

NORMATIVA Y EXIGENCIAS TECNICAS GR CIRCUITO LIGA REGIONAL Y CAMPEONATOS DE NIVEL 3 Y 4

FEDERACION DE GIMNASIA DE LA REGION DE MURCIA

2026



NORMATIVA TÉCNICA GR CIRCUITO LIGA REGIONAL Y CAMPEONATOS DE NIVEL 3 Y 4 FGRM 2026

La Federación de Gimnasia de la Región de Murcia (en adelante FGRM), de conformidad con las facultades que le confiere la legislación vigente, regula la actividad deportiva de ámbito autonómico de todas las especialidades o disciplinas reconocidas en sus estatutos y demás normativas de la FGRM y de la RFEG.

Aquellos aspectos no contemplados en esta normativa se regirán por las que la desarrollen de rango superior.

GENERALIDADES

Todos los participantes deberán ajustarse a la Normativa General de Competiciones y demás normas tanto de la FGRM como de la RFEG. En caso de discrepancia entre lo establecido en esta Normativa y la Normativa General de Competiciones, prevalecerá lo establecido en la Normativa General de Competiciones vigente. En aquellos casos extraordinarios, no contemplados en esta normativa técnica, se aplicará lo estipulado para tal efecto en el Reglamento Técnico de la RFEG/FIG.

ESTRUCTURA

El Circuito de Liga Regional GR se desarrollará exclusivamente en el primer semestre del año con la celebración de 3 campeonatos de cada una de las ligas y su correspondiente Campeonato Regional.

**El gimnasta/conjunto participará siempre en el nivel de liga en el que se haya inscrito en la primera competición. No están permitidos los cambios de una liga a otra en la misma modalidad (individual/conjunto). Sí puede un gimnasta participar en dos ligas de diferente nivel siempre y cuando sea diferente modalidad y los derechos de participación lo permitan.

Los **campeonatos de nivel 3 y 4** se desarrollan exclusivamente en el último cuatrimestre del año.

INSCRIPCIONES

Todas las inscripciones se realizarán de acuerdo con la Normativa General de Competiciones, a la Normativa y Exigencias Técnicas Circuito Liga Regional GR y Campeonatos de Nivel 3 y 4 y a la Normativa de Licencias, Inscripciones y Tasas 2026, mediante el Programa de Gestión de la RFEG/FGRM en fecha y forma (ver guía para la realización de las inscripciones a campeonatos GR).

Es requisito estar en posesión de licencia federativa en vigor (no en trámite) para poder realizar la inscripción a cualquier competición (ver normativa específica de GR y licencias 2026).

No se admitirá ninguna inscripción que no cumpla con los requisitos tipificados en los diferentes reglamentos y/o normativas para el año 2026, además de las siguientes:

- Estar en posesión de licencia federativa en vigor (no en trámite).
- Cumplimentar todos los campos de la inscripción.
- Adjuntar el justificante bancario.

Cualquier inscripción, que se realice fuera de plazo (tal y como se establezca en las normativas y calendarios), será susceptible de sanción económica, según se regula en la Normativa de Licencias, Inscripciones y Tasas de la FGRM.

Para los campeonatos de Liga Escolar, 1,2,3 y 4 y campeonatos de Nivel 3 y 4, la anulación de la inscripción y/o no personarse en la competición/control/entrenamiento, no tiene penalización económica pero tampoco devolución de la tasa de inscripción.

En pista solo podrán estar presentes las personas que hayan sido previamente inscritas en el campeonato. La persona que participe o asista sin autorización, será susceptible de sanción económica, según regula la Normativa de Licencias, Inscripciones y Tasas de la FGRM.

DERECHOS DE INSCRIPCIÓN

- Individual: Cada club podrá inscribir como máximo 3 gimnastas por categoría (chupetas, prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. Máximo en total, 3 gimnastas. Excepto en la LIGA ESCOLAR INDIVIDUAL donde únicamente podrán inscribirse 2 gimnastas por categoría.

Los gimnastas de liga y nivel 3 y liga 4 se regirán por Normativa RFEG, con la participación en un solo aparato por gimnasta los de liga y nivel 3 y de todos los aparatos los de liga 4, según su programa técnico.

- Conjunto: Cada club podrá inscribir como máximo 2 conjuntos por categoría (chupetas, prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. El número máximo de gimnastas inscritas por conjunto será de 7 (5 titulares + 2 suplentes).

Los conjuntos de nivel 3 y nivel 4 se regirán por Normativa RFEG.

En caso de haber más de 1 equipo de la misma categoría por club, la denominación para su nombramiento será la misma para toda la temporada.

- Técnicos: El número máximo de técnicos que pueden inscribirse por categoría y club será de 2. Uno de ellos obligatoriamente técnico de 1, 2 o 3 nivel, y el otro podrá ser coreógrafo o preparador físico con la titulación correspondiente.

