORÍA SUB15 (8-14 AÑOS)

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos pases, y una fase final, con un único pase. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

TUMBLING – CATEGORÍA ABSOLUTA – (15 AÑOS Y MÁS)

La competición consistirá en una fase preliminar, con dos pases, y una fase final, con un único pase. En ambas fases, cada gimnasta seguirá el programa técnico correspondiente a su categoría y a su año de nacimiento.

5. PREMIOS

De acuerdo con el Reglamento General de Competiciones.

6. REGLAS DE DESEMPATE

En las competiciones nacionales se seguirán aplicando las reglas de desempate que establece el Reglamento Técnico (*Technical Regulations* 2019, art. 4.4) de la FIG para el Campeonato del Mundo, tanto en la fase preliminar como en la final.

Anexo COVID-19

NORMAS ESPECIALES:

La Real Federación Española de Gimnasia, suscribe íntegramente los protocolos de seguridad del Consejo Superior de Deportes, en materia de COVID-19, y su prevención. Igualmente ha elaborado unos protocolos y guías que se adjuntan al presente como parte integrante del mismo durante el tiempo que las autoridades sanitarias recomienden la adopción de medidas de prevención y seguridad ante el COVID-19.

DESTINATARIOS:

Todos los deportistas, usuarios, personal de la Federación, y cualquier otra persona que por razón de su actividad deportiva, profesional, laboral o de cualquier otra índole tenga acceso a una actividad de la Federación Española de Gimnasia, competición, o a una instalación deportiva donde se desarrolle cualquier actividad programada, organizada o convocada por esta federación, deben conocer estas normas especiales y protocolos de COVID-19 (anexados y publicados en la página web de a RFEG) y aceptar su cumplimiento.

INCUMPLIMIENTO DEL PROTOCOLO, CONSECUENCIAS:

Los responsables de la Instalación, actividad, y/o competición en cualquier momento, si observan el incumplimiento de estas normas, podrán pedir al infractor que abandone la instalación, actividad o competición, e incluso denegar el acceso a la misma durante el periodo de vigencia del Estado de Alarma, sus prorrogas y fases hasta la recuperación de la denominada nueva normalidad.

Esta actuación de retirada o denegación de acceso estará motivada en la no colaboración en las medidas de prevención del COVID-19, y la puesta en riesgo de otros deportistas, así como el personal de la Federación y/o de la instalación. Todo ello con independencia del traslado de las actuaciones a los órganos disciplinarios competentes y/o administrativos.

Yo, (Nombre y Apellidos) ,
(En el caso de menores de edad hace falta el nombre, DNI y firma de uno de los padres/representante legal)

Con DNI

Declaro que he leído el presente documento por completo, y que acepto cumplir en su totalidad las pautas que figuran en él. En caso de ser entrenador, me comprometo a cumplirlas y hacer todo lo necesario para que los deportistas a mi cargo cumplan estas pautas. Acepto igualmente, en caso de incumplimiento, la expulsión cautelar de la actividad, competición, instalación deportiva y la apertura del consiguiente procedimiento disciplinario sancionador.

Firma

Lugar y fecha de la firma:

En Madrid, a uno de junio de 2020.