



Federació  
Catalana de  
Gimnàstica

Amb el suport de



Generalitat  
de Catalunya



esportcat



Federació  
Catalana de  
Gimnàstica

2025

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



# **NORMATIVA TÈCNICA 2024**

## ***NIVELL 11***

### ***GIMNASTES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL O DEL DESENVOLUPAMENT***

El NIVELL 11 està destinat a gimnastes amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament d'ambdós sexes, a partir dels 8 anys.

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

### **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. Si un club o entitat esportiva inscriu més d'un equip en el mateix nivell, es denominaran "A", "B", "C", etc. Es podran canviar gimnastes d'un a l'altre equip en cada Competició.

2.3. 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.

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

2.5. 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, ACREDITACIONS I TITULACIONS**

3.1. Totes 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 les 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. Veure Normativa Llicències FCG.

3.3. Les llicències de les gimnastes i tècnics/ques, hauran d'estar a disposició de la mesa de competició una hora abans d'iniciar-se la mateixa.

3.4. 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

Serà autoritzat l'accés de persones de suport als i les gimnastes amb discapacitat que ho necessitin. En aquest cas no serà necessari que estiguin en possessió de cap titulació ni llicència. El club que així ho requereixi, ho haurà de notificar (nom i nombre de persones de suport que assistiran) en el moment de la inscripció, per tal de poder accedir a la zona de vestidors per donar el suport.

3.5. 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.

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.

3.6. 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 de les gimnastes inscrites. Si no pot estar, haurà de ser substituït per un altre tècnic/a amb la titulació suficient.

3.7. 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 GR.

## **4. COMPETICIONS**

### **4.1. Competicions**

Es realitzaran dues Fases individuals i dues Fases per conjunts.

### **4.5. Reglamentació:**

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.

### **4.6. Material**

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.

### **4.7. Músiques**

S'hauran de pujar les músiques a través del sistema intranet [www.gimcat.com](http://www.gimcat.com) en els terminis de lliurament estipulats. També s'haurà de portar a la competició en format CD, USB o adaptador (jack) de mòbils.

En cas de no haver pujat la música dins el termini establert a la plataforma del GIMCAT, s'aplicarà la sanció per presentació de música fora de termini.

### **4.8. 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.

### **4.9. Desqualificació**

El no compliment d'aquestes normes, comportarà l'obertura d'expedient disciplinari, proposat pel/per la Responsable de Competició al Comitè de Disciplina, per gimnasta/equip/club, infractor/a. Aquest comitè dictaminarà la sanció pertinent.

Veure Reglament Disciplinari - FCG - [www.gimcat.com](http://www.gimcat.com) Documentació FCG.

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



## **TÍTOL SEGON: DISPOSICIONS TÈCNIQUES**

### **5.1. NIVELLS I MODALITATS**

**I - Modalitat individual:** Individuals masculí o femení. Gimnastes amb discapacitat intel·lectual.

**C - Modalitat conjunts:** conjunts de 4 o 5 gimnastes, tots els gimnastes del mateix gènere o mixtes. Gimnastes amb discapacitat intel·lectual.

#### ***NIVELLS DE COMPETICIÓ INDIVIDUAL (I)***

NIVELL 11 - I3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS

NIVELL 11 - I2. REGLAMENT AMB ALGUNES ADAPTACIONS

NIVELL 11 - I1. REGLAMENT SENSE ADAPTACIONS

#### ***NIVELLS DE COMPETICIÓ CONJUNTS (C)***

NIVELL 11 - C3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS

NIVELL 11 - C2. REGLAMENT AMB ADAPTACIONS

NIVELL 11 - C1. REGLAMENT SENSE ADAPTACIONS

#### ***NIVELLS DE COMPETICIÓ INCLUSIVA (CI)***

Format per **gimnastes amb i sense discapacitat intel·lectual**. El nombre de gimnastes sense discapacitat serà sempre un (1).

