

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

GIMNASIA RÍTMICA

La siguiente reglamentación regirá durante todo el 2021 para los torneos oficiales de la FDPG. Incluye la recopilación básica del CoP FIG para las categorías Junior y Sénior, la reglamentación específica del área suramericana basada en las reglas del programa AGE GROUP (CONSUGI) y la reglamentación Iniciación, propuesta por el comité técnico del país.

I. DERECHOS DE PARTICIPACIÓN Y ACREDITACIÓN

Las competencias oficiales de la FDPG son abiertas.

- 1.1 Podrán participar todas las gimnastas pertenecientes a Clubes Deportivos afiliados a la FDPG, Clubes deportivos, Universidades, Institutos Superiores, Escuelas e instituciones de las Fuerzas Armadas, Escuela e instituciones de la Policía Nacional del Perú, instituciones Educativas Públicas y Privadas, Asociaciones Deportivas Comunales, Clubes Deportivos y entre otras entidades deportivas.
- 1.2 Las gimnastas que representen a un club afiliado no podrán cambiar por otro club afiliado durante el mismo año. En el caso de haberse retirado del club en el que participó en el año, podrá continuar participando, pero en forma libre, no pudiendo conformar equipos por categorías de edades con otros gimnastas durante el año en curso.
- 1.3 Los cambios de clubes deben efectuarse conforme se estipula en el Reglamento vigente de Pases y previamente a su participación en el año.
- 1.4 Si una gimnasta de otra nacionalidad reside en el Perú podrá participar en los campeonatos de la FDPG, con derecho a premiación.
- 1.5 Las gimnastas de otras nacionalidades que no residen en el Perú también podrán participar en los campeonatos de la FDPG, pero sin derecho a premiación.
- 1.6 Las participantes deben cumplir los requisitos de los Estatutos y el Reglamento Técnico de la FDPG.
- 1.7 Es obligatorio la presentación del DNI, Carnet de Extranjería o pasaporte (en el caso de gimnastas extranjeros) de cada gimnasta.
- 1.8 Sólo tendrán acceso al área de competencia los entrenadores y gimnastas acreditados.
- 1.9 Sólo tendrán acceso a la sala de cómputo el Director Técnico de la competencia, e integrantes del Consejo Directivo del FDPG.
- 1.10 Las gimnastas de iniciación solo podrán participar en máximo 2 modalidades de la gimnasia rítmica. Modalidades: individual, duo, trio y conjunto.

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

II. EDADES DE COMPETICIÓN

EDADES DE COMPETICIÓN GIMNASIA RÍTMICA			
Categoría		Año de Nacimiento	Edad
INICIACIÓN	A	2015	6 años
	B	2014-2013	7 - 8 años
	C	2012-2011	9 - 10 años
	D	2010-2009	11 - 12 años
	E	2008-2007-2006	De 13 a 15 años
	F	2005-Anteriores	16 años a +
GRUPO DE EDADES	AC2	2012-2011	9 - 10 años
	AC3	2010-2009	11 - 12 años
	AC4	2008-2007	13 - 14 años
FIG	JUNIOR	2008-2007-2006	De 13 a 15 años
	SENIOR	2005-Anteriores	16 años a +

III. CALENDARIZACIÓN CAMPEONATO NACIONAL: GIMNASIA RÍTMICA

FECHA	CATEGORÍA	LUGAR
14 de diciembre	Iniciación	Sede 01
15 de diciembre	Age Group Elite – Código FIG	Sede 01
Congresillo Técnico		Lunes 13 de diciembre 19H00 - Lima Unirse a la reunión Zoom https://us02web.zoom.us/j/89102139468 ID de reunión: 891 0213 9468
Dirección Técnica: Fabiola Arcos		

Todos los participantes se inscribirán colocando los datos que se les solicite en el respectivo formulario, estableciendo a las gimnastas por equipo e individuales.

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

En el siguiente enlace:

<http://www.federaciongimnasia.com.pe/documentos/bases>

Una vez realizado el pago correspondiente y el llenado de la planilla de inscripción, toda esta información se enviara al siguiente correo:

Inscripciones.fdpq@gmail.com

IV. CONFORMACIÓN DE LAS DELEGACIONES

El tamaño máximo de cada delegación que tendrá derecho a acreditación es el siguiente:

- 4.1 Gimnastas: no hay límite en la cantidad de gimnastas en la modalidad individual y la modalidad conjuntos.
- 4.2 Entrenadores: máximo 1 entrenador acreditado en la base de datos de la FDPG por equipo participante.
- 4.3 Delegado: máximo 1 por institución para todos los eventos.

