

**NORMATIVA  
GIMNASIA  
RÍTMICA  
2024-2025**

# Sumario

## INTRODUCCIÓN

### 1. PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIONES

- 1.1 Condiciones de Participación
- 1.2 Fechas de inscripción
- 1.3 Lugar de información

### 2. ESTRUCTURA DE LA COMPETICIÓN

- 2.1 Categorías y modalidades
- 2.2 Fases
- 2.3 Fechas

### 3. REGLAMENTACIÓN TÉCNICA

- 3.1 Reglamentación G. Rítmica Inclusiva

### 4. COMITÉ TÉCNICO Y RECLAMACIONES

### 5. PREMIOS Y TROFEOS

### 6. PLANIFICACIÓN

## INTRODUCCIÓN

El Ayuntamiento de Madrid, a través de la Dirección General de Deporte y los 21 distritos, convoca la 45 edición de los **Juegos Deportivos Municipales**.

Los Juegos Deportivos Municipales se organizan con la filosofía de ofrecer a la población madrileña la posibilidad de practicar un tipo de deporte en el que primen la participación y la satisfacción de jugar, así como la integración y la educación en valores como la solidaridad y el respeto hacia el contrario, por encima de los resultados y las clasificaciones. En definitiva, que el afán de superación se desarrolle a través de la propia actividad física y no a través de la victoria sobre el contrario.

Los Juegos Deportivos Municipales, junto con las Copas de Primavera en categorías de menores y otros torneos municipales que se puedan convocar, configuran las denominadas **Competiciones Municipales**.

La organización, dirección y puesta en marcha de los Juegos Deportivos Municipales depende, en todas sus facetas, de la Dirección General de Deporte del Ayuntamiento de Madrid y de los 21 distritos, así como todas aquellas competiciones que le sean asignadas a los mismos de forma expresa.

La 45 edición de los Juegos Deportivos Municipales se inscribe en la convocatoria de Deporte Infantil de la Comunidad de Madrid.

Las Competiciones Municipales se rigen en todos sus aspectos por la Normativa General y su cumplimiento es seguido por los Comités de Disciplina Deportiva, Competición y Apelación.

El **Reglamento Técnico** aplicado en cada deporte es el marcado por la federación deportiva correspondiente, entendiéndose por Reglamento Técnico, aquel que especifica y regla las causas propias del juego, con las salvedades de los puntos que se indican en las normativas de cada modalidad deportiva, que prevalecerán sobre el reglamento de la federación correspondiente.

En las Competiciones Municipales pueden participar todas las asociaciones, centros escolares, clubes, entidades y personas que lo deseen, individualmente o por equipos, siempre que se inscriban correctamente en los plazos correspondientes y lo permitan las posibilidades de organización.

La organización técnica de los Juegos Deportivos Municipales se realiza, en todos sus deportes, con la colaboración de las federaciones deportivas correspondientes.

En la temporada 2024-2025 se ofrecen un total de **33 disciplinas** deportivas de las que **12 son deportes de equipo y 21 individuales**.

## 1. PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIONES

### 1.1 Condiciones de Participación

Podrán participar todas las asociaciones, centros escolares, clubes, entidades y personas que lo deseen.

La reglamentación que rige los Juegos Deportivos Municipales en gimnasia rítmica es la presente normativa y la Normativa General de los 45 Juegos Deportivos Municipales.

No podrán participar en esta modalidad deportiva gimnastas que tengan licencia federativa durante el año en curso y por lo tanto participen en competiciones programadas por la FMG o RFEG, y/o que hayan participado en algún campeonato de nivel Base o superior en los años 2023/2024/2025.

Para adquirir la condición de participante se deberá cumplimentar y tramitar toda la documentación en los plazos previstos y aceptar la normativa vigente.

Todos los equipos y deportistas deberán darse de alta, de forma gratuita, en la web municipal en el apartado [Competiciones Deportivas Municipales 2024-2025](#).

La inscripción de deportistas, en aplicación del punto 4.5 de la Normativa General de los 45 Juegos Deportivos Municipales, es responsabilidad de la persona delegada del equipo.

Las personas delegadas de cada equipo deberán disponer y poner a disposición de la Organización, cuando esta así lo requiera, la siguiente documentación:

#### **Categorías desde benjamín a infantil:**

- Documento acreditativo de la fecha de nacimiento.
- Autorización del tutor/a legal para participar en las competiciones municipales.

En las **Categorías cadete y juvenil** deberán presentar el original D.N.I./N.I.E./Pasaporte al inicio de la competición y disponer de la autorización del tutor/a legal para participar en las Competiciones Municipales, en el caso de menores de edad.

Deberán señalar en la inscripción si hay necesidad de adaptación para informar a la organización.

En caso de no presentarse la documentación cuando sea requerida por la Organización, será de aplicación el apartado 5, punto 5.6. Alineaciones indebidas, párrafo 1, "Dar entrada a participantes sin inscripción en los Juegos".

De acuerdo con la legislación vigente, en caso de accidente deportivo, las personas participantes en las Competiciones Municipales deberán acudir al Servicio Madrileño de Salud o a un seguro privado propio.