Per facilitar la participació del màxim de gimnastes, es podrà participar en les següents modalitats:

NIVELL 11 – Competició inclusiva Parelles (CIP): 1 sense discapacitat i 1 amb discapacitat (1:1)

NIVELL 11 – Competició inclusiva Trios (CIT): 1 sense discapacitat i 2 amb discapacitat (1:2)

NIVELL 11 – Competició inclusiva conjunt de quatre (CIQ): 1 sense discapacitat i 3 amb discapacitat (1:3)

NIVELL 11 – Competició inclusiva conjunt de cinc (CIC): 1 sense discapacitat i 4 amb discapacitat (1:4)

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

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

## 5.2 CATEGORIES I EDATS

| CATEGORIES |                 |
|------------|-----------------|
| Junior     | de 8 a 15 anys  |
| Absoluta   | de 16 a 35 anys |
| Sènior     | Més grans de 36 |

## 5.3. MÚSIQUES

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

| CATEGORIES | INDIVIDUAL    | CONJUNT       |
|------------|---------------|---------------|
| Junior     | 1'10" a 1'30" | 2,15" a 2'30" |
| Absoluta   | 1'15" a 1'30" | 2'15" a 2'30" |
| Sènior     | 1,15" a 1'30" | 2'15" a 2'30" |

## 5.4. CÀLCUL DE LA NOTA FINAL: PUNTS

NOTA DIFICULTAT + EXECUCIÓ + ARTÍSTIC

Serà el resultat de la suma de tots els elements de dificultats més la mitjana entre les notes d'execució i artístic.

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

## 5.5. APARELLS 2024 PER TOTES LES CATEGORIES

### COMPETICIÓ INDIVIDUAL (I)

NIVELL 11- I3. Mans lliures / o cinta  
NIVELL 11- I2. Pilota  
NIVELL 11- I1. Cèrco.

### COMPETICIÓ CONJUNTS (C)

NIVELL 11- C3. Mans lliures / o cercols  
NIVELL 11- C2. Pilotes i cercols  
NIVELL 11- C1. Cinta



### COMPETICIÓ INCLUSIVA (CI)

Tots els conjunts (tres, (CIT) quatre (CIQ) o cinc, (CIC) participants) de COMPETICIÓ INCLUSIVA, participaran al nivell 11-C3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS: Mans lliures/o cèrcol. EXCEPTE les PARELLES (CIP), que participen en la modalitat d'individuals amb reglament amb moltes adaptacions. I3. REGLAMENT AMB MOLTES ADAPTACIONS: Mans lliures/o corda.

#### 5.6. REQUISITS PER CADA EXERCICI INDIVIDUAL (I)

| CATEGORIA  | APARELL      | TEMPS       | DIFICULTATS CORPORALS (BD)   | PASSOS DE DANSA (S)                | ELEMENTS RISC | DIFICULTAT APARELL (AD) |
|--|--------------|-------------|--|------------------------------------|---------------|-------------------------|
| <b>Nivell 11- I3;</b><br><b>nivell 11- CIP</b><br>Moltes adaptacions | MANS LLIURES | 1'15 a 1'30 | MÍN. 3- MÁX. 6<br>( Valor màxim de dificultat 0.10)<br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.<br>Mínim 2 Ones Corporals | MÍN. 2- MÁX 5<br>Duració de 5 seg. | -             | -                       |
| <b>Nivell 11- I3;</b><br><b>nivell 11- CIP</b><br>Moltes adaptacions | CINTA*       | 1'15 a 1'30 | MÍN. 3- MÁX. 6<br>( Valor màxim de dificultat 0.10)<br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.<br>Mínim 2 Ones Corporals | MÍN. 2- MÁX 5<br>Duració de 5 seg. | 1 MÀXIM       | 6 MÀXIM                 |
| <b>Nivell 11- I2</b><br>Algunes adaptacions                          | PILOTA       | 1'15 a 1'30 | MÍN. 3- MÁX. 6<br>( Valor màxim de dificultat 0.30)<br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.<br>Mínim 2 Ones Corporals | MÍN. 2- MÁX 5<br>Duració de 5 seg. | 1 MÀXIM       | 6 MÀXIM                 |
| <b>Nivell 11- I1</b><br>Sense adaptacions                            | CÈRCOL       | 1'15 a 1'30 | MÍN. 3- MÁX. 7<br>( Valor màxim de dificultat 0.40)<br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal.<br>Mínim 2 Ones Corporals | MÍN. 2- MÁX 5<br>Duració de 5 seg. | 2 MÀXIM       | 6 MÀXIM                 |



