

PROGRAMA CATEGORIA 7- 8 AÑOS




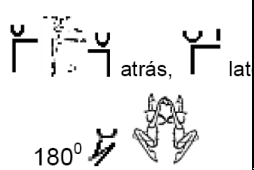
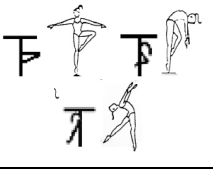
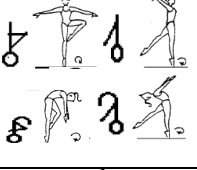







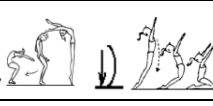
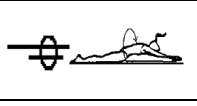
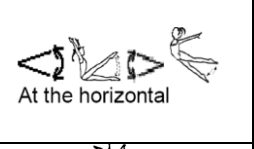
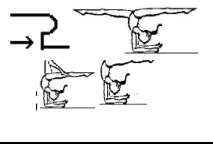
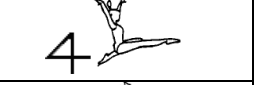


MANOS LIBRES


DIFICULTAD: 3.00 PTS MAXIMO


1. 5 Dificultades corporales máximo

Valor de cada dificultad. 0.20. Valor total: 1:00 pts.

Deben estar representadas (1 salto, 1 equilibrio, 1 rotación) mas dos dificultades a libre Elección

TABLA DE DIFICULTADES					
SALTOS 		EQUILIBRIOS 		ROTACIONES  (360°)	
Salto vertical con rotación del cuerpo de 180°		Pierna libre por debajo de la horizontal en: "Passé" con flexión del tronco adelante o atrás		Pierna libre por debajo de la horizontal: "Passé," cuerpo inclinado adelante o atrás	
		"Cosaco:" pierna libre en: nivel horizontal;		«Cosaco» pierna libre a la horizontal	
		Equilibrios con apoyo sobre diferentes partes del cuerpo		Espiral girando con onda total del cuerpo	
«Cabriole» (adelante, lateral, atrás) arqueado		Equilibrio dinámico con onda total del cuerpo		Rotación sobre varias partes del cuerpo	
"Tijeras" Salto con cambio de piernas posición a la horizontal		Equilibrio dinámico con o sin movimiento de pierna con apoyo sobre los antebrazos			
«Cosaco»					
En Círculo					
Salto corza con impulso de uno o dos pies					

2. **2 ondas corporales máximo** , diferentes a la que se presentan en la tabla anterior.
Valor de cada onda: 0.20 cada una. Valor total: 0.40

3. **2 elementos pre acrobáticos aislados máximo**  Valor de cada elemento: 0.20 cada uno.
Valor total: 0.40 pts.





4. **1 combinacion de elementos pre acrobaticos** (2 elementos) . Estos tienen que ser diferentes a los elementos preacrobaticos aislados. Valor 0.20 puntos.
5. **2 series de pasos ritmicos** $S \rightarrow$ **minimo**. Una de las series debe tener cambio de direccion y nivel. Valor: 0.20 cada uno. Valor de 0.40 pts hasta a 1.00 pts

EJECUCION: 10.00 PTS MAXIMO

NOTA FINAL MANOS LIBRES: D 3.00 + E: 10.00 PTS = 13.00 PTS

CUERDA

DIFICULTAD: 4.00 PTS MAXIMO

1. **5 Dificultades corporales máximo**
Valor de cada dificultad. 0.30 pts. Valor total: 1:50 pts.
Deben estar representadas 2 saltos, 1 equilibrio, 1 rotación mas una dificultad a libre elección.
 - **Todas las dificultades deben realizarse con manejos técnicos del aparato.**
 - **Uno de los saltos debe realizarse con pasaje de la cuerda, cuerda girando hacia adelante o hacia atrás.**
2. **1 onda corporal**  **o un elemento pre acrobático**  **máximo coordinados con manejos técnicos del aparato**, las ondas tienen que ser diferentes a la que se presentan en la tabla de dificultades. Valor total: 0.30
3. **MANEJOS TECNICOS DEL APARATO.** Valor total: 0.90 pts.
 - **Serie de saltitos pasando la cuerda (3 saltitos) cuerda girando hacia adelante o hacia atrás.** Valor: 0.30 pts.
 - **Rotaciones de la cuerda abierta.** Valor 0.30 pts.
 - **1 escape de la soga.** Valor 0.30 pts.
4. **2 series de pasos ritmicos** $S \rightarrow$ **minimo coordinadas con manejos tecnicos del aparato** (pasajes de la cuerda, escapes, rotaciones de la cuerda plegada en dos, Rotaciones de cuerda abierta, manejos en ocho, circunducciones, transmisiones del aparato por debajo de la pierna o alrededor de cualquier parte del cuerpo, enrollos de la cuerda, etc.). 1 de las series debe ejecutarse con cambio de direccion y nivel. Valor: 0.30 cada uno. Valor de 0.60 pts hasta a 1.20 pts