### 1.2 Fecha de inscripción

Desde el 4 de diciembre de 2024 y hasta el 27 de enero de 2025

### 1.3 Lugar de información

Oficinas de Promoción deportiva de los 21 distritos y a través del correo [jdm@madrid.es](mailto:jdm@madrid.es)

## 2. ESTRUCTURA DE LA COMPETICIÓN

La competición se convoca únicamente para la modalidad de conjuntos, formados por el número de gimnastas indicado para cada categoría.

### 2.1 Categorías y modalidades

2024-2025						
CATEGORÍA	APARATO	COMPONENTES	AÑOS DE NACIMIENTO	EXCEPCIONES	DURACIÓN DEL EJERCICIO	
Benjamín	Manos Libres u objeto	4-10 gimnastas	2015 / 2016	2017	de 1'45" a 2'	
Alevín	Pelota, Aro o Mixto**	4-10 gimnastas	2013/ 2014	2015 / 2016	de 1'45" a 2'	
Infantil	Pelota, Cuerda o Mixto*	3-10 gimnastas	2011 / 2012	2013/ 2014	de 1'45" a 2'	
Cadete	Aro, Mazas o Mixto**	3-10 gimnastas	2009 / 2010	2011 / 2012	de 1'45" a 2'	
Juvenil (*)	Aro, Mazas o Mixto**	3-10 gimnastas	2007 / 2008	2009 / 2010	de 1'45" a 2'	

(\*) En esta categoría se podrán incluir deportistas nacidas en 2006 y anteriores. Los conjuntos que contengan gimnastas nacidas en 2006 y anteriores, no podrán clasificar para la Fase Autonómica.

En la modalidad de conjuntos en Gimnasia Rítmica, un/a gimnasta sólo podrá participar en un conjunto; si existiese participación en dos conjuntos de la misma o distinta categoría, se considerará alineación indebida (Artículo 78º del Reglamento General y de Régimen Disciplinario).

Cualquier incumplimiento de normativa (deportistas federados, edades que no cumplen con categorías...), detectado antes, durante o después de la competición, supondrá que el equipo afectado no tenga opción a clasificación ni a pasar a la siguiente fase.

En todas las categorías podrán participar deportistas de los años indicados en la tabla, columna "excepciones", siempre que cumplan con los requisitos establecidos de participación en los encuentros finales. El número de participantes correspondiente a los años reflejados en la columna excepciones es libre y no está restringido.

\*\*En las categorías con aparato, se podrá elegir entre los aparatos indicados en la tabla. En caso de elegir aparato mixto, deberá ser mitad y mitad (o mitad+1 en caso de conjuntos con participantes impares). Ejemplo en un conjunto infantil de 7 componentes:

- 7 pelotas
- 7 cuerdas
- 4 pelotas 3 cuerdas
- 3 pelotas 4 cuerdas

## 2.2 Fases

- **Clasificación**

Se compone de dos Jornadas, ambas de mañana y tarde, en las que participarán las categorías que determine la organización.

Todos los equipos deberán realizar el ejercicio, según exigencias técnicas indicadas en el anexo.

Se clasificarán para la Final de Madrid los 15 primeros conjuntos de las categorías benjamín, alevín e infantil y los 10 primeros conjuntos de las categorías cadete y juvenil.

Para la Jornada de Promoción se clasificarán, de cada categoría, un número de conjuntos que será determinado por la Dirección General de Deporte del Ayuntamiento de Madrid, en función del número de aquellos que, por categoría, participen en las Jornadas de Clasificación.

- **Jornada de Promoción**

La Jornada de Promoción se desarrollará en horario de mañana y tarde.

La clasificación se obtendrá con la suma de las notas obtenidas en esta jornada y en la Jornada de Clasificación.

Dependiendo del número de conjuntos participantes en la categoría Juvenil en la jornada control, se tomará la decisión a lo largo de la temporada de que su participación siguiente se lleve a cabo en la Jornada Final o Jornada Final / Promocional.

Las bajas de conjuntos en la Jornada de Promoción, **siempre que se comuniquen antes del día 21 de marzo de 2025**, serán cubiertas por otros conjuntos no clasificados desde la Jornada de Clasificación.

- **Final de Madrid**

Las bajas de conjuntos en la Final de Madrid, **siempre que se comuniquen antes del día 5 de abril de 2025**, podrán ser cubiertas por otros conjuntos no clasificados desde las Jornadas de Clasificación.

- **Fase autonómica**

La responsabilidad de la organización de esta jornada recae directamente sobre la Comunidad de Madrid y tendrá una normativa específica que deberán conocer todos los participantes. El número de deportistas y categorías que pasan a este Encuentro Deportivo serán establecidos por la Comunidad de Madrid; excepto el número de conjuntos de las categorías cadete y juvenil.

En estas dos categorías, el número de conjuntos que clasificarán para esta fase será proporcional a la cantidad de conjuntos inscritos en la presente temporada en cada una de las categorías citadas; las gimnastas de estos conjuntos serán nacidas en los años indicados en el punto 2.1 Categorías.