MODALIDADES DE COMPETICIONES

En el Circuito Liga Regional GR Individual pueden participar gimnastas masculinos, con categoría propia, siempre y cuando superen en número, un mínimo de tres, y se incluirán en la modalidad femenina, cuando no se dé esta circunstancia. En los campeonatos de liga y nivel 3 y liga 4 los gimnastas masculinos tendrán clasificación propia independientemente del número de participantes.

En cada categoría, existe la posibilidad de participar con conjuntos formados por gimnastas de ambos sexos de la edad correspondiente a su categoría, existiendo una clasificación única independientemente de la composición del conjunto.

Los conjuntos de nivel 4 se regirán por Normativa RFEG.

MODALIDAD INDIVIDUAL:

- Circuito Liga Regional: Liga Escolar Individual.
- Circuito Liga Regional: Liga 1 Individual.
- Circuito Liga Regional: Liga 2 Individual.
- Circuito Liga Regional: Liga 3 y Nivel 3 Individual.
- Circuito Liga Regional: Liga 4 Individual.

Categorías Chupetas, Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete/Júnior, Juvenil:

Se aplicará el Código FIG Júnior salvo las excepciones que establezca la Normativa Técnica/ Exigencias Técnicas de la FGRM y de aplicación de la RFEG.

Categorías Sénior, Primera y Máster:

Se aplicará el Código FIG Sénior salvo las excepciones que establezca la Normativa Técnica/ Exigencias Técnicas de la FGRM y de aplicación de la RFEG.

MODALIDAD CONJUNTO:

- Circuito Liga Regional: Liga Escolar Conjuntos.
- Circuito Liga Regional: Liga 1 Conjuntos.
- Circuito Liga Regional: Liga 2 Conjuntos.
- Circuito Liga Regional: Liga 3 y Nivel 3 Conjuntos.
- Circuito Liga Regional: Liga 4 y Nivel 4 Conjuntos.

Categorías Chupetas, Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete/Júnior y Júnior mixto, Juvenil:

Se aplicará el Código FIG Júnior salvo las excepciones que establezca la normativa técnica/ exigencias técnicas de la FGRM y de aplicación de la RFEG.

Categorías Sénior y Sénior Mixto y Primera y Primera Mixto:

Se aplicará el Código FIG Sénior salvo las excepciones que establezca la normativa técnica/ exigencias técnicas de la FGRM y de aplicación de la RFEG.

DERECHOS DE PARTICIPACIÓN

Los gimnastas de liga escolar podrán participar en modalidad individual o en conjunto, pero **no** en ambas.

Los gimnastas de liga 1 y liga 2 podrán participar indistintamente en individual y conjunto, eligiendo un nivel común para ambas modalidades siempre y cuando no haya incompatibilidad en los derechos de participación.

Los gimnastas de liga y nivel 3 y liga 4, se regirán por Normativa RFEG 2026.

DERECHOS DE PARTICIPACIÓN DE LOS GIMNASTAS INDIVIDUALES

LIGA ESCOLAR	LIGA 1	LIGA 2	LIGA Y NIVEL 3	LIGA 4
Gimnastas que no hayan participado nunca.	Gimnastas que hayan adquirido el nivel 1 por descenso del nivel 2 en la temporada anterior.	Gimnastas que hayan participado en Ctos. Regionales Clasificatorios (inscritos en el Cto. Regional sin derecho a clasificación a nacional hace más de 3 años). Gimnastas que no hayan participado en Ctos. Regionales Clasificatorios.	Gimnastas que hayan participado en Ctos/Copas Nacionales de Base individual/conjuntos.	Gimnastas que hayan participado en Ctos/Copas Nacionales Individual Absoluto, Equipos y Conjuntos.
		Gimnastas que hayan competido nivel 3 conjuntos. Gimnastas que no hayan participado durante 2 años en Ctos Nacionales de Base (individual o conjunto).	Gimnastas que no hayan participado durante 3 años en Ctos/Copas Nacionales Individual Absoluto, Equipos y Conjuntos (según Normativa Técnica RFEG 2026, publicada y aprobada).	
Gimnastas que hayan participado en nivel escolar conjuntos.	Gimnastas que hayan participado en nivel escolar conjuntos o no hayan competido nunca. Gimnastas que haya adquirido el nivel 2 por ascenso del nivel 1.	Gimnastas que hayan participado en campeonatos de nivel inferior o no hayan competido nunca.	Gimnastas que hayan participado en liga 4 Individual o Conjunto a nivel regional sin participación en nivel nacional.	Abierto únicamente para gimnastas de clubes de la Región de Murcia, y no para las que puntualmente tienen licencia para realizar equipo con algún club de la región.

