rfeg Real Federación Española de Gimnasia

PROGRAMA TÉCNICO CAMPEONATO ESPAÑA Y CLUBES **2026**

ACRO

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.
  - 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 giros horizontales de 360°/540°/720°, SI pueden utilizarse como elementos opcionales.
  - 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.
  - 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 también seleccionados 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.

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 4 valores de dificultad.

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 valorará 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 también seleccionados 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 giros horizontales de 360°/540°/720°, SI pueden utilizarse como elementos opcionales.
  - 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.
  - 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.

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 4 valores de dificultad.

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 valorará 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.
  - 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 giros horizontales de 360°/540°/720°, NO pueden utilizarse como elementos opcionales.
  - 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.
  - 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.

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.

Los elementos individuales y 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 valorará 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

Las categorías Pre-Júnior, Júnior y Sénior se regirán por el Código de Puntuación, newsletters y actualizaciones vigentes de la Federación Internacional de Gimnasia.

Dificultad mínima Júnior y Sénior

	Parejas			Grupos		
Sénior	Equilibrio	Dinámico	Combinado	Equilibrio	Dinámico	Combinado
	30	20	40	40	30	50
	Parejas			Grupos		
Júnior	Equilibrio	Dinámico	Combinado	Equilibrio	Dinámico	Combinado
	25	15	35	35	25	45

Se aplicará 1 punto de penalización cada vez que no se cumplan cada uno de estos requisitos.

- No llegar a la dificultad mínima.
- Mínimo un elemento con 4/4 de rotación en eje transversal (mortal).
- Máximo 3 dismounts o dinámicos con 0/4 de rotación en el eje transversal.

6. Elementos no permitidos

La posición del ágil de pie sobre las manos o pies del base sobre el suelo SOLO se pueden hacer en categorías alevín e infantil. Algunos ejemplos de figuras no permitidas:

7. Bonificación nota final

En las categorías Pre-Júnior, Júnior y Sénior se aplicarán bonificaciones sobre la nota final una vez cumplan con la siguiente dificultad en cada categoría:

Pre-Júnior

- Equilibrio: 90; Dinámico: 80; Combinado: 110

Junior y Senior

- Equilibrio: 120; Dinámico: 110; Combinado: 180

Las bonificaciones se sumarán a la nota final del ejercicio de la siguiente manera:

- Se aplicará 0,3 puntos por cada elemento o grupo de elementos bonificables que cumplan con el valor mínimo establecido.
- Cada elemento, solamente podrá recibir una única bonificación, aunque puede formar parte de más de una.
- Se podrá recibir un máximo de tres bonificaciones por ejercicio.
- Para la obtención de la bonificación, el elemento deberá ser validado por los jueces de dificultad.
- 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)
- Para recibir puntos por links, se sumará el valor del primer elemento, más el valor del link, más el valor del segundo elemento. Se pueden recibir bonificaciones por link, y por elementos con dificultad bonificada.
- En los ejercicios dinámicos se podrán bonificar hasta un máximo de dos dismount.
- Los elementos sujetos a bonificación deberán figurar en las hojas de tarifa de la siguiente manera para que se reconozca su valor:
  - Un único elemento: se rodeará el recuadro donde se ubica y se escribirá la palabra BONUS.
  - Dos elementos: se rodeará el motion o transición (equilibrios) o los links (dinámicos) sobre los que se quiera recibir la bonificación y se escribirá la palabra BONUS.

La Real Federación Española de Gimnasia garantiza la igualdad efectiva de hombres y mujeres como uno de sus principios básicos de actuación. A tal fin, las menciones genéricas en masculino que aparecen en el presente documento se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que no es así.

Anexos

Tabla 1. Resumen de los requisitos obligatorios y de la normativa de referencia de las diferentes Categorías y Pruebas.

Normativa ACRO		Elementos Obligatorios			Elementos Opcionales			Elementos Individuales	Procedencia
		Equilibrio	Dinámico	Procedencia	Equilibrio	Dinámico	Procedencia		
Alevín	**Parejas**	2	2	TOD Alevín	1 (1-6)	1 (1-6)	TOD infantil TOD FIG	3 (1-4)	TOD FIG Ver programa técnico
	Grupos	1	2		1 (1-10)	1 (1-6)			
Infantil	**Parejas**	2	2	TOD Infantil	1 (1-6)	1 (1-8)	TOD 11-16 TOD FIG	3 (1-6)	TOD FIG Ver programa técnico
	Grupos	1	2		1 (1-12)	1 (1-8)			
Cadete	**Parejas**	2	2	TOD 11-16	1 (1-6)	1 (1-10)	TOD FIG	3 (1-10)	TOD FIG
	Grupos	1	2		1 (1-14)	1 (1-10)			

Tabla 2. Bonificaciones.