No podrán participar, en esta fase, aquellos conjuntos que contengan gimnastas nacidas en 2006 y anteriores.

### 2.3 Fechas

Jornada	Fecha	Lugar
Primera Jornada	8 de marzo de 2025	CDM San Blas C/ Arcos de Jalón, 59
Segunda Jornada	15 de marzo de 2025	
Jornada de Promoción	26 de abril de 2025	
Final de Madrid	10 de mayo de 2025	

### 3. REGLAMENTACIÓN TÉCNICA ESPECÍFICA.

- 1) Las exigencias técnicas de los ejercicios serán las correspondientes a lo reflejado más adelante en este mismo documento, apartado exigencias.
- 2) La renuncia de un conjunto a participar en alguna de las jornadas de competición convocadas supondrá la exclusión de dicho conjunto en la totalidad del programa de gimnasia rítmica durante la presente temporada.
- 3) **NO SE ADMITIRÁN RECLAMACIONES SOBRE LAS NOTAS.** Se enviará por correo los resultados al finalizar la jornada.
- 4) Una gimnasta sólo podrá inscribirse en un conjunto, durante la misma temporada. El incumplimiento de esta norma dará lugar a sanción por alineación indebida, aplicándose el régimen disciplinario contemplado en la Normativa General de los 45 Juegos Deportivos Municipales.
- 5) Las/os entrenadoras/es deberán llevar la hoja de inscripción de equipo. Cada entidad podrá presentarse con un máximo de 2 entrenadoras/es.
- 6) Las entidades con 4 o más conjuntos en una misma sesión, de mañana o de tarde, dispondrán de acreditación para una persona más en la zona de calentamiento. Cada entidad participante deberá tener una entrenadora o entrenador, o una

delegada o delegado, mayor de edad, con la debida titulación en alguno de los niveles de entrenadores de gimnasia rítmica. Además, deberán entregar antes del comienzo de la jornada de competición (antes del calentamiento), a la persona representante de la organización de los JDM, la hoja de inscripción de equipo. **Esta documentación les será devuelta finalizada la jornada.**

- 7) Las músicas (formato MP3) deberán subirse al sistema informático de la Federación Madrileña de Gimnasia: [www.fmgimnasia.com](http://www.fmgimnasia.com) acceso zona federados. El sistema se abrirá los lunes después del sorteo. Se permite el acceso, la gestión y la rectificación de las músicas **hasta el miércoles antes de cada competición a las 11:59 horas de la mañana.**
- 8) Se recomienda llevar a cada competición una copia de la música en memoria extraíble. Evitar, en la medida de lo posible, grabaciones de mala calidad.
- 9) Los aspectos no contemplados en esta normativa se regirán por la Normativa General de los 45 JDM, por el Código de la Federación Internacional de Gimnasia, y las especificaciones precisas, que comunique la Dirección Técnica de Gimnasia Rítmica de la Federación Madrileña de Gimnasia.
- 10) Las entrenadoras y los entrenadores deberán dar ejemplo de respeto y educación ante las deportistas. Todo comportamiento antideportivo será motivo de sanción, pudiéndose llegar a la descalificación del equipo.

### **3.1 Reglamentación gimnasia rítmica inclusiva:**

- Las categorías de competición son las recogidas en la Normativa de Gimnasia Rítmica de la temporada 2024-2025.
- Las o los deportistas con discapacidad ("*necesidad de adaptación*") no tendrán que pertenecer a la categoría a la que pertenezca el conjunto en el que participa.
- Los conjuntos con deportistas con discapacidad participarán en la fecha de la jornada de clasificación que se les asigne desde la organización.
- Los doce (12) primeros conjuntos que integren deportistas con discapacidad clasificados en la jornada de clasificación, independientemente del puesto que ocupen, y que así lo hayan comunicado a la Sección de Deporte Escolar y Competiciones, pasaran a participar, como exhibición, en la jornada final.

### **3.2 Sistema de competición**

- Cada conjunto debe realizar un ejercicio.
- Las músicas (formato MP3) deberán subirse al sistema informático de la Federación Madrileña de Gimnasia: [www.fmgimnasia.com](http://www.fmgimnasia.com)> acceso zona federados. El sistema se abrirá los lunes después del sorteo. Se permite el



acceso, la gestión y la rectificación de las músicas hasta el miércoles antes de cada competición a las 12:00 horas de la mañana.

### 3.3 Reglamento de competición

- Estas competiciones se regirán por las Normas que establece la Federación Madrileña de Gimnasia. Se puntuará con la Normativa del año en curso. Todas las precisiones y normas no registradas en las tablas, penalizaciones y precisiones se regirán según lo establecido en el Código de Puntuación, y las especificaciones precisas para Básica Elemental, que comunique la Dirección Técnica de Gimnasia Rítmica de la Federación Madrileña de Gimnasia.
- El comité organizador, actuará de comité de competición, con total autoridad para resolver de forma inmediata, cualquier situación deportiva o extradeportiva que pudiera suceder.
- La colocación de las gimnastas sobre el tapiz será lo más breve posible, y sin música.
- Filosofía de la competición: esta competición se ha planteado teniendo en cuenta el aspecto lúdico de la gimnasia rítmica. La idea guía del ejercicio junto con el aparato elegido y los elementos ejecutados, deberían tener un sentido estético y artístico con la música seleccionada, dando importancia a la coreografía de nuestro deporte.

