

oro

Tablas dificultad
NACIONAL
acrobática
2021

rfeg

real federación española de gimnasia



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE



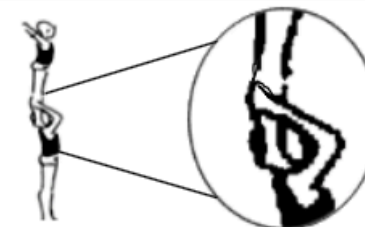
Consejo
Superior de
Deportes

REGLAS GENERALES

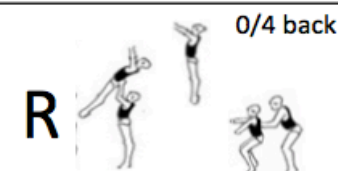
Las siguiente posiciones del ágil pueden usarse indistintamente para un mismo Valor de dificultad.



El agarre de piernas del portor al ágil en los elementos realizados con uno o dos pies del ágil sobre los hombros del base se realizarán por detrás de la pierna, como se representa en la figura.



En los elementos precedidos por rondada y en los que se detalla 0/4 back, no es necesario que el ágil rote en la fase de vuelo, a pesar de que en la representación gráfica se muestre una pequeña rotación de casi 1/4 back.



El ágil puede elegir el modo más favorable para sujetar los brazos de la medio.

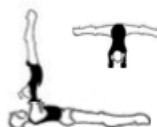
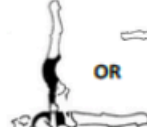
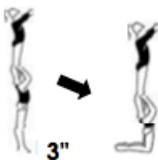
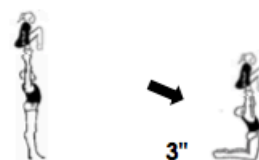


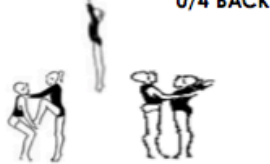
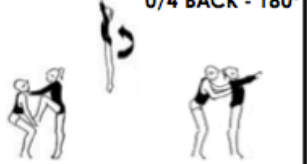
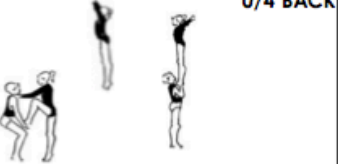
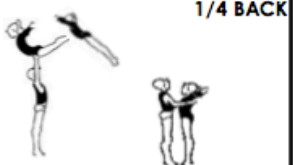
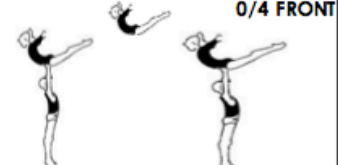
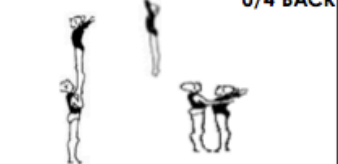
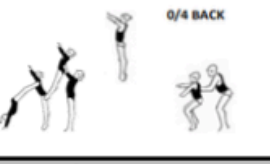
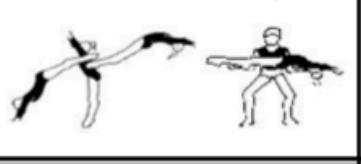
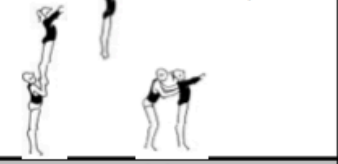
CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 13 AÑOS					PAREJAS FEMENINAS				
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO									
ALEVÍN	A		B		C		D		
ROW I	3"  OR 		3" 		3" OR  		3"  OR 		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW II	3"  OR 		3"  OR 		3"  OR 		3"  OR 		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW III	3"  OR  Piernas separadas		3"  Piernas juntas		3"  OR  Piernas separadas		3"  Piernas juntas		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW IV	3"   		3"   		3"   		3"   		
Valor	0,1		0,2		0,3		0,3		

