

**rfeg**

real federación española de gimnasia



# CARRO

**PROGRAMA  
TÉCNICO  
CAMPEONATO  
ESPAÑA Y CLUBES**



# 1

## ALEVÍN

- Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado).
- La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.
- **Requisitos especiales para los Grupos:**
  - 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO seleccionados de diferentes filas de las TOD Alevín.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 – 10 puntos) y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO (de valor entre 1 – 6 puntos) de elección libre, seleccionados de las TOD FIG o de las TOD Infantil. Estos elementos opcionales de grupo deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de grupo elegidos de las TOD Alevín.
  - Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas.
- **Requisitos especiales para las Parejas:**
  - 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD Alevín.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 – 6 puntos) y 1 elemento opcional de Pareja DINÁMICO (de valor entre 1 – 6 puntos) de elección libre, seleccionados de las TOD FIG o de las TOD Infantil. Estos elementos opcionales de pareja deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de pareja elegidos de las TOD Alevín.
- Como requisito especial, tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio **3 elementos individuales**, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling (se permite la Rueda Lateral). Ningún elemento podrá tener más de 4 valores de dificultad. No es obligatorio realizar 1 salto mortal.
- Tanto los elementos individuales como los seleccionados de TOD FIG o de las TOD Infantil sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.

- El mérito técnico y artístico se medirá de acuerdo al Código FIG vigente.
- Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de Parejas/Grupos (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.
- La ausencia de cada requisito se verá penalizada con 1,0 puntos.

## 2

### INFANTIL

- Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado).
- La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.
- **Requisitos especiales para Grupos:**
  - 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO seleccionados de diferentes filas de las TOD Infantil en vigor.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 – 12 puntos) y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO (de valor entre 1 – 8 puntos) de elección libre, seleccionados de las TOD FIG o de las TOD Age Group 11-16. Estos elementos opcionales de grupo deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de grupo elegidos de las TOD Infantil.
  - Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas

- **Requisitos especiales para Parejas:**
  - 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD Infantil en vigor.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 – 6 puntos) y 1 elemento opcional de Pareja DINÁMICO (de valor entre 1 – 8 puntos) de elección libre, seleccionados de las TOD FIG o de las TOD Age Group 11-16. Estos elementos opcionales de pareja deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de pareja elegidos de las TOD Infantil.
- Como requisito especial, tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento podrá tener más de 6 valores de dificultad. No es obligatorio realizar 1 salto mortal.
- Tanto los elementos individuales como los seleccionados TOD FIG o de las TOD Age Group 11-16 sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.
- El mérito técnico y artístico se medirá de acuerdo al Código FIG vigente.
- Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de Parejas/Grupos (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.
- La ausencia de cada requisito se verá penalizada con 1,0 puntos.

# 3

## CADETE

- Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado).
- La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.
- **Requisitos especiales para Grupos:**
  - 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO seleccionados de diferentes filas de las TOD FIG Age Group 11-16.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 y 14 puntos) y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO (de valor entre 1 y 10 puntos) seleccionados de las TOD FIG. Estos elementos de Grupo opcionales no podrán encontrarse en las mismas filas que los elementos obligatorios de Grupo elegidos de las TOD FIG Age Group 11-16, pero si en filas diferentes de la misma tabla.
  - Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas
- **Requisitos especiales para Parejas:**
  - 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD FIG Age Group 11-16.
  - Además, se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 y 6 puntos) y 1 elemento opcional de Pareja DINÁMICO (de valor entre 1 y 10 puntos) seleccionados de las TOD FIG. Estos elementos de Pareja opcionales no podrán encontrarse en las mismas filas que los elementos obligatorios de Pareja elegidos de las TOD FIG Age Group 11-16, pero si en filas diferentes de la misma tabla.
- Como requisito especial, tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento deberá tener más de 10 valores de dificultad. No es obligatorio realizar 1 salto mortal.
- Tanto los elementos individuales como los seleccionados de las TOD FIG sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.
- El mérito técnico y artístico se medirá de acuerdo al Código FIG vigente.

- En los elementos opcionales elegidos de Pareja/Grupo se deberán tener en cuenta las directrices establecidas en el código FIG Age Group 11-16, y se aplicarán las penalizaciones correspondientes a tal efecto en caso de incumplimiento.
- Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de Parejas/Grupos (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.
- La ausencia de cada requisito se verá penalizada con 1,0 puntos.

## 4

### JUVENIL

La categoría Juvenil se regirá por el Código de Puntuación del Grupo de Edad 11-16, newsletters y actualizaciones vigentes de la Federación Internacional de Gimnasia (excepto el límite de dificultad, de manera que la nota D podrá ser mayor de 0,5 puntos).

## 5

### PRE- JÚNIOR, JÚNIOR Y SÉNIOR

Para las categorías Pre-Júnior, Júnior y Sénior regirá el Código de Puntuación, newsletters y actualizaciones vigentes de la Federación Internacional de Gimnasia.

## 6

### BONIFICACIÓN NOTA FINAL

En las categorías Pre- Júnior, Júnior y Sénior se aplicarán bonificaciones sobre la nota final del ejercicio de la siguiente manera:

1. Se aplicará 0,3 puntos por cada elemento o grupo de elementos bonificables que cumplan con el valor mínimo establecido
2. Cada elemento, solamente podrá recibir una única bonificación.
3. Se podrá recibir un máximo de tres bonificaciones por ejercicio.
4. Para la obtención de la bonificación, el elemento deberá ser validado por los jueces de dificultad.
5. Se podrán elegir elementos de la misma categoría o de superiores. (Ejemplo. una WP Pre-Júnior podrá hacer un elemento de WP Júnior o WP Sénior)
6. Dos elementos dinámicos realizados seguidos (link) serán considerados como un único elemento a la hora de validar la dificultad para recibir la bonificación.
7. En los ejercicios dinámicos se podrán bonificar hasta un máximo de dos dismounts.
8. Los elementos objeto de bonificación se detallarán en las hojas de tarifa de la siguiente manera:
9. Un único elemento: se rodeará el recuadro donde se ubica y se escribirá la palabra BONUS.
10. Dos elementos: se rodeará el motion (equilibrios) o los links (dinámicos) sobre los que se quiera recibir la bonificación y se escribirá la palabra BONUS.