### 3.4 Exigencias

#### CONJUNTOS MANOS LIBRES U OBJETO (BENJAMÍN)

En la categoría benjamín, no se permite el uso de aparatos de gimnasia rítmica. A criterio del técnico, el ejercicio puede realizarse con manos libres o cualquier otro objeto que permita una coreografía valorable según las indicaciones de las exigencias técnicas indicadas más adelante. Los ejercicios con objeto serán valorados como un ejercicio de manos libres y no tendrán penalizaciones de ejecución de los apartados de aparato ni de juez responsable.

REQUISITOS		CONJUNTO	PENALIZACIÓN
<b>DIFICULTAD</b>			
Valor máximo		<b>10.00</b>	Ver especificaciones
<b>EJERCICIO MANOS LIBRES</b>	Dificultades Corporales (DB)	Máximo 5 (Ver especificaciones) 1 pto. máx. por cada una	Si hay más de 5 no se evalúa/no penaliza.
		<b>Mínimo 1</b> de cada grupo corporal	-0.3 por c/GC que falte
	Ondas totales o parciales (W)	<b>Mínimo 2</b> Sin valor	-0.3 por c/W que falte
	Colaboraciones (C)	<b>Evalúan máximo 10</b> (0.50 cada una)	Si no hay no penaliza. Si hay más de las indicadas no se evalúa/no penaliza
<b>EJECUCIÓN Y ARTÍSTICO</b>			
Valor máximo		<b>10.00</b>	Ver especificaciones
<b>NOTA FINAL</b>			
Nota máx. posible		<b>20.00</b>	<b>Nota Dif.+Nota Ejec. y Art.- Penal.Resp. +Bonif</b>

## CONJUNTOS APARATO (ALEVÍN, INFANTIL, CADETE-JUVENIL)

REQUISITOS		CONJUNTO	PENALIZACIÓN
<b>DIFICULTAD</b>			
Valor máximo		<b>10.00</b>	Ver especificaciones
EJERCICIO APARATO	Dificultades Corporales (DB)	Máximo 5 (Ver especificaciones) 1 pto máx por cada una	Si hay más de 5 no se evalúa/no penaliza.
		<b>Mínimo 1</b> de cada grupo corporal	-0.3 por c/GC que falte
	Ondas totales o parciales (W)	<b>Mínimo 2</b> Sin valor	-0.3 por c/W que falte
	Intercambios (E)	Mínimo 1 - Valor 0,50 <b>Máximo 2</b> (Ver especificaciones)	-0.3 por 1 DE que falte Si hay más de los indicados no se evalúa/no penaliza
	Colaboraciones (C)	<b>Evalúan máximo 8</b> (0.50 cada una) Mín. 1 de cada	-0.3 por c/CC-C que falte
Elem. Dinámicos Rotación (R)		No existen	No se evalúa/No penaliza
<b>EJECUCIÓN Y ARTÍSTICO</b>			
Valor máximo		<b>10.00</b>	Ver especificaciones
<b>NOTA FINAL</b>			
Nota máx. posible		<b>20.00</b>	<b>Nota Dif.+Nota Ejec. y Art.- Penal.Resp. +Bonif</b>

### 3.5 Evaluación de los ejercicios

#### JUEZ RESPONSABLE

Este papel lo desempeña la juez de Ejecución y Artístico. Las penalizaciones de la juez responsable se restan de la nota final y son las que indica el código FIG.

- **ATUENDO:** se penalizan maquillajes, peinados y maillots fuera de las normas descritas en código fig. El uso de disfraces no está autorizado. Está permitido que los/las gimnastas del mismo conjunto lleven maillots diferentes.
- **MÚSICAS:** está permitido el uso de voz y palabras (respetando la ética en las letras).
- **BONIFICACIÓN:** Se añade una bonificación en aquellos conjuntos que presenten 6 o más gimnastas. Bonificación de 0.50 al final del cálculo de la nota.
- **PENALIZACIONES POR DISCIPLINA:** Prohibidos acompañantes viendo la competición en la zona de competición (solo permitidos entrenadores). Entrenadoras/es que se acercan a la mesa de jueces durante la competición, o a megafonía sin ser llamado, prepararse en la zona de competición (peinar, maquillar, calentar...). Gimnastas comiendo chicle durante su actuación. Gimnasta/s realizando durante el ejercicio movimientos claramente antiestéticos no propios de la ética deportiva y/o edad.

## JUEZ DIFICULTAD

### Dificultad corporal (DB):

Se evaluarán las 5 primeras DB en orden de ejecución.

Puede elegirse cualquier dificultad de las que aparecen en la tabla adjunta del final de este documento, además de cualquier dificultad de 0.10 del Código FIG en vigor. A partir de la sexta dificultad corporal realizada en un ejercicio, ésta tendrá valor 0.