**PENALITZACIONS PELS EXERCICIS INDIVIDUALS DIFICULTAT (I)**

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





### 5.7. REQUISITS PER CADA EXERCICI DE CONJUNT (C)

| CATEGORIA  | APARELL           | TEMPS       | DIFICULTATS CORPORALS (BD)   | INTERCANVIS APARELL (ED)   | PASSOS DE DANSA (S)                      | COL-LABORACIONS  |
|--|-------------------|-------------|--|--|--|--|
| <b>Nivell 11-C3</b><br>(4-5 gimnastes)<br><b>Nivell 11-CIT, CIQ, CIC</b><br>(competició inclusiva) | MANS LLIURES      | 2'15 a 2'30 | MÍN. 3 BD -MÀX 6 BD<br><br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal (Valor màxim de dificultat 0.10)<br><br>Mínim 2 Ones Corporals | ----   | MÍN. 2- MÁX 5.<br><br>Duració de 5 seg.  | Min. 6 col·laboracions<br><br>3 C<br>2 CC<br>1 CR<br><br>Màx. 7<br><br>(1 col·laboració de risc)   |
| <b>Nivell 11-C3</b><br>(4-5 gimnastes)<br><b>CIT, CIQ, CIC</b><br>(competició inclusiva)           | CÈRCOLS           | 2'15 a 2'30 | MÍN. 3 BD<br><br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal (Valor màxim de dificultat 0.10)<br><br>Mínim 2 Ones Corporals           | MIN. 3 INTERCANVIS ( Valor màxim de dificultat BD 0.10).<br><br>(Intercanvis veure codi) | MÍN. 2- MÁX 5.<br><br>Duració de 5 seg.  | Min. 6 col·laboracions<br><br>3 C<br>2 CC<br>1 CR<br><br>Màx. 7<br><br>(1 col·laboració de risc)   |
| <b>Nivell 11-C2</b><br>(4-5 gimnastes)   | CÈRCOLS I PILOTES | 2'15 a 2'30 | MÍN. 3 BD<br><br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal. (Valor màxim de B.D. 0.30)<br><br>Mínim 2 Ones Corporals                | MÍN. 3 INTERCANVIS ( Valor màxim de B.D. 0.30)<br><br>(Intercanvis veure codi)           | MÍN. 2 – MÁX 5.<br><br>Duració de 5 seg. | Min. 6 Col·laboracions<br><br>3 C<br>2 CC<br>1 CR<br><br>Màx. 7<br><br>(1 col·laboració de risc )  |
| <b>Nivell 11-C1</b><br>(4-5 gimnastes)   | CINTA             | 2'15 a 2'30 | MÍN. 3 BD-<br><br>Mínim 1 dificultat de cada grup corporal (Valor màxim de B.D. 0.30)<br><br>Mínim 2 Ones Corporals                | MÍN. 4 INTERCANVIS ( Valor màxim de B.D. 0.30)<br><br>(Intercanvis veure codi)           | MÍN. 2 - MÁX 5.<br><br>Duració de 5 seg. | Min. 6 Col·laboracions<br><br>3 C<br>2 CC<br>1 CR<br><br>Màx. 7<br><br>(1 Col·laboracion de Risc ) |