V. PUBLICACIÓN DE NOTAS

La compilación, procesamiento, publicación y entrega de resultados estará a cargo de los Directores Técnicos responsables de la competencia

VI. PREMIACIÓN

- 6.1 **Máximo acumulador**: se entregará medalla a los tres primeros lugares.
- 6.2 **Aparatos**: Se entregará medalla a los tres primeros lugares, y se realizará la premiación siempre y cuando compitan como mínimo 3 individuales, 3 dúos, 3 trios. En el caso de conjunto no se necesita el mínimo 3.
- 6.3 **Empate**: En este caso no se aplicará la regla de desempate, premiándose todos los puestos, hasta el tercer lugar.

VII. DE LAS SANCIONES

7.1 Respeto y Participación

- a. Estar puntual en los horarios establecidos para las competencias.
- b. Estar presentes correctamente uniformados, para la competencia.
- c. Se debe mantener el respeto entre gimnastas, entrenadores, jueces, padres de familia y organizadores; base donde se construye valores y garantiza el funcionamiento de la actividad.

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

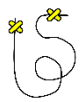
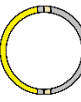
Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

7.2 Compromiso y Responsabilidad

- Presidentes de Clubes y delegados de colegios e instituciones, deberán presentarse a la reunión de delegados debidamente acreditados (máximo 1 por institución).
- Las participantes y entrenadores deben encontrarse en el horario indicado.
- En caso de que una gimnasta de una institución no llegué al horario o día establecido según programa no podrá competir.
- Entrenador que ingrese a una gimnasta que no se encuentra inscrita será sancionado abandonando su participación. Se enviará una carta al club o colegio afiliado indicando lo sucedido.

GIMNASIA RÍTMICA PROGRAMA DEL CAMPEONATO NACIONAL

INDIVIDUAL

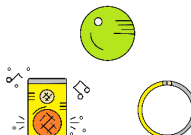
INDIVIDUAL							
NIVEL	EDAD	MANO LIBRE	CUERDA	ARO	PELOTA	MAZAS	CINTA
Iniciación A	6 años	X	X				
Iniciación B	7 - 8 años	X	X				
Iniciación C	9 - 10 años	X			X		
Iniciación D	11 - 12 años	X		X			
Iniciación E	13 a 15 años			X		X	
Iniciación F	16+			X		X	
Age Group AC2	9 - 10 años	X	X		X		
Age Group AC3	11 - 12 años	X		X		X	
Age Group AC4	13 a 14 años			X		X	X
JUNIOR	13 a 15 años			X	X	X	X
SENIOR	16+			X	X	X	X

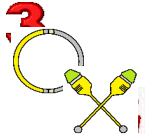
CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

CONJUNTO

CONJUNTO				
NIVEL	EDAD	Mano libre	5 AROS	5 PELOTAS
AB	6 a 8 años	X		
CD	9 a 12 años		X	
EF	13+			X

DUOS - TRIOS			
NIVEL	EDAD	DUOS	TRIOS
AB	6 a 8 años	Manos libres	Manos libres
CD	9 a 12 años	2 cuerdas	3 pelotas
EF	13+	2 pares de mazas	3 aros
NOTA: DURACIÓN DEL EJERCICIO		DUOS – 1.30" TRIOS – 2.00"	

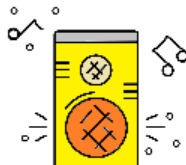
CONJUNTO				
NIVEL	EDAD	5 PELOTAS	5 CINTAS	3 + 2
SENIOR	16+	X		X

Los requerimientos para las categorías AGE GROUP, JUNIOR Y SENIOR están escritos en el reglamento CONSUGI de Gimnasia Rítmica