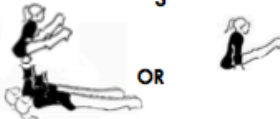
CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 13 AÑOS					PAREJAS FEMENINAS				
ELEMENTOS DINÁMICOS									
ALEVÍN	A		B		C		D		
ROW I			 0/4 BACK		 0/4 BACK		 /4 BACK 180°		
Valor			0,1		0,2		0,3		
ROW II			 0/4 BACK		 0/4 BACK 180°		 1/4 FRONT		
Valor			0,1		0,2		0,3		
ROW III			 R 0/4 BACK		 R 0/4 BACK		 1/4 BACK		
Valor			0,1		0,2		0,3		
ROW IV			 0/4 BACK		 0/4 BACK		 0/4 BACK		
Valor			0,1		0,2		0,3		

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS				PAREJAS MASCULINAS				
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO								
ALEVÍN	A		B		C		D	
	3"		3"		3"		3" OR	
ROW I								
Valor	0,1		0,1		0,2		0,3	
	3"		3"		3"		3"	
ROW II								
Valor			0,1		0,2		0,3	
	3"		3"		SUBIDA PIERNAS SEPARADAS		SUBIDA PIERNAS JUNTAS	
ROW III								
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
	3"		3"		3" Portor sin manos		3"	
ROW IV								
Valor	0		0,1		0,2		0,3	

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS					PAREJAS MASCULINAS				
ELEMENTOS DINÁMICOS									
ALEVÍN	A		B		C		D		
ROW I	0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW II					0/4 FRONT		0/4 FRONT BASE TURNS 180°		
Valor			0,1		0,2		0,3		
ROW III			0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		
Valor			0,1		0,2		0,3		
ROW IV	0/4 BACK				0/4 BACK - 180°		0/4 BACK - 360°		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		

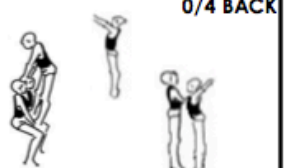
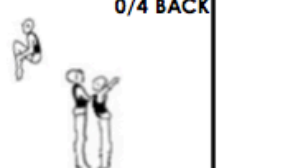
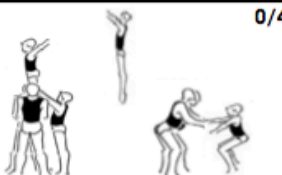
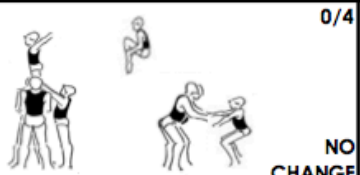
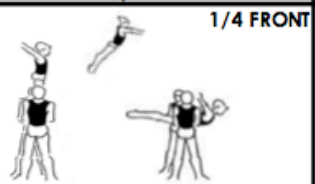
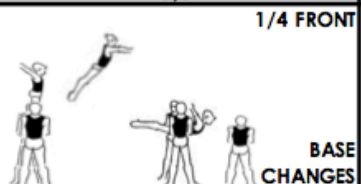
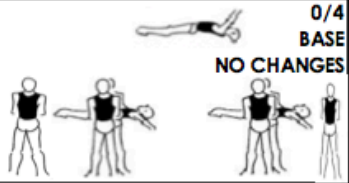
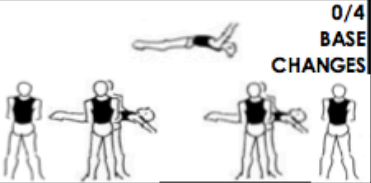
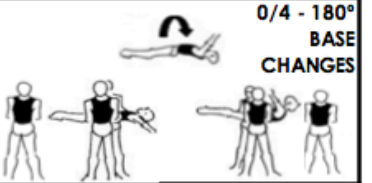
CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS					PAREJAS MIXTAS				
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO									
ALEVÍN	A		B		C		D		
ROW I	 3"		 3"		 3"		 3"		3"
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW II	 3" OR 		 3" OR 		 3" OR 		 3" OR 		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW III	 Piernas juntas		 3" Piernas separadas		 3" Piernas juntas		 3" OR 		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		
ROW IV	 3"		 3"		 3"		 3"		
Valor	0		0,1		0,2		0,3		

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS			PAREJAS MIXTAS	
ELEMENTOS DINÁMICOS				
ALEVÍN	A	B	C	D
ROW I	 0/4 BACK	 0/4 BACK	 0/4 BACK - 180°	 0/4 BACK
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW II			 1/4 BACK	 0/4 FRONT
Valor			0,2	0,3
ROW III		 0/4 BACK	 0/4 BACK	 0/4 BACK
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW IV		 R 0/4 BACK	 1/4 BACK	 0/4 FRONT
Valor		0,1	0,2	0,3