## ANEXOS

**Tabla 1.**

Resumen de los requisitos obligatorios y de la normativa de referencia de las diferentes Categorías y Pruebas.

Normativa ACRO 2024		Elementos Obligatorios			Elementos Opcionales			Elementos Individuales	Procedencia
		Equilibrio	Dinámico	Procedencia	Equilibrio	Dinámico	Procedencia		
<b>Alevín</b>	Parejas	2	2	TOD Alevín	1 (1-6)	1 (1-6)	TOD Infantil	3 (1-4)	TOD FIG Ver programa técnico
	Grupos	1	2	TOD Alevín	1 (1-10)	1 (1-6)	TOD FIG		
<b>Infantil</b>	Parejas	2	2	TOD Infantil	1 (1-8)	1 (1-8)	TOD 11-16	3 (1-6)	TOD FIG Ver programa técnico
	Grupos	1	2	TOD Infantil	1 (1-12)	1 (1-8)	TOD FIG		
<b>Cadete</b>	Parejas	2	2	TOD 11-16	1 (1-9)	1 (1-10)	TOD FIG	3 (1-10)	TOD FIG
	Grupos	1	2	TOD 11-16	1 (1-16)	1 (1-10)			

**Tabla 2.**

Tabla resumen del sistema de bonificación sobre la nota final para las categorías Pre-Júnior, Júnior y Sénior

PRE-JUNIOR					JUNIOR					SENIOR				
PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS	PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS	PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS
Equilibríos					Equilibríos					Equilibríos				
Pinos 2/1 en mano (brazo extendido) o pie	Mano pie en brazo extendido con valores del ágil superiores a 7 puntos	Flag en cabeza-mano. Pino 1 brazo en cabeza	Transiciones con valor superior a 50 puntos	Transiciones con valor superior a 50 puntos	Variantes de pino 2/1 en brazo extendido o pie	Variantes de pino 2/1 en brazo extendido	Flag 1/1 en cabeza o mano	Transiciones superiores a 60 pts	Transiciones superiores a 60 pts	Pino 1/1 en brazo extendido o pie	Variantes pino 1/1 en brazo extendido	Variante de flag en cabeza o mano 1/1	Transiciones superiores a 70 pts	Transiciones superiores a 70 pts
Motions de la portora y/o de la ágil a 1 brazo en pino	Motions del portor y/o de la ágil a 1 brazo	Infernal en cualquier posición del base	Pino o infernal en pirámides de grupo 3 y 4	Pino en pirámides de grupo 3 y 4	Motions de la portora con la ágil en pino 2/1	Pino 1/1 en brazo extendido o motion del base con la ágil en pino 2/1	Infernal a piernas juntas del ágil o motion del base con ágil en pino 1/1 en cabeza	Infernal o variantes de pino 2/1 en pirámides de grupo 3 y 4	Infernal o flag 2/2 en pirámides de grupo 3 y 4	Motions de la portora con la ágil en pino 1/1	Stalder - pino 1/1 o motion del base con ágil en pino 1/1	Mofion del base con ágil en variante de pino 1/1 en brazo o cabeza	Pino 1/1 en pirámides de grupo 3 o 4	Pino o flag 1/1 en pirámides de grupo 3 o 4
Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 35 puntos	Mofion del ágil y/o base con valor superior a 35 puntos	Mofion del ágil y/o base con valor superior a 35 puntos	Pino en bases con valor superior a 16	Pino en bases con valor superior a 16	Motions de la portora y/o ágil con valor superior a 45 pts	Motions del portor y/o ágil con valor superior a 45 pts	Motions del portor y/o ágil con valor superior a 45 pts	Pino en bases con valor superior a 20	Pino en bases con valor superior a 20	Motions de la portora y/o ágil con valor superior a 55 Ptos	Motions del portor y/o ágil con valor superior a 55 pts	Motions del portor y/o ágil con valor superior a 55 pts	Pino o equivalente en bases con valor superior a 24	Pino o equivalente en bases con valor superior a 24
Mounds de valor superior a 15 puntos.	Mounds de valor superior a 20 puntos.	Mounds de valor superior a 20 puntos			Mounds con valor superior a 25 pts	Mounds con valor superior a 30 puntos	Mounds con valor superior a 30 puntos			Mounds con valor superior a 30 pts	Mounds con valor superior a 35 puntos	Mounds con valor superior a 35 puntos		
Dinámicos					Dinámicos					Dinámicos				
14 puntos	<b>16 puntos</b>	16 puntos	16 puntos	14 puntos	18 puntos	21 puntos	21 puntos	21 puntos	18 puntos	22 puntos	26 puntos	26 puntos	26 puntos	22 puntos
Links (1º elemento + link + 2º elemento)					Links (1º elemento + link + 2º elemento)					Links (1º elemento + link + 2º elemento)				
20 puntos	<b>30 puntos</b>	30 puntos	30 puntos	20 puntos	25 puntos	35 puntos	35 puntos	35 puntos	25 puntos	30 puntos	40 puntos	40 puntos	40 puntos	30 puntos