EJECUCION: 10.00 PTS MAXIMO

NOTA FINAL CUERDA: D 4.00 + E: 10.00 PTS = 14.00 PTS

NOTA: Las gimnastas de 7-8 años se calificarán con la nueva planilla estándar en manos libres y cuerda para esta categoría (adjunta a esta resolución) en la cual el/la entrenador/a deberá señalar las dificultades a realizar y entregar en la reunión de delegados.



PLANILLA MANOS LIBRES 7 A 8 AÑOS FEDECOLGIM



Gimnasta: _____ Liga _____

EXIGENCIAS								VALOR		
MAXIMO 5 DIFICULTADES CORPORALES(D) Minimo 1 Salto 1 giro 1 equilibrio + 2 dificultades a libre elección 1.00 PTS MAX	SALTOS ^								0.20 C/una	
									0.20	0.40
	EQUILIBRIOS T								0.20 C/una	
									0.20	0.40
ROTACIONES o								0.20 C/una		
								0.20	0.40	

ELEMENTOS OBLIGATORIOS (EO) VALOR TOTAL: MAX 2:00 PTS	2 ondas corporales máximo , diferentes a la que se presentan en la tabla anterior.	0.20	0.40			
	2 elementos pre acrobáticos aislados máximo	0.20	0.40			
	1 combinacion de elementos acrobaticos. (2 elementos) . Estos tienen que ser diferentes a los elementos preacrobaticos aislados.	0.20				
	2 series de pasos ritmicos minimo. Una de las series debe tener cambio de direccion y nivel. Valor: 0.20 cada uno.	0.20	0.40	0.60	0.80	1.00

3.00 PTS MAXIMO					
NOTA D		NOTA EO		NOTAL FINAL D+EO	

Firma Entrenador _____

Firma Juez _____



PLANILLA CUERDA 7 A 8 AÑOS FEDECOLGIM



Gimnasta: _____ Liga _____

EXIGENCIAS								VALOR			
MAXIMO 5 DIFICULTADES CORPORALES(D) Minimo 1 Salto 1 giro 1 equilibrio + 2 dificultades a libre elección 1.00 PTS MAX	SALTOS 								0.30 C/una		
										0.30	0.60
	EQUILIBRIOS 									0.30 C/una	
											0.30
ROTACIONES 									0.30 C/una		
									0.30	0.60	

ELEMENTOS OBLIGATORIOS (EO) VALOR TOTAL: MAX 2:50 PTS	1 onda corporal o un elemento pre acrobático máximo coordinados con manejos técnicos del aparato , las ondas tienen que ser diferentes a la que se presentan en la tabla de dificultades.	0.30	
	2 series de pasos ritmicos minimo coordinadas con manejos tecnicos del aparato (pasajes de la cuerda, escapes, rotaciones de la cuerda plegada en dos, Rotaciones de cuerda en dos y abierta, manejos en ocho, circunducciones, transmisiones del aparato por debajo de la pierna o alrededor de cualquier parte del cuerpo, enrolles de la cuerda, etc.). 1 de las series debe ejecutarse con cambio de direccion y nivel. Valor: 0.30 cada uno.	0.30	0.90
	Serie de saltitos pasando la cuerda (3 saltitos) cuerda girando hacia adelante o hacia atrás.	0.60	1.20
	Rotaciones de la cuerda abierta.	0.30	
	1 escape de la sogá.	0.30	

3.00 PTS MAXIMO				
NOTA D		NOTA EO		NOTAL FINAL D+EO

Firma Entrenador _____

Firma Juez _____