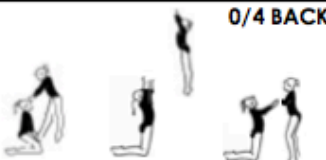
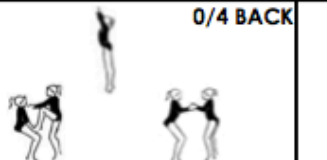
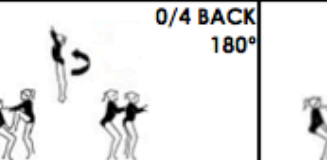
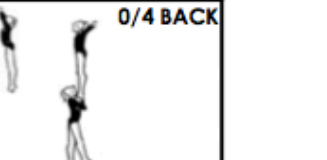
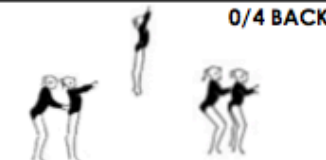
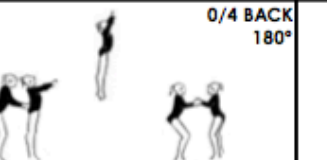
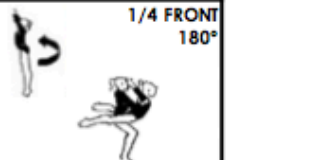
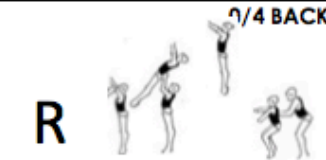
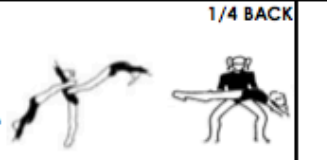
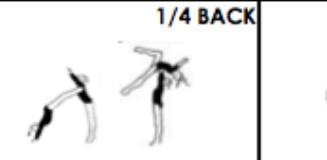
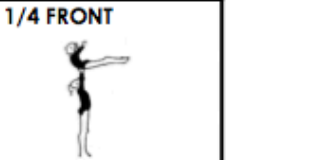
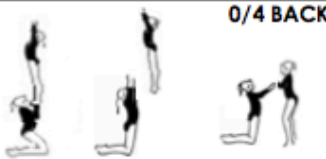
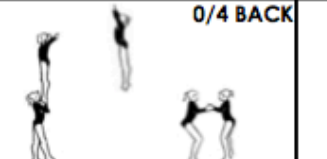
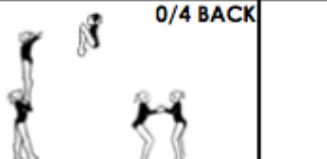
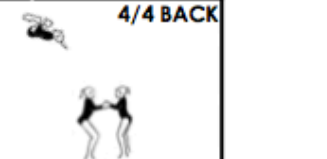
CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS					TRIOS	
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO						
ALEVÍN	A		B		C	D
ROW I	3" AGARRE MANO-CINTURA 		3" AGARRE MANO-CINTURA 		3" OR 	3" OR 
Valor	0		0,1		0,2	0,3
ROW II	3" 		3" 	3" 	3" 	3" OR 
Valor	0		0,1	0,1	0,2	0,2
ROW III			3" 		3" 	3" 
Valor			0,1		0,2	0,3

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS					TRIOS
ELEMENTOS DINÁMICO					
ALEVÍN	A	B	C	D	
ROW I		0/4	0/4 - 180°	0/4 - 360°	
Valor		0,1	0,2	0,3	
ROW II	0/4 FRONT	0/4 FRONT	1/4 FRONT	3/4 FRONT	
Valor	0	0,1	0,2	0,3	
ROW III	0/4 BACK	0/4 BACK	1/4 BACK	4/4 BACK	
Valor	0	0,1	0,2	0,3	
ROW IV			2/4 BACK	0/4	
Valor			0,2	0,3	