DERECHOS DE PARTICIPACIÓN DE LOS GIMNASTAS CONJUNTO

LIGA ESCOLAR	LIGA 1	LIGA 2	LIGA Y NIVEL 3	LIGA Y NIVEL 4
Gimnastas que no hayan participado nunca.	Gimnastas que hayan adquirido el nivel 1 por descenso del nivel 2.	Gimnastas que no hayan participado nunca o hayan participado en niveles inferiores.	Gimnastas que hayan participado en Ctos/ Copas Nacionales de Base (individual o conjunto)	Gimnastas que hayan participado en Ctos/ Copas Nacionales Individual Absoluto, Equipos y Conjuntos
Gimnastas que hayan adquirido el nivel escolar por descenso del nivel 1.	Gimnastas que hayan adquirido el nivel 1 por ascenso del nivel escolar.	Gimnastas que hayan adquirido el nivel 2 por ascenso del nivel 1.	Gimnastas que no hayan participado durante 3 años en Ctos/Copas Nacionales Individual Absoluto, Equipos y Conjuntos (según Normativa Técnica RFEG 2026, publicada y aprobada).	
Se permite en el conjunto 1 gimnasta que haya competido en nivel 1.	Gimnastas que no hayan participado nunca o hayan participado en niveles inferiores. Se permite en el conjunto 1 o 2 gimnastas máximo que hayan competido en nivel 2.	Se permite en el conjunto 1 o 2 gimnastas máximo que hayan competido en nivel 3.	Gimnastas que hayan participado en liga 4 Individual o Conjunto a nivel regional sin participación en nivel nacional.	

CLASIFICACIÓN CIRCUITO LIGA REGIONAL GR Y ASCENSOS/DESCENSOS

Este sistema se llevará a cabo con la aplicación de dos baremos:

- Baremo de clasificación Circuito Liga Regional GR (Campeón del Circuito Liga Regional GR).
- Baremo de puntos para ascensos y descensos.

El **baremo de clasificación Circuito Liga Regional GR** determinará al Campeón del Circuito Liga Regional GR, con la suma de puntos según la clasificación obtenida en cada competición. Únicamente se establecerá este baremo con su correspondiente clasificación para los gimnastas individuales y conjuntos que participen en todas las competiciones del Circuito Liga Regional GR.

Los ascensos y descensos se determinarán por el **baremo de puntos para ascensos y descensos** de clasificación en cada competición.

Aplicándose cuando haya un mínimo de 7 participantes tanto en modalidad individual como en conjunto, ascendiendo los dos primeros clasificados y descendiendo los 2 últimos clasificados en los niveles escolar, 1 y 2.

**Participación mínima de 7 participantes en cualquiera de las competiciones del Circuito de Liga Regional GR.

Únicamente se establecerá este baremo con su correspondiente clasificación para los gimnastas individuales y conjuntos que participen en **todas** las competiciones del Circuito Liga Regional GR.

Los conjuntos que cambian de liga, podrán utilizar a gimnastas en año puente, cumpliendo los requisitos de los derechos de participación explicados anteriormente.

Los descensos son opcionales.

Los ascensos son de obligado cumplimiento, teniendo que hacerse efectivos cuando lo requiera la clasificación.

- Los ascensos y descensos en modalidad individual son nominativos al contrario que en modalidad conjuntos, donde el club estará representado en la próxima temporada sin número máximo, ni mínimo de participantes.
- Una vez realizado el ascenso o descenso del conjunto/individual, el club podrá optar por la participación en conjunto o en individual, según sus necesidades.
- Los gimnastas que opten por la participación en modalidad individual y conjuntos de manera simultánea deberán hacerlo en el mismo nivel siempre y cuando no haya incompatibilidad en los derechos de participación.

BAREMO DE PUNTOS PARA LA CLASIFICACIÓN CIRCUITO LIGA REGIONAL GR Y ASCENSOS/DESCENSOS

Se aplicará el siguiente baremo, según orden de clasificación de todos los participantes en cada competición:

CLASIFICACIÓN	PUNTOS
1º	12
2º	10
3º	8
4º	6
5º	5
6º	4
7º	3
8º	2
9º	1
10º AL 18º Disminuye consecutivamente en una décima	0,9/ 0,8/ 0,7...
19º EN ADELANTE Disminuye consecutivamente en una centésima	0,09/ 0,08/ 0,07...

Se proclamará Campeón del Circuito de Liga Regional GR nivel escolar, 1, 2, 3 y 4 el gimnasta/conjunto que consiga mayor número de puntos en todo el Circuito Liga Regional GR 2026.

PREMIACIÓN

Se realizará la proclamación y entrega de trofeo al Campeón del Circuito Liga Regional GR, y entrega de medallas al segundo y tercer clasificado.

