

GIMNÀSTICA AEROBICA

NORMATIVA TÈCNICA 2025

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.

2.1. Cada club, entitat o escola, podrà participar amb la quantitat de gimnastes individuals, parelles, trios o grups que vulguin. En cas de participar en modalitats conjuntes (parelles, trios, grups) en la mateixa categoria, caldrà nomenar cadascun d'ells (per exemple: *Trio A*, *Trio B*, *Trio C*, del club corresponent).

2.2. *ESCOLAR:*

Cada club, escola i entitats esportives, podran inscriure als/les gimnastes d'edat escolar en les categories individual, parelles, trios o grups que desitgi. Però evitant que un mateix gimnasta no participi en més d'una parella, trio o grup.

Les i els gimnastes hauran de competir en la categoria per l'edat que correspon amb les següents excepcions:

**En el cas que un o una gimnasta participa en la categoria EDAT ESCOLAR en la modalitat d'INDIVIDUAL, podrà participar en la categoria de NIVELLS, participant únicament en la modalitat de parelles, trios, grups, aerodance i aerostep.*

2.3. NIVELLS

Cada club, escola i entitats esportives, podran inscriure als/les gimnastes en les categories individual, parelles, trios, grups, Aerodance i Aerostep que desitgi. Un mateix gimnasta no podrà participar en més d'una parella, trio, grup, Aerodance i Aerostep.

2.4. Gimnastes reserva – Escolar i Nivells:

Podran inscriure's un màxim d'1 gimnasta reserva en la modalitat de parelles i trios i fins a un màxim de 2 en els grups (Aerodance i Aerostep inclosos).

Els gimnastes inscrits com a reserva es comptabilitzaran com a participants en la competició. En cas de participar un gimnasta inscrit com a reserva en un trio o grup, s'haurà de comunicar per escrit per l'entrenador a la FCG.

En cas de lesió d'un gimnasta inscrit en parella, trio o grup (*AD i AS inclosos), i no s'hagi inscrit gimnasta reserva, 72 hores abans de l'inici de la competició es podrà substituir aquest gimnasta lesionat per un altre del mateix club que ja estigui inscrit en la competició, presentat justificant mèdic de la lesió.

2.5. 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.

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

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

3. LLICÈNCIES I TITULACIONS

3.1. Tots els 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 i els/les jutges/ses, 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.

3.3. Les llicències dels gimnastes i tècnics/ques, 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 d'estar en possessió com a mínim de la següents titulacions:

- Nivell Escolar: primer nivell de tècnic
- Nivells Base: segon nivell de tècnic –1r Nivell tutelat per N2 o N3
- Nivell FIG: segon nivell de tècnic - 1r nivell tutelat per N3

3.5. Tot/a aquell/a entrenador/a que no disposi de la titulació corresponent, haurà d'estar "tutelat/a" per un/a tècnic/a acreditat/a per la FCG, el/la qual estarà present i es farà càrrec d'aquest/a entrenador/a i dels seus gimnastes, així com de totes les actuacions del/de la mateixa durant el desenvolupament de la competició, assumint les responsabilitats que això comporta.

En cas contrari ni l'entrenador/a tutelat/da ni els gimnastes podran accedir a la zona de competició i per tant no podran competir.

La sol·licitud de TUTELA s'haurà d'enviar a la FCG en el moment de la inscripció a la competició.

SENSE AQUEST DOCUMENT NO ES PODRÀ PARTICIPAR.

3.6. Els/les entrenadors/es hauran de dur a 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.

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.

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 i que estigui inscrit a la competició.

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 AER.

4. COMPETICIONS

4.1. Competicions

- Copa Catalana amb tres Fases i Campionat de Catalunya per a categoria Escolar i Nivells FIG.
- Trofeu Interclubs per a Nivells i FIG

Tots els gimnastes podran participar a les tres Fases i al Campionat de Catalunya.

Per a participar en el Campionat de Catalunya, serà obligatòria la participació, almenys, en una de les tres Fases de Copa Catalana.