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

INDIVIDUAL INICIACIÓN A - B

REQUERIMIENTOS				
	BD			Corza, impulso con 1 o con 2 pies, forma bien fijada y definida. El brazo contrario a la pierna de adelante se posiciona al frente y el otro brazo lateral. Tronco vertical. (0.10)
				Pierna libre estirada a nivel de la horizontal 90°. Mantener mínimo 2 segundos. (0.20) /En planta (0.10)
				Pierna libre en posición lateral con ayuda. Mantener mínimo 2 segundos. (0.30) / En planta. (0.20)
				Passé, tronco vertical, forma bien fijada y mantenida durante la rotación de 360°. (0.10)
	+ 2 BD LIBRE		2 dificultades Corporales a libre elección	
		2 equilibrios dinámicos con onda corporal total. (0.30 cada uno)		
	S	2 combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)		
		Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10 cada uno)		
		Una combinación de 2 elementos pre acrobáticos. (0.20)		

REQUERIMIENTOS		
	BD	3 dificultades Corporales, una de cada grupo corporal
	+ 2 BD LIBRE	2 dificultades Corporales a libre elección
		2 equilibrios dinámicos con onda corporal total. (0.30 cada uno)
	S	2 combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)
		Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10 cada uno)
	2R	2 riesgos de 1 rotación (Es posible añadir criterios de lanzamiento y/o recepción hasta un máximo de 0.40 pts.) (Máximo 2)
	AD	Dificultad de aparato (Valor 0.20 pts. - 0.30 pts. - 0.40pts)

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

INDIVIDUAL INICIACIÓN C - D

REQUERIMIENTOS					
	BD			Salto zancada, forma bien fijada y definida. (0.30)	
				Plancha, Arabesque con tronco a la horizontal. Mantener mínimo 2 segundos. (0.30) /En planta (0.20)	
				Pierna libre en posición lateral con ayuda. Mantener mínimo 2 segundos. (0.30) / En planta. (0.20)	
				Giro en attitude (360°) pierna libre flexionada a la horizontal (0.20)	
		+ 2 BD LIBRE		2 dificultades Corporales a libre elección	
	)	2 equilibrios dinámicos con onda corporal total. (0.30 cada uno)			
	S	2 combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)			
		Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10 cada uno)			
		Una combinación de 2 elementos pre acrobáticos. (0.20)			

REQUERIMIENTOS				
 	BD	3 dificultades Corporales, una de cada grupo corporal		
	+ 2 BD LIBRE	2 dificultades Corporales a libre elección		
		2 equilibrios dinámicos con onda corporal total. (0.30 cada uno)		
	S	2 combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)		
		Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10) cada uno)		
	2R	2 riesgos de 1 rotación (Es posible añadir criterios de lanzamiento y/o recepción hasta un máximo de 0.40 pts.) (Máximo 2)		
	R ₂	1 riesgo de 2 rotaciones (Código FIG) Opcional – NO OBLIGATORIO		
AD		Dificultad de aparato – Valor 0.20 pts. - 0.30 pts. - 0.40 pts.		

**CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA,
AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN**

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

INDIVIDUAL INICIACIÓN E - F

REQUERIMIENTOS			
 	BD	3 dificultades Corporales, una de cada grupo corporal	
		+ 3 BD LIBRE	3 dificultades Corporales a libre elección
	)	2 equilibrios dinámicos con onda corporal total. (0.30 cada uno)	
	S	2 combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)	
	R	1 riesgo de 1 rotación (Es posible añadir criterios de lanzamiento y/o recepción) (Máximo 1)	
	R ₂	1 riesgo de 2 rotaciones (Código FIG)	
	AD	Dificultad de aparato – Valor 0.20 pts. - 0.30 pts. - 0.40 pts.	

I. DIFICULTAD CORPORAL (BD)

- 1.1. Los elementos BD son dificultades obligatorias en manos libres y dos dificultades a libre elección.
- 1.2. Para las dificultades de rotación obligatorias en manos libres, la rotación se evaluará de acuerdo con el número de rotaciones ejecutadas (min. 1)
- 1.3. Cada BD cuenta una sola vez; si la BD se repite, la dificultad no es válida (no se penaliza).
- 1.4. En el caso de las dificultades obligatorias, si la gimnasta presenta una dificultad diferente a las enunciadas en este reglamento, la dificultad no se evalúa (no se penaliza). Solo se permitirá dos Dificultades Corporales libres (A-B-C-D) y tres Dificultades Corporales libres (E-F).
- 1.5. Las BD son válidas si se ejecutan:
 - a. De acuerdo con las exigencias descritas en las tablas de dificultades. En el caso de las dificultades obligatorias, según las exigencias descritas en este reglamento.
 - b. Con un mínimo de un elemento técnico fundamental y/o un elemento técnico no fundamental. Nota: Si un elemento Técnico de aparato se ejecuta de forma idéntica durante BD, la dificultad no es válida (no se penaliza).