(liga escolar, 1 y 2 individual y liga escolar, 1 y 2 conjuntos) durante la celebración del Campeonato Regional del Circuito Liga Regional GR.

Se realizará la proclamación y entrega de trofeo al Campeón del Circuito Liga Regional GR, y entrega de medallas al segundo y tercer clasificado (liga 3 y 4 individual y conjuntos) en el último campeonato celebrado de este nivel.

CAMPEONATOS REGIONALES LIGA 3 Y 4

Existirá un Campeonato Regional de cada una de las ligas, y su celebración se hará conjunta con el campeonato Regional/Control Base Individual/Base Individual Masculino, campeonato Regional/Control Conjuntos Copa Base y campeonato Regional/Control Individual/Individual Masculino y/o Equipos. SIN CLASIFICACIÓN A NACIONAL

En estos campeonatos, podrán participar los gimnastas/conjuntos no inscritos en los campeonatos Regionales/Controles clasificatorios a los nacionales mencionados. Con licencia RM e inscripción del gimnasta/conjunto con el aparato correspondiente a su categoría en nivel base y de un aparato a elección en nivel absoluto.

DESARROLLO Y FUNCIONAMIENTO DE LAS COMPETICIONES

- Los conjuntos/gimnastas, competirán según la distribución y el minutaje realizado tras el sorteo. Sin posibilidad de cambio por petición del técnico o club sea cual fuere el motivo.
- Las músicas serán enviadas tal y como se establezca en las bases de cada una de las competiciones, a través de la Plataforma de Gestión Integral RFEG /FGRM.
- Los técnicos deberán llevar el DNI o Carnet Federativo para su cotejación.
- El club es el encargado de conocer y gestionar todo lo correspondiente al protocolo de actuación en caso de accidente deportivo, según su seguro médico. Así como llevar, partes de accidente.
- Los aparatos de reemplazo serán colocados y retirados por el club.
- NO hay medición de aparatos pero en caso de visualización por parte del jurado de posible “aparato no reglamentario” se procederá a su comprobación
- Obligatorio el uso de maillot en la ceremonia de entrega de medallas y trofeos. No pudiendo portar banderas, pancartas,etc.

PROGRAMA TÉCNICO

El contenido de los ejercicios deberá corresponder con las exigencias técnicas de cada categoría según esta normativa:

- **Edades y categorías** (ver tabla de exigencias técnicas Nivel Escolar y Nivel 1).
- Música a elección según Normativa RFEG-Código FIG.
- Está permitida la participación de la modalidad masculina. De no haber tres mínimo en cada una de las categorías, esta modalidad competirá en la individual femenina en liga escolar, 1 y 2. En liga y nivel 3 y liga 4 se regirán por Normativa RFEG. En conjunto, la modalidad mixta tiene convocatoria en la liga escolar, 1 y 2 También, en liga y nivel 3 con una única clasificación. En liga y nivel 4 se regirán por Normativa RFEG.

**El incumplimiento de cualquiera de las normas y obligaciones específicas conllevará una sanción económica, según lo establecido en la Normativa de Licencias, Tasas e Inscripciones de la FGRM.

En todos los niveles participarán las categorías con los programas técnicos correspondientes, ajustándose por completo a las exigencias técnicas de la Normativa Técnica FGRM (Liga Escolar y Liga 1) y RFEG resto de ligas.

ANEXO 1
EXIGENCIAS TÉCNICAS LIGA 2, LIGA 3 Y LIGA 4, RFEG
(Ver Exigencias Técnicas RFEG, 2026)

ANEXO 2
EXIGENCIAS TÉCNICAS LIGA ESCOLAR Y LIGA 1, FGRM

EXIGENCIAS TÉCNICAS LIGA ESCOLAR CONJUNTOS

CATEGORÍA CHUPETAS

EDAD	Nacidos en 2020
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'30" a 1'45"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,20 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 2 MAX 3 DC Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 1 Elección

CATEGORÍA PREBENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2018 y 2019
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,20 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 3 MAX 4 DC Mínimo 1 CL Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 1 Elección

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2017 y 2018
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,30 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 3 MAX 4 DC Mínimo 1 CL Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 1 Elección

TIPOS DE COLABORACIONES MANOS LIBRES	VALOR
<p>CC: Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal). La relación/es pueden realizarse conjuntamente o por subgrupos. Este tipo de colaboraciones incluye relaciones realizadas con un mínimo de 3 acciones idénticas con relaciones corporales, realizadas en sucesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas • Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones. 	0,20
<p>CR: Colaboración con rotación corporal. Si más de una gimnasta realiza la rotación, estas deben ser idénticas. Es posible realizar la rotación con o sin ayuda de las compañeras, con o sin paso por encima, a través o por debajo. El valor será incrementado en 0,10 para cada gimnasta que realice la acción principal (Máximo 3 gimnastas realizando el riesgo corporal) No podrá haber repetición de rotación ni inversiones ni verticales. No se bonificará el paso a través/por encima</p>	0,20
<p>CL: Es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizados elevando y sujetando a/el gimnasta en un nivel elevado. La elevación puede realizarse con varias posiciones del/la gimnasta sostenido/a en el espacio, elevado/a por encima del nivel de la cadera del/la compañero/a que se encuentra en una posición de pie.</p>	0,20