**Grupo corporal:** los ejercicios deben presentar una DB de cada GC realizados de forma simultánea, y tienen que ser realizadas dentro de las 5 DB que entran dentro del conteo.

En categorías con aparato (no en objeto), se exige movimiento de aparato para validar DB.

La pérdida de aparato (no de objeto) invalida la dificultad.

**Valor:** Las dificultades corporales tendrán un valor de 1.00 máximo cada una. El resto de DB del código FIG realizadas en un ejercicio, tendrán valor 0.

**Penalización:** 0.30 por cada GC que falte.

1.00 punto	La dificultad es realizada en música, con excelente ejecución, amplitud y técnica de aparato.
0.60 puntos	La dificultad es realizada con pequeños errores de ejecución, amplitud o técnica de aparato, pero es reconocible.
0.30 puntos	La dificultad es apenas reconocible o tiene medianos errores de ejecución.
0.00 puntos	La dificultad no es reconocible o tiene grandes errores de ejecución o el aparato no realiza un movimiento.

### Ondas (W):

En categorías con aparato (no en objeto), se exige movimiento de aparato para validar W.

Las ondas de 0.10 del código FIG serán contabilizadas como DB y como W.

**Valor:** No tienen valor, salvo aquellas que sean al mismo tiempo DB.

**Penalización:** 0.30 por cada W que falte.

### Intercambios:

**Valor:** Cada DE tendrá un valor de 0,50.

**Penalización:** 0.30 por un DE que falte.

Para contar un intercambio será requisito obligatorio: Realizar un lanzamiento largo (mínimo 4 metros) o realizar un lanzamiento con altura (correspondiente como mínimo a una vez por encima de la altura de la gimnasta).

**Todas las gimnastas han de participar en dos acciones:** Lanzando su propio aparato a una compañera y recibiendo el aparato de una compañera. La pérdida de aparato invalida el elemento.

La pérdida de aparato invalida el elemento.

Se exige mínimo un intercambio cumpliendo con las especificaciones más arriba indicadas.

### Colaboraciones (C):

- Un ejercicio de Conjunto se define por el trabajo cooperativo donde cada gimnasta entabla una relación con uno o más aparatos y con una o más compañeras.
- Todas las gimnastas tienen que participar en la acción/es de la Colaboración, aunque asuman diferentes roles, de otro modo la Colaboración no es válida.
- Todas las gimnastas tienen que estar relacionadas bien directamente y/o por medio de los aparatos.
- Válidas las colaboraciones en subgrupos (en subgrupos no conectados, válidas si las acciones son idénticas entre los subgrupos).

### EJERCICIOS DE MANOS LIBRES.

Serán tomadas en cuenta las 10 primeras colaboraciones, aunque tengan valor 0, el resto de las colaboraciones no serán tomadas en cuenta para el valor de dificultad.

**Valor:** Por cada elemento de Colaboración entre gimnastas: 0.50 puntos.

**Penalización:** No hay penalización en el apartado de dificultad por no llevar Colaboraciones o llevar más de las indicadas.

Tipos de colaboraciones posibles:

TIPOS DE COLABORACIONES CONUNTOS MANOS LIBRES/OBJETO	
0.50 puntos	Gimnastas crean una relación, ya sea directamente, o: <ul style="list-style-type: none"><li>• Por contacto con la gimnasta/s.</li><li>• Por paso a través, por encima o por debajo de compañeros/as u objeto.</li><li>• Con o sin rotación corporal: En caso de realizar una colaboración con rotación, esta debe ser idéntica y, una vez utilizada, no podrá repetirse de nuevo en el ejercicio.</li><li>• Con o sin apoyos/cargas/elevaciones de gimnastas: Se permiten apoyos, cargas y elevaciones siempre y cuando no suponga un riesgo para la seguridad del resto de compañeras.</li><li>• ...</li></ul>

### EJERCICIOS CON APARATO.

Serán tomadas en cuenta las 8 primeras colaboraciones, aunque tengan valor 0, el resto de las colaboraciones no serán tomadas en cuenta para el valor de dificultad.

Dejar los aparatos en el suelo no es una técnica de colaboración e invalida el elemento. La pérdida de aparato invalida el elemento.

**Valor:** Por cada elemento de Colaboración entre gimnastas: 0.50 puntos.

**Penalización:** 0.30 por cada C que falte (respecto a tener una C de cada).

Tipos de colaboraciones posibles. Hay 4 tipos:

<b>TIPOS DE COLABORACIONES CONJUNTOS DE APARATO</b>	
<b>C</b> <b>0.50 puntos</b>	<p>Cualquier colaboración entre gimnastas que no sea CC/CM/CR. Gimnastas crean una relación, ya sea directamente, o:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por contacto con la gimnasta/s y/o aparatos.</li> <li>• Gimnastas o aparatos pasando por encima, debajo o a través de los movimientos de aparatos o compañeras.</li> <li>• Con o sin rotación corporal: En caso de realizar una colaboración con rotación, esta debe ser idéntica y, una vez utilizada, no podrá repetirse de nuevo en el ejercicio.</li> <li>• Con o sin apoyos/cargas/elevaciones de gimnastas: Se permiten apoyos, cargas y elevaciones siempre y cuando no suponga un riesgo para la seguridad del resto de compañeras.</li> <li>• Con lanzamiento pequeño, mediano o grande de uno o más aparatos.</li> <li>• Transmisión directa, rodamientos de los aparatos, rebote, deslizamientos... de uno o más aparatos entre compañeras.</li> <li>• ...</li> </ul>
<b>CC</b> <b>0.50 puntos</b>	Ver definición código FIG
<b>CM</b> <b>0.50 puntos</b>	<p>Ver definición código FIG (Puede ser lanzamiento y/o recogida múltiple) Excepciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Altura mínima: como mínimo una vez por encima de la altura de la gimnasta.</li> <li>• Distancia mínima: mínimo 4 metros.</li> </ul>
<b>CR</b> <b>0.50 puntos</b>	<p>Ver definición código FIG Excepciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Altura mínima: como mínimo una vez por encima de la altura de la gimnasta.</li> <li>• Distancia mínima: mínimo 4 metros.</li> </ul>

## JUEZ EJECUCIÓN Y ARTÍSTICO

Nota de partida = 10.00. Puntuará las faltas de ejecución y artístico según lo reflejado en la siguiente tabla:

FALTAS ARTÍSTICO		PENALIZACIONES				
CONTACTO AP/GIM	Inicio/durante, sin aparato > 4seg		0.30			
	Aparato sin contacto con ninguna gimnasta al final		0.30			
	Posición inicial elevada > 4seg		0.30			
CARÁCTER	Carácter	0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
PASOS DE DANZA	Mín. 2		0.30	0.60		
CONEXIONES	Conexiones	0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
FALTAS DE MÚSICA	Ritmo	0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
	Introducción musical >4seg		0.30			
	No armonía música/movimiento al final del ejercicio			0.50		
	No se respeta la ética en la letra		0.30			
EXPRESIÓN	Expresión facial/corporal		0.30	0.60		
EFFECTO y CAMBIOS DINÁMICOS	Efecto o cambio dinámico. Mín 1		0.30			
TRABAJO COLECTIVO	Canon o rápida sucesión		0.30			
	Contraste		0.30			
	Coral		0.30			
	Sincronización		0.30			
VARIEDAD EN COMPOSICIÓN	Desplazamientos, trayectorias, niveles, formaciones, colaboraciones...	0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
VARIEDAD USO DE APARATO	Grupos técnicos, manejo del aparato...	0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
COLABORACIONES	Elemento prohibido en C (por cada)		0.30	0.60	0.90	1.20
<b>TOTAL FALTAS ARTÍSTICO:</b>						
FALTAS EJECUCIÓN		PENALIZACIONES				
SINCRONIZACIÓN		0.10		0.50		1.00
FORMACIONES		0.10		0.50		1.00
TÉCNICA GENERAL		0.10	0.30	0.50	0.70	1.00
PÉRDIDAS DE APARATO Y CAÍDAS DE GIMNASTAS (ver código Fig)		0.50 x =				
		0.70 x =				
La pérdida de objeto no penaliza		1.00 x =				
<b>TOTAL FALTAS EJECUCIÓN:</b>						

























<b>FALTAS ARTÍSTICAS</b>	
<b>Carácter</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	El ejercicio se desarrolla a través de movimientos y enlaces estéticos, originales y expresivos, adaptados a la idea guía acorde con la elección de la música, el tema elegido y a la edad/aptitudes técnicas y artísticas de las gimnastas.
<b>-0.10 puntos</b>	El carácter está muy presente en todo el ejercicio, con pérdidas muy puntuales.
<b>-0.30 puntos</b>	El carácter está muy presente en gran parte del ejercicio, pero no en todo.
<b>-0.50 puntos</b>	El carácter está presente en parte del ejercicio, pero se percibe que en varios momentos se pierde.
<b>-0.70 puntos</b>	No está presente el carácter en una gran parte del ejercicio.
<b>-1.00 puntos</b>	No está presente el carácter en todo el ejercicio.
<b>Pasos de danza</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	El ejercicio tiene 2 series de pasos de danza con una duración mayor o igual a 8", coordinados con la música, desarrollando el carácter y la expresión. Con el aparato en movimiento.
<b>-0.30 puntos</b>	Ausencia de una serie de pasos de danza.
<b>-0.60 puntos</b>	Ausencia de dos series de pasos de danza.
<b>Conexiones</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	Con fluidez en la transición entre los elementos corporales, lógica en las conexiones técnicas en el manejo del aparato/objeto y sentido en las evoluciones entre las formaciones.
<b>-0.10 puntos</b>	Las conexiones se realizan de manera fluida en todo ejercicio, con errores muy puntuales.
<b>-0.30 puntos</b>	El ejercicio está efectuado correctamente con pequeños errores en las conexiones.
<b>-0.50 puntos</b>	El ejercicio está efectuado con errores en las conexiones en una o varias partes importantes del ejercicio.
<b>-0.70 puntos</b>	No están presentes las conexiones en una gran parte del ejercicio.
<b>-1.00 puntos</b>	El ejercicio en una sucesión de elementos técnicos y no son apreciables conexiones lógicas en su realización.
<b>Faltas de música - Ritmo</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	La adaptación del ejercicio con la música tiene un sentido completo y todos los elementos se realizan en armonía con los acentos musicales y el ritmo.
<b>-0.10 puntos</b>	Las conexiones se realizan de manera fluida en la mayor parte del ejercicio, con errores muy puntuales.
<b>-0.30 puntos</b>	El ejercicio está efectuado correctamente con pequeñas desviaciones respecto a la música.
<b>-0.50 puntos</b>	El ejercicio solo tiene en cuenta los acentos o el ritmo en momentos determinados.
<b>-0.70 puntos</b>	No existe adaptación con la música en una gran parte del ejercicio.
<b>-1.00 puntos</b>	No se tiene en cuenta la música y podría considerarse música de fondo.
<b>Faltas de música - Ética</b>	
<b>-0.30 puntos</b>	No respetar la ética en la letra.
<b>Expresión facial/corporal</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	El ejercicio presenta expresión corporal y facial durante todo el ejercicio.