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

II. ONDA CORPORAL

2.1 Dificultades Equilibrios dinámicos. Onda Corporal terminando en relevé.



2.2 Una onda corporal será válida sin las siguientes faltas de ejecución:

- a. Falta de extensión corporal
- b. Falta de coordinación de los brazos
- c. Onda corporal poco profunda

2.3 No es posible ejecutar las ondas corporales obligatorias conectadas a dificultades Corporales (BD).

2.4 Deben estar coordinadas con un mínimo de un elemento técnico fundamental y/o un elemento técnico no fundamental de aparato.

2.5 Solo se contabilizan 2 ondas corporales, en el caso de tener más de 2 no se evalúa (no se penaliza)

III. COMBINACIÓN DE PASOS DE DANZA (S)

3.1 Todas las normas específicas para las combinaciones de pasos de danza especificados para la Dificultad Sénior Individual son también válidas para esta categoría.

- Con un mínimo de 1 elemento Técnico Fundamental de Aparato
- Durante un mínimo de 8 segundos que se inician desde el primer movimiento de danza; todos los pasos deben ser claros y visibles durante toda la duración.
- Acordes con el tempo, ritmo, carácter musical y acentos. Con un mínimo de 2 variaciones diferentes de movimiento: tipos de pasos, ritmo, direcciones o niveles.

3.2 La Combinación de Pasos de Danza no será válida en los siguientes casos:

- Menos de 8 segundos de danza.
- Grave alteración de la técnica de base de manejo del aparato (Faltas técnicas 0.30 o más).
- Si no existe relación entre el ritmo y el carácter de la música y los movimientos del cuerpo y del aparato.

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

- Si no existen al menos 2 variaciones diferentes de movimientos: modalidades, ritmo, direcciones, o niveles en cada Combinación de Pasos de Danza.
- Si falta como mínimo 1 elemento Técnico Fundamental de aparato.
- Si la combinación se ejecuta completamente en el suelo.
- Con elementos pre-acrobatico(s)

IV. ELEMENTOS PRE-ACROBATICOS

4.1 Únicamente están autorizados los siguientes grupos de elementos pre-acrobáticos.

- Volteretas adelante y atrás sin fijar la posición y sin vuelo.
- Inversiones adelante, atrás, ruedas laterales sin fijar la posición y sin vuelo.
- Voltereta de pecho – Pez (adelante y/o atrás): inversión sobre un hombro en el suelo con paso por la vertical con el cuerpo extendido.

4.2 Las Inversiones y Ruedas Laterales se consideran diferentes:

- Adelante, atrás o lateralmente
- Sobre los antebrazos, sobre el pecho o la espalda
- Con o sin cambio de piernas
- Posiciones de partida: desde el suelo o de pie

4.3 Los elementos pre - acrobáticos deben estar coordinados con grupos técnicos del aparato fundamentales o no fundamentales.

4.4 Los elementos pre acrobáticos pueden estar coordinados con Dificultad de Aparato, en este caso el valor aumentara +0.20 para AD con base de aparato (grupo fundamental o no fundamental) +0.30 para AD con bases específicas del aparato o +0.40 para las AD con recepción del aparato después de un grande lanzamiento o rebote.

4.5 El mismo elemento pre - acrobático (pre - acrobático, chaine, ilusión, etc.) puede usarse una vez en R y una vez en AD.

Combinación de elementos pre - acrobáticos

Combinación de elementos pre acrobáticos solo es válida si se realiza sin interrupción en la conexión de los elementos y si presenta dinamismo en su ejecución (ejecución tipo DER). Los elementos pueden ser iguales o diferentes.