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD	Nacidos en 2015, 2016 y 2017
PROGRAMA TÉCNICO	5 AROS (Mínimo 70 cm de diámetro)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 4 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,30		
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,30 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 1 Valor Máximo 0,30	DC MIN 3 MAX 5 DC Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 2 Elección

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD	Nacidos en 2013, 2014 y 2015
PROGRAMA TÉCNICO	5 CUERDAS (No se permite + de un nudo en los cabos ni cinta adhesiva a lo largo de la cuerda)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	
MÁXIMO 4 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,30 DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,30 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 1 Valor Máximo 0,30	DC MIN 3 MAX 5 DC Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 2 Elección

CATEGORÍA CADETE

EDAD	Nacidos en 2011, 2012 y 2013
PROGRAMA TÉCNICO	5 PELOTAS (Diámetro 180-200 y peso 400 gr)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	2'15" a 2'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	
MÁXIMO 5 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,40 DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,40 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 2 Valor Máximo 0,40	DC MIN 3 MAX 7 DC Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 4 Elección

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD	Nacidos en 2011 y anteriores
PROGRAMA TÉCNICO	3 AROS + 2 CINTAS (Aro diámetro 80-90 y cinta mínimo de 5 metros de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	2'15" a 2'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 6 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,40		DC MIN 3 MAX 7 DC
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 4 Elección
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,40 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 3 Valor Máximo 0,40	

EXIGENCIAS TÉCNICAS INDIVIDUAL LIGA ESCOLAR INDVIDUAL

CATEGORÍA CHUPETAS

EDAD	Nacidos en 2019
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	0'45" a 1'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,20
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA PREBENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2018
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	0'45" a 1'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,30
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2017
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	0'45" a 1'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,30
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD	Nacidos en 2015, 2016
PROGRAMA TÉCNICO	PELOTA (Mínimo 17 cm de diámetro)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'00" a 1'15"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,30
Mínimo 3 DB

DIFICULTAD DE APARATO

DA

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

Mínimo 1
Máximo 5
(En orden de Ejecución)

RIESGOS

Máximo 1

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD	Nacidos en 2013, 2014
PROGRAMA TÉCNICO	CUERDA (No se permite + de un nudo en los cabos ni cinta adhesiva a lo largo de la cuerda)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'00" a 1'15"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,30 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 5 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 1	

CATEGORÍA CADETE

EDAD	Nacidos en 2012, 2011
PROGRAMA TÉCNICO	MAZAS (40-50 cm y diámetro de la cabeza 3 cm)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'15" a 1'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 5 DB valor Máximo 0,40 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 8 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 1	

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores
PROGRAMA TÉCNICO	CINTA (Mínimo 5 metros de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'15" a 1'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 5 DB valor Máximo 0,40 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 8 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 1	

EXIGENCIAS TÉCNICAS LIGA 1 CONJUNTOS

CATEGORÍA CHUPETAS

EDAD	Nacidos en 2020
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'30" a 1'45"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,30 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 2 MAX 3 DC Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 1 Elección

CATEGORÍA PREBENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2018 y 2019
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,30 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 3 MAX 5 DC Mínimo 1 CL Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 2 Elección

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2017 y 2018
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,40 Mínimo 3 DB	DC
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	MIN 3 MAX 5 DC Mínimo 1 CL Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 2 Elección

TIPOS DE COLABORACIONES MANOS LIBRES	VALOR
CC: Las 5 gimnastas del conjunto crean una relación, ya sea directamente (por contacto con la gimnasta/s y/o paso a través, por encima o por debajo sin rotación corporal). La relación/es pueden realizarse conjuntamente o por subgrupos. Este tipo de colaboraciones incluye relaciones realizadas con un mínimo de 3 acciones idénticas con relaciones corporales, realizadas en sucesión. <ul style="list-style-type: none"> • 1 gimnasta realizando la misma acción un mínimo de 3 veces seguidas • Varias gimnastas realizando una acción idéntica en sucesión para un total de un mínimo de 3 acciones. 	0,20
CR: Colaboración con rotación corporal. Si más de una gimnasta realiza la rotación, estas deben ser idénticas. Es posible realizar la rotación con o sin ayuda de las compañeras, con o sin paso por encima, a través o por debajo. El valor será incrementado en 0,10 para cada gimnasta que realice la acción principal (Máximo 3 gimnastas realizando el riesgo corporal) No podrá haber repetición de rotación ni inversiones ni verticales. No se bonificará el paso a través/por encima	0,20
CL: Es un tipo específico de colaboración en ejercicios de Conjunto, realizados elevando y sujetando a/el gimnasta en un nivel elevado. La elevación puede realizarse con varias posiciones del/la gimnasta sostenido/a en el espacio, elevado/a por encima del nivel de la cadera del/la compañero/a que se encuentra en una posición de pie.	0,20