Per a participar al Campionat d'Espanya, serà obligatòria la participació al Campionat de Catalunya.

No hi haurà requisit de classificació per poder participar a qualsevol de les competicions.

4.2. Classificació i Premis - Fases i Campionat de Catalunya:

Es lliuraran medalles als tres primers classificats de cada categoria i modalitat. Al mateix temps, es podrà visualitzar en línia a través de la pàgina web de la Federació (<https://www.infogim.com/index.php?f=8>).

En el cas de menys de 3 participants també es donaran premis.

En les categories de TR, GR, AD i AS els gimnastes reserva també se'ls lliurarà medalla.

4.3. Desempats

En cas d'empat, per a totes les categories, s'aplicaran les regles de desempat que estableix el Codi FIG de Gimnàstica Aeròbica 2025-2028.

En cas d'empat, per a totes les categories i tant per a semifinals com finals, s'aplicaran les regles de desempat que estableix el Codi *FIG de Gimnàstica Aeròbica 2025-2028 per a la ronda classificatòria (desempat per execució). Els empats es desfaran segons aquest criteri.

4.4. Reclamacions:

De conformitat amb la normativa de la FIG, no s'admetran reclamacions de les puntuacions que es donin en aquestes competicions. Els i les entrenadors/es no estan autoritzats/des a dirigir-se a les jutges/sses per a requerir informació o explicacions. En cas de voler fer una consulta, només es poden reclamar notes de D (dificultat) per escrit i el Comitè Tècnic donarà una resposta amb la brevetat possible.

4.5. Reqlamentació:

Serà d'aplicació allò que figura en la descripció tècnica dels nivells, 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.

En cas de que les condicions climatològiques no siguin adequades, els gimnastes podran portar el xandall del club (tot l'equip o club) per les desfilades i entrega de guardons.

4.6. Material:

Els gimnastes participants, així com els/les tècnics/ques dels clubs i 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.

Es competirà en la pista de un terra de gimnàstica aeròbica.

*Step : Els gimnastes podran portar els seus propis *steps.

4.7. 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.

4.8. Desqualificació:

El no acompliment d'aquestes normes i de les generals comportarà la desqualificació del gimnasta o de l'equip infractor, i la impossibilitat de continuar participant en la present edició de la Copa Catalana i del Campionat de Catalunya.

El no compliment d'aquestes normes i/o de qualsevol de les normatives o reglaments de la Federació, comportarà l'obertura d'expedient disciplinari per a la seva desqualificació, gimnasta / equip / club infractor, i la impossibilitat de continuar participant en qualsevol de les competicions organitzades per la Federació Catalana de Gimnàstica durant la mateixa temporada.

4.9. Errates i canvis:

S'haurà de comunicar per escrit a Administració d'aquesta FCG els errors detectats (noms, classificacions, etc.), els canvis d'adreça i de titular de les Entitats afiliades.

TÍTOL SEGON: DISPOSICIONS TÈCNIQUES

5. ESCOLAR

5.1. MODALITATS:

- *INDIVIDUAL MIXTE*
- *PARELLES MIXTES*
- *TRIOS i TRIOS COREOGRÀFIC (NORMATIVA ESPECIAL DETALLADA AL PROGRAMA TÈCNIC)*
- *GRUP COREOGRÀFIC DE 5 A 8 COMPONENTS (NORMATIVA ESPECIAL DETALLADA AL PROGRAMA TÈCNIC)*

5.2. CATEGORIES:

- *ESCOLAR 0: 5-7 ANYS (2010 - 2018)*
- *ESCOLAR 1: 8-11 ANYS (2017 - 2014)*
- *ESCOLAR 2: 12-14 ANYS (2013 - 2011)*
- *ESCOLAR 3: 15 ANYS O MÉS (2010 I ANTERIORS)*

6. NIVELLS

6.1. MODALITATS:

- Individual femení
- Individual masculí
- Parelles 2 gimnastes (masculí, femení o mixt)
- Trios 3 gimnastes (masculí, femení o mixt).