V. ELEMENTOS DINAMICOS DE ROTACIÓN (R)

5.1 Requisitos para el R1

CATEGORÍA	SIMBOLO	VALOR BASE	ACCIONES	DESCRIPCIÓN DE LA BASE
Iniciación AB	R1	0.10	1 rotación "chainé" 1 rotación libre	Lanzamiento grande o mediano

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

Iniciación CD			1 rotación "chainé"	
Iniciación EF			1 rotación libre	
			2 rotaciones libres	

- El valor base de R1 puede incrementarse utilizando criterios adicionales descritos en el CoP. Estos criterios pueden realizarse durante el lanzamiento del aparato y durante la recepción del aparato.
- La rotación utilizada en el R1 (rotación "chaine" – rotación libre) debe ejecutarse durante el vuelo del aparato.
- La rotación utilizada en el R1 (rotación "chaine" – rotación libre) no puede ser utilizada en el R2.

5.2 Requisitos para el R2

CATEGORÍA	SIMBOLO	VALOR BASE	ACCIONES	DESCRIPCIÓN DE LA BASE
Iniciación CD Iniciación EF	R2	0.20	2 rotaciones	Lanzamiento grande o mediano Ejecutada: 360° cada rotación. Sin interrupción. Alrededor de cualquier eje. Con o sin paso por el suelo. Con o sin cambio de eje de rotación del cuerpo. Puede realizarse durante el Lanzamiento o bajo el vuelo del aparato.

- El valor base de R2 puede incrementarse utilizando criterios adicionales descritos en el CoP. Estos criterios pueden realizarse durante el lanzamiento del aparato y durante la recepción del aparato.
- Las rotaciones utilizadas en el R2 tienen que ser diferentes al R1.

VI. TABLA DE PENALIZACIONES

DIFICULTAD	MAX/MIN	PENALIZACIÓN 0.30
Dificultad Corporal	Dificultades obligatorias y a libre elección	Ausencia de una dificultad obligatoria (cada vez)
		Menos de una dificultad de cada grupo corporal (por

CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA, AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

		cada grupo ausente)
Onda corporal	2 ondas obligatorias	Menos de 2
Combinaciones de pasos de Danza	Mínimo 2 series	Menos de 2
Elementos pre - acrobáticos	Mínimo 3 libres (solo para Iniciación AB- CD)	Menos de 3
	Mínimo 1 Combinación de 2 (solo para Iniciación AB- CD)	Menos de 1
Elementos Dinamicos de Rotación (R)	Mínimo 2 R1 (solo para Iniciación AB)	Menos de 2
	Mínimo 2 R1 (solo para Iniciación CD-EF)	Menos de 2
	Mínimo 1 R2 (solo para Iniciación CD- EF)	Menos de 1

CONJUNTO INICIACIÓN AB (5 gimnastas) DÚOS - TRIOS INICIACIÓN AB

REQUERIMIENTOS		
	BD	3 Dificultades Corporales, una de cada grupo corporal con un valor máximo de 0.30 pts. + 2 BD LIBRES
		2 Ondas Corporales. Equilibrio dinámico con onda corporal total. (0.30 cada uno)
	S	2 Combinaciones de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)
	CC	Colaboración sin rotación corporal (min. 3)
	CR	Colaboración con rotación corporal (min. 2)
	CRR	Colaboración con rotación corporal (min. 2)
		Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10 cada uno)

**CAMPEONATO NACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA,
AERÓBICA, RÍTMICA Y TRAMPOLÍN**

Lima, diciembre, 13 al 20 de diciembre

**CONJUNTO INICIACIÓN CD - EF (5 gimnastas)
DÚOS - TRIOS INICIACIÓN AB – EF**

REQUERIMIENTOS CON APARATOS		
BD	BD +ED Max. 6	3 Dificultades Corporales, una de cada grupo corporal
ED	(1 Dificultad BD o ED a elección)	2 Intercambios
	1 onda Corporal. Equilibrio dinámico con onda corporal total. (0.30 pts)	
S	Combinación de pasos de Danza de acuerdo con el ritmo, tempo y carácter de la música. Mínimo 8 segundos. (0.30 cada uno)	
	Tres elementos pre acrobáticos a libre elección. (0.10 cada uno)	
R1	1 Riesgo de 1 rotación (Es posible añadir criterios de lanzamiento y/o recepción hasta un máximo de 0.40 pts.)	
CC 	Colaboraciones. Sin rotacion corporal (mínimo 3)	
CR	Colaboraciones con rotacion corporal (mínimo 1)	
CRR	Colaboraciones con rotacion corporal (mínimo 1)	