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD	Nacidos en 2015, 2016 y 2017
PROGRAMA TÉCNICO	5 AROS (Mínimo 70 cm de diámetro)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 5 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,40		
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	DC MIN 3 MAX 6 DC Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 3 Elección
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,40 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 2 Valor Máximo 0,40	

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD	Nacidos en 2013, 2014 y 2015
PROGRAMA TÉCNICO	5 PARES DE MAZAS (Mínimo 35 cm de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'45" a 2'00"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 5 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,40		
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	DC MIN 3 MAX 6 DC Mínimo 1 C Múltiple Mínimo 1 CC Mínimo 1 CR 3 Elección
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,40 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 2 Valor Máximo 0,40	

CATEGORÍA CADETE

EDAD	Nacidos en 2011, 2012 y 2013
PROGRAMA TÉCNICO	5 CINTAS (Mínimo 5 metros de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	2'15" a 2'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 6 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,50		DC MIN 3 MAX 8 DC
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	Mínimo 2 C Múltiple Mínimo 2 CC Mínimo 2 CR 2 Elección
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,50 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 3 Valor Máximo 0,50	

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD	Nacidos en 2011 y anteriores
PROGRAMA TÉCNICO	3 AROS + 2 CINTAS (Aro diámetro 80-90 y cinta mínimo de 5 metros de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	2'15" a 2'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 2 CONJUNTOS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL		DIFICULTAD CON COLABORACIÓN
MÁXIMO 6 DB/DE Valor Máximo de DB y DE 0,50		DC MIN 3 MAX 8 DC
DIF SIN INTERCAMBIO	DIF CON INTERCAMBIO	Mínimo 2C Múltiple Mínimo 2 CC Mínimo 2 CR 2 Elección
DB Mínimo 3 Valor Máximo 0,50 Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	DE Mínimo 3 Valor Máximo 0,50	

EXIGENCIAS TÉCNICAS INDIVIDUAL LIGA 1 INDVIDUAL

CATEGORÍA CHUPETAS

EDAD	Nacidos en 2019
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'00" a 1'15"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 3 DB valor Máximo 0,30
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA PREBENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2018
PROGRAMA TÉCNICO	MANOS LIBRES
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'00" a 1'15"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL

MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,30
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA BENJAMÍN

EDAD	Nacidos en 2017
PROGRAMA TÉCNICO	PELOTA (Mínimo 15 cm de diámetro)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'00" a 1'15"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFÍCULTAD CORPORAL

MÁXIMO 4 DB valor Máximo 0,40
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFÍCULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

CATEGORÍA ALEVÍN

EDAD	Nacidos en 2015, 2016
PROGRAMA TÉCNICO	CUERDA (No se permite + de un nudo en los cabos ni cinta adhesiva a lo largo de la cuerda)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'10" a 1'20"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFÍCULTAD CORPORAL

MÁXIMO 5 DB valor Máximo 0,40
Mínimo 3 DB

GRUPOS DE DIFÍCULTAD CORPORAL

Mín 1 salto,
Mín 1 giro
Mín 1 equilibrio

DIFÍCULTAD DE APARATO

DA

Mínimo 1
Máximo 8
(En orden de Ejecución)

RIESGOS

Máximo 1

CATEGORÍA INFANTIL

EDAD	Nacidos en 2013, 2014
PROGRAMA TÉCNICO	MAZAS (Mínimo 35 cm de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'15" a 1'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 5 DB valor Máximo 0,40 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 8 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 1	

CATEGORÍA CADETE

EDAD	Nacidos en 2012, 2011
PROGRAMA TÉCNICO	CINTA (Mínimo 5 metros de largo)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'15" a 1'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 6 DB valor Máximo 0,50 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 10 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 2	

CATEGORÍA JUVENIL

EDAD	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores
PROGRAMA TÉCNICO	PELOTA (Diámetro 180-200 cm y peso 400 gr)
DURACIÓN DEL EJERCICIO	1'15" a 1'30"
PARTICIPACIÓN	MÁX. 3 GIMNASTAS POR CLUB

DIFICULTAD CORPORAL	DIFICULTAD DE APARATO
MÁXIMO 6 DB valor Máximo 0,50 Mínimo 3 DB	DA
GRUPOS DE DIFICULTAD CORPORAL Mín 1 salto, Mín 1 giro Mín 1 equilibrio	Mínimo 1 Máximo 10 (En orden de Ejecución)
RIESGOS Máximo 2	