-0.30 puntos	El ejercicio presenta expresión corporal o facial durante el ejercicio, pero hay carencias puntuales.
-0.60 puntos	Ausencia de expresión corporal y facial durante todo el ejercicio.
<b>Efecto o cambio dinámico</b>	
-0.00 puntos	El ejercicio tiene un elemento específico coordinado con acentos/frases de la música que crea un impacto visual.
-0.30 puntos	Ausencia de un efecto o cambio dinámico.
<b>Trabajo colectivo</b>	
-0.30 puntos	Por cada tipo de trabajo colectivo no reconocido en el ejercicio de los 4 que deben estar representados: Canon o rápida sucesión/Contraste/Coral/Sincronización.
<b>Variedad en la composición</b>	
-0.00 puntos	El ejercicio cuenta con variedad en: trabajo del aparato, modalidades de desplazamientos y trayectorias, niveles, formaciones (amplitud y formas) y colaboraciones.
-0.10 puntos	La variedad en la composición está presente en todo el ejercicio, predominan dos o tres tipos de trabajo/desplazamientos/trayectorias/niveles/formaciones/colaboraciones en concreto.
-0.30 puntos	La variedad en la composición está presente en la mayor parte del ejercicio, aunque predomina un tipo de trabajo/desplazamientos/trayectorias/niveles/formaciones en concreto.
-0.50 puntos	Se presentan carencias en cuanto a la variedad en cuatro o más tipos de trabajo/desplazamientos/trayectorias/niveles/formaciones/colaboraciones dentro de la composición.
-0.70 puntos	Se presentan grandes carencias en cuanto a la variedad en todos los grupos de elementos dentro de la composición.
-1.00 puntos	El ejercicio no tiene ningún tipo de variedad.
<b>Variedad en el uso de aparato</b>	
-0.00 puntos	El ejercicio cuenta con variedad en el manejo del aparato, realizando los grupos técnicos con diferentes planos, direcciones, niveles, con diferentes partes del cuerpo, y diferentes tipos de lanzamientos.
-0.10 puntos	La variedad en la composición está presente en todo el ejercicio, aunque predominan dos o tres tipos de manejo en concreto.
-0.30 puntos	La variedad en la composición está presente en la mayor parte del ejercicio, aunque predomina un tipo de manejo en concreto.
-0.50 puntos	Se presentan carencias en cuanto a la variedad de manejo dentro de la composición.
-0.70 puntos	Se presentan grandes carencias en cuanto a la variedad en todos los tipos de manejo dentro de la composición.
-1.00 puntos	El ejercicio no tiene ningún tipo de variedad.
<b>Elementos prohibidos en Colaboración</b>	
-0.30 puntos (y la C se anula)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acciones o posiciones de apoyo o levantamiento de 1 o más gimnastas sin contacto con el suelo, mantenidas 4 o más segundos</li> <li>• Llevar o arrastrar a un/a gimnasta por el suelo durante 4 o más segundos.</li> <li>• Caminar, con más de 2 apoyos, sobre 1 o más gimnastas agrupadas.</li> <li>• Apoyo sobre una o dos manos o sobre los antebrazos sin otro contacto con el suelo, sin inversión o rueda lateral y con parada en la posición vertical.</li> <li>• Construcción corporal no autorizada/posición elevada.</li> </ul>