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










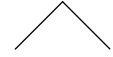
| CATEGORIA  | DIFICULTATS CORPORALS (BD)  | INTERCANVIS APARELL (ED)   | PASSOS DE DANSA (S)   | COL-LABORACIONS   | COMUNICACIÓ ENTRENADORES                             |
|--|---|--|---|---|--|
| <p><b>Nivell 11-C3</b><br/>(4-5 gimnastes)</p> <p><b>Nivell 11-CIT, CIQ, CIC</b><br/>(competició inclusiva)<br/>M.LL.</p>  | <p>Si l'exercici té menys de 3 BD o més de 6 BD.<br/>Penalització: - 0,30 en cada cas.</p> <p>Absència de 1 dificultat de cada grup.<br/>Penalització per cada grup absent: -0,30</p> <p>Absència de 2 Ones Corporals<br/>Penalització per cada ona absent: -0,30</p> |  | <p>Si l' exercici té menys de 2</p> <p>Si l' exercici té més de 5</p> <p>Penalització: -0.30 en cada cas.</p> | <p>Min. 6 Col-laboracions.<br/>Penalització: -0.30 por cada absent.</p> <p>Max. 7</p> <p>Max 1 Col-laboració de Risc.</p> <p>Penalització: -0.30 por cada una de més.</p> | <p>SI</p> <p>Permesa<br/>(davant i discretament)</p> |
| <p><b>Nivell 11-C3</b><br/>(4-5 gimnastes)</p> <p><b>Nivell 11-CIT, CIQ, CIC</b><br/>(competició inclusiva)<br/>PILOTA</p> | <p>Si l'exercici té menys de 3 BD.</p> <p>Absència d'una dificultat de cada grup corporal.<br/>Penalització per cada grup absent: -0.30.</p> <p>Absència de 2 Ones Corporals<br/>Penalització per cada ona absent: -0,30</p>  | <p>Si l'exercici té menys de 3 dificultats d'intercanvi.<br/>Penalització: - 0,30 en cada cas.</p> | <p>Si l' exercici té menys de 2</p> <p>Si l' exercici té més de 5</p> <p>Penalització: -0.30 en cada cas.</p> | <p>Min. 6 Col-laboracions.<br/>Penalització: -0.30 por cada absent.</p> <p>Max. 7</p> <p>Max 1 Col-laboració de Risc.</p> <p>Penalització: -0.30 per cada una de més.</p> | <p>SI</p> <p>Permesa<br/>(davant i discretament)</p> |
| <p><b>Nivell 11-C2</b><br/>(4-5 gimnastes)</p> <p>CÈRCOLS I PILOTES</p>  | <p>Si l'exercici té menys de 3 BD.</p> <p>Absència d'una dificultat de cada grup corporal.<br/>Penalització per cada grup absent: -0.30.</p> <p>Absència de 2 Ones Corporals<br/>Penalització per cada ona absent: -0,30</p>  | <p>Si l'exercici té menys de 3 dificultats d'intercanvi.<br/>Penalització: - 0,30 en cada cas.</p> | <p>Si l' exercici té menys de 2</p> <p>Si l' exercici té més de 5</p> <p>Penalització: -0.30 en cada cas.</p> | <p>Min. 6 Col-laboracions.<br/>Penalització: -0.30 por cada absent.</p> <p>Max. 7</p> <p>Max 1 Col-laboració de Risc.</p> <p>Penalització: -0.30 per cada una de més.</p> | <p>SI</p> <p>Permesa<br/>(davant i discretament)</p> |



















|  |  |  |  |   |   |
|--|--|--|--|---|---|
| <b>Nivell 11-C1</b><br>(4-5<br>gimnastes)<br><br>CINTA | Si l'exercici té menys de 3 BD.<br><br>Absència d'una dificultat de cada grup corporal.<br>PENALITZACIÓ per cada grup absent: -0.30. | Si l'exercici té menys de 4 dificultats d'intercanvi.<br><br>PENALITZACIÓ: - 0,30 en cada cas. | Si l' exercici té menys de 2<br><br>Si l' exercici té més de 5<br><br>Penalització: -0.30 en cada cas. | Min. 6 Col·laboracions.<br>Penalització: -0.30 por cada absent.<br><br>Max. 7<br><br>Max 1 Col·laboració de Risc.<br><br>Penalització: -0.30 per cada una de més. | NO<br><br>PERMESA<br><br>Penalització: - 0.50 |
|  | Absència de 2 Ones Corporals<br>Penalització per cada ona absent: -0,30  |  |  |   |   |

**S'APLICARÀ CODI FIG 2025 - 2028 AMB LES SEGÜENTS ADAPTACIONS**



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

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

Al grup D'EQUILIBRIS s'afegeixen els següents, de valor 0,1 i 0,2.

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

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

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