ANEXO 3
APARATOS 2026

2026 LIGA ESCOLAR CONJUNTO (NORMATIVA FGRM)		
CATEGORIA	EDAD	APARATOS
CHUPETAS	Nacidos en 2020	5 Manos Libres
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018 y 2019	5 Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017 y 2018	5 Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015, 2016 y 2017	5 Aros
INFANTIL	Nacidos en 2013, 2014 y 2015	5 Cuerdas
CADETE	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Pelotas
JUVENIL	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Aros + 2 Cintas

2026 LIGA 1 CONJUNTO

(NORMATIVA FGRM)

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
CHUPETAS	Nacidos en 2020	5 Manos Libres
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018 y 2019	5 Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017 y 2018	5 Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015, 2016 y 2017	5 Aros
INFANTIL	Nacidos en 2013, 2014 y 2015	5 Pares de Mazas
CADETE	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Cintas
JUVENIL	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Aros + 2 Cintas

2026 LIGA 2 CONJUNTO

(NORMATIVA RFEF) COPA/BASE CONJUNTOS

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018 y 2019	5 Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017 y 2018	5 Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015, 2016 y 2017	5 Aros
INFANTIL	Nacidos en 2013, 2014 y 2015	5 Pares de Mazas
CADETE	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Pares de Mazas
JUVENIL	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Aros + 2 Cintas

2026 LIGA Y NIVEL 3 CONJUNTO

(NORMATIVA RFEF) COPA/BASE CONJUNTOS

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018 y 2019	5 Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017 y 2018	5 Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015, 2016 y 2017	5 Aros
INFANTIL	Nacidos en 2013, 2014 y 2015	5 Pares de Mazas
CADETE	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Pares de Mazas
JUVENIL	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Aros + 2 Cintas

2026 LIGA Y NIVEL 4 CONJUNTO

(NORMATIVA RFEF) CONJUNTOS ABSOLUTOS

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
BENJAMIN	Nacidos en 2017 y 2018	5 Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015, 2016 y 2017	5 Manos Libres y 5 Aros
INFANTIL	Nacidos en 2013, 2014 y 2015	5 Pelotas
JUNIOR	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Pares de Mazas
JUNIOR MIXTO CONJUNTOS	Nacidos en 2011, 2012 y 2013	5 Pares de Mazas
SENIOR	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Pelotas + 2 Aros
SENIOR MIXTO CONJUNTOS	Nacidos en 2011 y anteriores	3 Pelotas + 2 Aros

1^a CATEGORIA	Nacidos en 2012 y anteriores	3 Aros + 2 Mazas
1^a CATEGORIA MIXTO CONJUNTOS	Nacidos en 2012 y anteriores	3 Aros + 2 Mazas

2026 LIGA ESCOLAR INDIVIDUAL

(NORMATIVA FGRM)

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
CHUPETAS	Nacidos en 2019	Manos Libres
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018	Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017	Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015 y 2016	Pelota
INFANTIL	Nacidos en 2013 y 2014	Cuerda
CADETE	Nacidos en 2012 y 2011	Mazas
JUVENIL	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores	Cinta

2026 LIGA 1 INDIVIDUAL

(NORMATIVA FGRM)

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
CHUPETAS	Nacidos en 2019	Manos Libres
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018	Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017	Pelota
ALEVIN	Nacidos en 2015 y 2016	Cuerda
INFANTIL	Nacidos en 2013 y 2014	Mazas
CADETE	Nacidos en 2012 y 2011	Cinta
JUVENIL	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores	Pelota

2026 LIGA 2 INDIVIDUAL

(NORMATIVA RFEF) BASE INDIVIDUAL E INDIVIDUAL MASCULINO

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018	Manos Libres
BENJAMIN	Nacidos en 2017	Manos Libres
ALEVIN	Nacidos en 2015 y 2016	Aro
INFANTIL	Nacidos en 2013 y 2014	Cinta
CADETE	Nacidos en 2011 y 2012	Pelota
JUVENIL	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores	Mazas

2026 LIGA Y NIVEL 3 INDIVIDUAL

(NORMATIVA RFEQ) BASE/COPA INDIVIDUAL E INDIVIDUAL MASCULINO

CATEGORIA	EDAD	APARATOS BASE (LIGA)	APARATOS COPA (NIVEL)
		FEM-MASC	FEM-MASC
PREBENJAMIN	Nacidos en 2018	Manos Libres	Cuerda
BENJAMIN	Nacidos en 2017	Manos Libres	Pelota
ALEVIN	Nacidos en 2015 y 2016	Aro	Pelota
INFANTIL	Nacidos en 2013 y 2014	Cinta	Aro
CADETE	Nacidos en 2011 y 2012	Pelota	Cinta
JUVENIL	Nacidos en 2010, 2009 y anteriores	Mazas	Pelota