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS					CUARTETOS
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO					
ALEVÍN	A	B		C	D
ROW I					
Valor	0	0,1	0,1	0,2	0,3
ROW II					
Valor				0,2	0,3
ROW IV					
Valor	0	0,1	0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021 ALEVÍN 7 - 15 AÑOS				CUARTETOS
ELEMENTOS DINÁMICOS				
ALEVÍN	A	B	C	D
ROW I		0/4 BACK 	0/4 BACK 	0/4 BACK 
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW II		0/4 	0/4 	0/4 
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW III			1/4 FRONT 	1/4 FRONT 
Valor			0,2	0,3
ROW IV		0/4 BASE NO CHANGES 	0/4 BASE CHANGES 	0/4 - 180° BASE CHANGES 
Valor		0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021 INFANTIL 7-14 AÑOS PAREJAS FEMENINAS				
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO				
INFANTIL	A	B	C	D
ROW I		3" OR	3" OR	3"
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW II	2"	3" OR	3"	3" OR OR
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW III	3" piernas juntas	3" piernas juntas	3" OR	3" OR
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW IV		3" OR	3" OR	3" OR
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW V		3"	3"	3"
Valor		0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021 INFANTIL 7-14 AÑOS PAREJAS FEMENINAS				
ELEMENTOS DINÁMICOS				
INFANTIL	A	B	C	D
ROW I	 0/4 BACK	 0/4 BACK	 0/4 BACK 180°	 0/4 BACK
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW II	 0/4 BACK	 0/4 BACK 180°	 1/4 FRONT	 1/4 FRONT 180°
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW III	 R 1/4 BACK	 R 1/4 BACK	 R 1/4 BACK	 1/4 FRONT
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW IV	 0/4 BACK	 0/4 BACK	 0/4 BACK	 4/4 BACK
Valor	0	0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021		INFANTIL 7-14 AÑOS		PAREJAS MASCULINAS	
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO					
INFANTIL	A	B	C		D
ROW I	3" OR	3" OR	3" OR	3"	3"
Valor	0	0,1	0,2	0,2	0,3
ROW II	3"	3"	3" OR	3"	3"
Valor	0	0,1	0,2	0,3	0,3
ROW III	3" PIERNAS JUNTAS	3" PIERNAS JUNTAS POWER	3" OR	3" OR	OR 3"
Valor	0	0,1	0,2	0,2	0,3
ROW IV	3"	3"	3"	3"	3"
Valor	0	0,1	0,2	0,3	

CÓDIGO 2021		INFANTIL 7-14 AÑOS		PAREJAS MASCULINAS				
ELEMENTOS DINÁMICOS								
INFANTIL	A		B		C		D	
ROW I	0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		4/4 BACK	
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
ROW II	0/4 FRONT		0/4 FRONT BASE TURNS 180°		0/4 FRONT 180°		0/4 FRONT	
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
ROW III	0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		4/4 BACK	
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
ROW IV	0/4 BACK		0/4 BACK		0/4 BACK		4/4 BACK	
Valor	0		0,1		0,2		0,3	

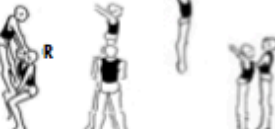
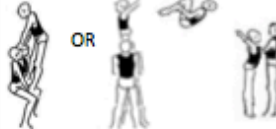
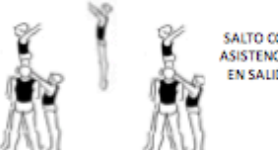
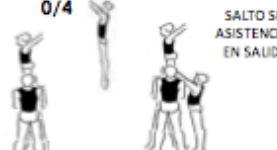
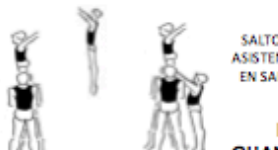
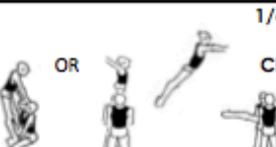
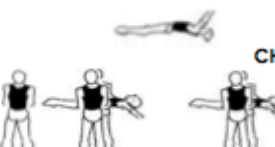
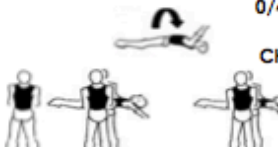
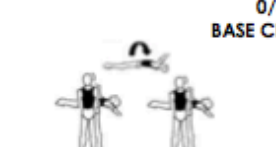
CÓDIGO 2021		INFANTIL 7-14 AÑOS		PAREJAS MIXTAS		
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO						
INFANTIL	A	B	C	D		
ROW I	3" 	3" 				
Valor	0	0,1	0,2	0,3		
ROW II	3" OR 	3" OR 	3" OR 	3" 		
Valor	0	0,1	0,2	0,3		
ROW III	3" ÁGIL PIERNAS JUNTAS Y CODOS EXTENDIDOS	3" OR 	3" OR AGIL CODOS EXTENDIDOS	3" POWER OR 	3" JUMP OR 	
Valor	0	0,1	0,1	0,2	0,3	
ROW IV	3" → 	3" → 	3" → 	3" → 		
Valor	0	0,1	0,2	0,3		