Pre-Júnior					Júnior					Sénior				
PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS	PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS	PAREJAS FEMENINAS	PAREJAS MIXTAS	PAREJAS MASCULINAS	TRÍOS	CUARTETOS
Equilibrios					Equilibrios					Equilibrios				
Handstands 2/1 en brazo extendido o pie	Handstands 2/1 en brazo extendido o pie	Handstands (máx. 1 pino) 1/1 en cabeza o brazo extendido	Handstands manos altas y variantes, o infernal en bases de grupo 2, 3 y 4	Handstands o infernal en bases de grupo 2, 3 y 4	Handstands (excepto pino) 2/1 en brazo extendido o pie	Handstands (excepto pino) 2/1 en brazo extendido o pie	Handstands (excepto pino) 1/1 en cabeza o brazo extendido	Handstands manos altas y variantes, o infernal en bases de grupo 3 y 4	Handstands 1/1 (y variantes) o infernal en bases de grupo 3 y 4	Handstands 1/1 en brazo extendido o pie	Handstands 1/1 en brazo extendido o pie	Handstands 1/1 en brazo extendido	Handstands manos altas o infernal en bases de grupo 4	Handstands 1/1 (y variantes) o infernal en bases de grupo 4
Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 15 ptos	Motion del portor y/o ágil con valor superior a 20 ptos	Motion del portor y/o ágil con valor superior a 20 ptos	Handstands en bases con valor de 15 y más	Handstands en bases con valor de 15 y más	Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 20 ptos	Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 25 ptos	Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 25 ptos	Handstands en bases con valor de 18 y más	Handstands en bases con valor de 18 y más	Motion de la portora y/o ágil con valor superior a 25 ptos	Motion del portor y/o ágil con valor de 30 puntos	Motion del portor y/o ágil con valor de 30 puntos	Handstands en bases con valor de 20 y más	Handstands en bases con valor de 20 y más
Motion de la portora con ágil en handstands brazos extendidos (excepto pino) o footstands 1/2 o 1/1	Motion del base con ágil en handstand 2/1 en brazo extendido	Motion del base con ágil en handstands 1/1 (máx. 1 pino)	Transiciones de 50 puntos y más	Transiciones de 50 puntos y más	Motion de la base con la ágil en handstands 2/1 o 1/1 brazos extendidos o footstands 1/1	Motion del base con ágil en handstand (excepto pino) 2/1 en brazo extendido	Motion del base con ágil en flag 1/1	Transiciones de 60 puntos y más	Transiciones de 60 puntos y más	Motion de la base con la ágil en handstands 2/1 o 1/1 brazos extendidos (excepto pino) o footstands 1/1	Motion del base con ágil en handstand 1/1 en brazo extendido	Motion del base con ágil en handstands 1/1 en brazo extendido	Transiciones de 70 puntos y más	Transiciones de 70 puntos y más
Mounts con valor de 13 puntos y más	Mounts con valor de 15 puntos y más	Mounts con valor de 15 puntos y más	Transiciones con ágil en al menos 1 handstand	Transiciones con ágil en handstand	Mounts con valor de 15 puntos y más	Mounts con valor de 18 puntos y más	Mounts con valor de 18 puntos y más	Transiciones con ágil en 2 posiciones de handstand	Transiciones con ágil en 1/1	Mounts con valor de 18 puntos y más	Mounts con valor de 20 puntos y más	Mounts con valor de 20 puntos y más	Transiciones con ágil en distintas posiciones de handstan	Transiciones con ágil en handstand 1/1
Dinámicos					Dinámicos					Dinámicos				
14 puntos	**16 puntos**	16 puntos	15 puntos	15 puntos	18 puntos	21 puntos	21 puntos	21 puntos	18 puntos	20 puntos	26 puntos	26 puntos	26 puntos	22 puntos
Links de 2 elementos (1° elemento + link + 2° elemento)					Links de 2 elementos (1° elemento + link + 2° elemento)					Links (1° elemento + link + 2° elemento)				
20 puntos	**30 puntos**	30 puntos	30 puntos	25 puntos	30 puntos	40 puntos	40 puntos	40 puntos	30 puntos	35 puntos	45 puntos	45 puntos	50 puntos	35 puntos