Los participantes en esta **LIGA** podrán competir con todos los aparatos. La elección del gimnasta tendrá que corresponderse con la modalidad en la que participe y aparato de su programa técnico. En cuanto a la categoría, el gimnasta participará siempre en la que se haya inscrito en la primera competición

2026 LIGA 4 INDIVIDUAL

(NORMATIVA RFEQ) ABSOLUTO INDIVIDUAL/EQUIPOS E INDIVIDUAL MASCULINO

CATEGORIA	EDAD	APARATOS
BENJAMIN	*Individual y Masculino/Equipos NACIDOS EN 2017 Y 2018	*Individual MANOS LIBRES Y CUERDA *Masculino MANOS LIBRES Y CUERDA *Equipos MANOS LIBRES Y CUERDA
	NACIDOS EN 2017 Y 2018	MANOS LIBRES/CUERDA
ALEVIN	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2015 Y 2016 *Equipos NACIDOS EN 2015, 2016 Y 2017	*Individual MANOS LIBRES/ARO Y PELOTA *Masculino MANOS LIBRES/ARO Y PELOTA *Equipos MANOS LIBRES/ARO Y PELOTA
	NACIDOS EN 2015, 2016 Y 2017	MANOS LIBRES/ARO Y PELOTA
INFANTIL	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2013 Y 2014 *Equipos NACIDOS EN 2013, 2014 y 2015	*Individual CUERDA/PELOTA Y CINTA *Masculino CUERDA/PELOTA Y CINTA *Equipos CUERDA/PELOTA Y CINTA
	NACIDOS EN 2013, 2014 Y 2015	CUERDA/PELOTA Y CINTA
JUNIOR	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2011 Y 2012 *Equipos NACIDOS EN 2011, 2012 Y 2013	*Individual ARO/PELOTA Y MAZAS *Masculino ARO/PELOTA Y MAZAS *Equipos ARO/PELOTA Y MAZAS
	NACIDOS EN 2011, 2012 Y 2013	ARO/PELOTA Y MAZAS
SENIOR	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2010 Y ANTERIORES *Equipos NACIDOS EN 2011 Y ANTERIORES	*Individual ARO/PELOTA Y CINTA *Masculino CUERDA/ARO Y MAZAS *Equipos ARO/PELOTA Y CINTA
	NACIDOS EN 2011 Y ANTERIORES	ARO/PELOTA/CINTA/CUERDA Y MAZAS

1ª CATEGORIA	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2011 Y ANTERIORES *Equipos NACIDOS EN 2012 Y ANTERIORES	*Individual ARO/ PELOTA/MAZAS Y CINTA *Masculino ARO/PELOTA/MAZAS Y CINTA *Equipos ARO/ PELOTA/MAZAS Y CINTA
	NACIDOS EN 2012 Y ANTERIORES	ARO/ PELOTA/ MAZAS Y CINTA
MÁSTER INDIVIDUAL	*Individual y Masculino NACIDOS EN 2002 Y ANTERIORES	ARO/MAZAS *Individual ARO/MAZAS *Masculino
	NACIDOS EN 2002 Y ANTERIORES	ARO/MAZAS

Medidas de los aparatos, Código FIG, para modalidad Individual y Conjunto excepto:		
BENJAMÍN	ALEVÍN	INFANTIL
Pelota: mínimo 15 cm de diámetro. Aro: mínimo 70 cm de diámetro.	Aro: mínimo 70 cm de diámetro. Pelota: mínimo 17 cm de diámetro. Mazas: mínimo 35 cm de largo. Cinta: mínimo 4 metros de largo.	Aro: mínimo 70 cm de diámetro. Mazas: mínimo 35 cm de largo. Cinta: mínimo 4,5 metros de largo.
JÚNIOR	CADETE	JUVENIL
Cinta: mínimo 5 metros de largo	Cinta: mínimo 5 metros de largo	Cinta: mínimo 5 metros de largo

TODAS LAS CATEGORÍAS (CUERDA)

- **No se permite cinta adhesiva a lo largo de la cuerda, únicamente se permite en la zona de los cabos.**
- **No se permite más de un nudo en los cabos.**

Siempre que los aparatos cumplan con las normativas FIG y RFEG, no será necesario la utilización de aparatos que lleven el logo del fabricante y el logo de la FIG "FIG APPROVED". A petición del jurado superior, se verificará la medición de aparatos de los participantes de cada categoría una vez finalizada su competición.

Si el aparato no cumple con las normas reglamentarias, del gimnasta/conjunto tendrá penalización por la juez responsable:

1,00 de penalización