CÓDIGO 2021 INFANTIL 7-14 AÑOS PAREJAS MIXTAS				
ELEMENTOS DINÁMICOS				
INFANTIL	A	B	C	D
ROW I		0/4 BACK 	0/4 BACK - 180° 	0/4 BACK
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW II		1/4 BACK 	0/4 FRONT 	1/4 FRONT
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW III	0/4 BACK 	0/4 BACK 	4/4 BACK 	4/4 BACK
Valor	0	0,1	0,2	0,3
ROW IV		1/4 BACK 	R 1/4 BACK - 180° 	4/4 FRONT
Valor		0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021 INFANTIL 7-14 AÑOS TRIOS FEMENINOS						
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO						
INFANTIL	A	B		C		D
ROW I	3" AGARRE MANO-CINTURA	3" AGARRE MANO-MANO	3" AGARRE MANO-PIE	3" OR AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE
Valor	0	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3
ROW II	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" OR AGARRE MANO-MANO-PIE	3" OR AGARRE MANO-MANO-PIE	3" OR AGARRE MANO-MANO-PIE
Valor	0	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3
ROW III		3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE	3" AGARRE MANO-MANO-PIE
Valor		0,1	0,2	0,2	0,3	0,3

CÓDIGO 2021 INFANTIL 7-14 AÑOS TRIOS FEMENINOS				
ELEMENTOS DINÁMICOS				
INFANTIL	A	B	C	D
ROW I	0/4 	0/4 - 180° 	0/4 - 360° 	0/4 - 540°
Valor	0	0,1	0,2	
ROW II	0/4 FRONT 	1/4 FRONT 	3/4 FRONT 	4/4 FRONT
Valor		0,1	0,2	0,3
ROW III	0/4 BACK OR 	1/4 BACK OR 	4/4 BACK OR 	4/4 BACK OR
Valor	0	0,1	0,2	
ROW IV		2/4 BACK 	0/4 	3/4 BACK
Valor		0,1	0,2	0,3

CÓDIGO 2021		INFANTIL 7-14 AÑOS		CUARTETOS MASCULINOS				
ELEMENTOS DE EQUILIBRIO								
INFANTIL	A		B		C		D	
ROW I								
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
ROW II							 3" OR 	
Valor			0,1		0,2		0,5	
POSICIONES DEL ÁGIL								
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
					 OR 			
					0,2		0,5	

CÓDIGO 2021		INFANTIL 7-14 AÑOS		CUARTETOS MASCULINOS				
ELEMENTOS DINÁMICOS								
INFANTIL	A		B		C		D	
ROW I	0/4 BACK 		0/4 BACK 		0/4 FRONT 180° 		4/4 BACK 	
Valor	0		0,1		0,2		0,3	
ROW II			0/4 SALTO CON ASISTENCIA EN SALIDA 		0/4 SALTO SIN ASISTENCIA EN SALIDA 		0/4 SALTO SIN ASISTENCIA EN SALIDA BASE CHANGES 	
Valor			0,1		0,2		0,3	
ROW III			1/4 FRONT OR 		1/4 FRONT BASE CHANGES 		1/4 BACK OR BASE CHANGES 	
Valor			0,1		0,2		0,3	
ROW IV	0/4 BASE CHANGES 		0/4 - 180° BASE CHANGES 		0/4 - 360° BASE CHANGES 			
Valor	0		0,1		0,2			