- Grups de 5 gimnastes (masculí, femení o mixt)
- Aerodance (masculí, femení o mixt) de 6 a 8 gimnastes
- AeroStep (masculí, femení o mixt) de 6 a 8 gimnastes

6.2. CATEGORIES

INDIVIDUAL, PAREJAS, TRÍOS Y GRUPOS			
CATEGORIA	EDAT	ANY DE NAIXAMENT	OBSERVACIONS
Pre-Benjamí	5 a 7anys	2020 - 2018	IND.MIXTO - PARELLA - TR
Benjamí	8 a 11 anys	2017 - 2014	IND.MIXTO - PARELLA - TR
Aleví (FIG)	<i>9 a 11 anys</i>	<i>2016-2014</i>	<i>IW-IM-PARELLA-TR-GR</i>
Cadet	12 a 14 anys	2013-2011	IND.MIXTO - PARELLA - TR
Infantil (FIG)	<i>12 a 14 anys</i>	<i>2013-2011</i>	<i>IW-IM-PARELLA-TR-GR</i>
Juvenil	15 anys o més	2010 i anteriors	IW - IM - PARELLA - TR
Júnior (FIG)	<i>15 a 17 anys</i>	<i>2010-2008</i>	<i>IW-IM-PARELLA-TR-GR</i>
Sénior (FIG)	<i>18 anys o més</i>	<i>2007 i anteriors</i>	<i>IW-IM-PARELLA-TR-GR</i>



AERODANCE (6 a 8 COMPONENTS, MASCULINS, FEMENINS, MIXTES)

CATEGORIA	EDAT	ANY NAIXAMENT	OBSERVACIONS
Aleví	9 a 11 anys	2016-2014	
Infantil	12 a 14 anys	2013-2011	
Júnior	15 a 17 anys	2010-2008	
Sènior	18 anys o més	2007 i anteriors	

AERO STEP (6 a 8 COMPONENTES, MASCULINS, FEMENINS, MIXTES)

CATEGORIA	EDAT	ANY DE NAIXAMENT	OBSERVACIONS
Sènior	15 anys o més	2010 i anteriors	Es permès un màxim de 3 gimnastes de 14 anys nascuts al 2011.

Els/les gimnastes hauran de competir en la categoria que per edat li correspongui amb les següents excepcions:

Excepcions Parelles, Trios i Grups

. Permès màxim UN (1) gimnasta del nivell que per edat correspongui immediatament anterior per a formar parella.

. Permès màxim DOS (2) gimnasta del nivell que per edat correspongui immediatament anterior per a formar trio o grup.

. Els gimnastes que participin en parella, trio o grup en categoria superior, podran participar en individual en la categoria que per la seva edat els correspongui: cada club podrà participar amb quants gimnastes individuals, parelles, trios o grups desitgi. En cas de participar equips (parelles, trios, grups) en la mateixa categoria, es denominarà, per exemple, Trio A, Trio B, Trio C, etc., del club corresponent.

Excepcions *Aerodance i *Aerostep

. El 50% com a màxim dels components del grup de *AD podrà ser de l'edat indicada en el nivell immediatament anterior.

Exemple:

- Un *AD Sènior de 8 gimnastes, com a màxim 4 gimnastes podran ser de l'edat que correspon a Júnior.

En *AD, quan en alguna categoria hi hagi menys de tres participants competiran amb la categoria superior per a formar com a mínim 3 participants. Quan no sigui possible, no s'agruparan.

Aplicació Codi *FIG

A continuació, s'indiquen les categories en les quals s'aplicarà íntegrament el Codi *FIG i la seva equivalència amb *FIG, i els nivells als quals s'aplica a més del Codi *FIG els programes tècnics que s'estableixen en aquesta normativa.

CATEGORIA	PROGRAMA TÈCNIC FIG.
Aleví	NATIONAL DEVELOPMENT FIG.
Infantil	AGE GROUP FIG.
Júnior	JÚNIOR FIG.
Sènior	SÈNIOR FIG.