<b>FALTAS TÉCNICAS</b>	
<b>Sincronización</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	Las gimnastas realizan su ejercicio perfectamente sincronizadas en la mayor parte del mismo.
<b>-0.10 puntos</b>	Hay falta de sincronización en algunas partes del ejercicio.
<b>-0.50 puntos</b>	Hay falta de sincronización en varias partes del ejercicio.
<b>-1.00 puntos</b>	Una gran parte del ejercicio está realizado sin sincronización entre gimnastas.
<b>Formaciones</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	Todas las formaciones están realizadas correctamente.
<b>-0.10 puntos</b>	Formaciones puntuales formaciones están realizadas con errores en la posición de una o varias gimnastas.
<b>-0.50 puntos</b>	Varias formaciones están realizadas con errores en la posición de una o varias gimnastas.
<b>-1.00 puntos</b>	Las formaciones están realizadas con errores en la posición de las gimnastas y no presentan línea alguna en la mayor parte del ejercicio.
<b>Técnica general</b>	
<b>-0.00 puntos</b>	Las gimnastas realizan la técnica corporal y de aparato correctamente.
<b>-0.10 puntos</b>	Las gimnastas realizan con pequeñas faltas la técnica corporal o de aparato.
<b>-0.30 puntos</b>	Las gimnastas realizan con pequeñas faltas la técnica corporal y de aparato.
<b>-0.50 puntos</b>	Las gimnastas realizan con medianas faltas la técnica corporal y de aparato..
<b>-0.70 puntos</b>	Las gimnastas realizan de forma incorrecta la técnica corporal o de aparato.
<b>-1.00 puntos</b>	Las gimnastas realizan de forma incorrecta la técnica corporal y de aparato.
<b>Pérdidas de aparato</b>	
Penalización global independientemente del número de gimnastas en cada elemento. Penalización por cada vez que ocurre. La pérdida de objeto no se penaliza.	
<b>-0.50 puntos</b>	Pérdida de aparato sin paso.
<b>-0.70 puntos</b>	Pérdida de aparato con 1-2 pasos o aparato inutilizable.
<b>-1.00 puntos</b>	Perdida de aparato con > 2 pasos o al final o con salida del practicable.
<b>Caída de gimnasta</b>	
Penalización por cada vez que ocurre.	
<b>-0.50 puntos</b>	Pérdida de equilibrio con apoyo de una o dos manos.
<b>-0.70 puntos</b>	Pérdida total de equilibrio con caída.

**Cuadros con las dificultades corporales permitidas, además de las que aparecen con valor de 0.10 en el Código FIG en vigor en la temporada correspondiente:**

<b>DIFICULTADES CORPORALES AÑADIDAS 2025</b>	
<b>VALOR: 0,10</b>	<b>SALTOS</b>
 	<b>SALTO VERTICAL (SIN ROTACIÓN):</b> Espina dorsal se mantiene recta, sin oscilaciones del tronco durante todas las fases del salto. Vuelo: los dedos de los pies serán el último contacto con el suelo e inician la flexión dorsal del pie. Recepción: los dedos de los pies es lo primero que contacta con el suelo. Flexión-extensión piernas.
 	<b>SALTO AGRUPADO (SIN ROTACIÓN):</b> Se elevan las dos rodillas al pecho durante el vuelo y se recepciona con los pies juntos. Se puede realizar con impulso de uno o dos pies: misma forma, solo válida una de las dos en el ejercicio.
 	<b>SALTO CABALLITO (SIN ROTACIÓN):</b> Impulso con un pie. Se eleva primero una rodilla al pecho y después la otra. Recepción primero con un pie, después con el otro.
 	<b>SALTO VERTICAL EN PASSÉ:</b> Se puede realizar con passé abierto o cerrado: misma forma, solo válida una de las dos en el ejercicio.
 	<b>SALTO VERTICAL PIERNA A 90° (SIN ROTACIÓN):</b> delante, atrás, lateral. Técnica battement.
<b>VALOR: 0,10</b>	<b>EQUILIBRIOS</b>
 	<b>EQUILIBRIO PASSÉ ABIERTO EN PLANTA.</b> Obligatorio pie al nivel de la rodilla o superior y pierna en la segunda posición (cadera abierta, pierna en rotación externa)
 	<b>EXTENSIÓN DE RODILLAS.</b> Piernas JUNTAS o alineadas con la articulación coxo femoral. Extensión lumbar = 0 > 90°. Pelvis vertical. Elevación del tronco al finalizar, respetando el acompañamiento de la cabeza y los brazos con el cuerpo y activando abdominal.
 	<b>EXTENSIÓN DE PIE.</b> Piernas JUNTAS o alineadas con la articulación coxo femoral. Extensión lumbar = 0 > 90°. Pelvis vertical. Elevación del tronco al finalizar, respetando el acompañamiento de la cabeza y los brazos con el cuerpo y activando abdominal.
 	<b>EQUILIBRIO SPAGAT.</b> Sin apoyo de manos en el suelo durante el equilibrio. <b>IMPORTANTE CADERA ALINEADA</b> para ser válida. <b>NO PERMITIDO EN COLABORACIONES CONJUNTO.</b>
<b>VALOR: 0,10</b>	<b>ROTACIONES</b>
 	<b>GIRO COUPE.</b> Giro 360° sobre un pie. Pie altura tobillo. Pierna rotación externa.
 	<b>TONNEAU.</b> Rotación en espiral. Onda total del cuerpo sobre ambas piernas.
 	<b>ROTACIÓN 360° PIERNA POR DEBAJO DE LA HORIZONTAL DELANTE, LATERAL O ATRÁS.</b> Estas formas se consideran iguales, por lo tanto <b>NO</b> puede ser utilizada más de una vez en el ejercicio.

#### **4. COMITÉ TÉCNICO Y RECLAMACIONES**

El Comité Técnico de Gimnasia Rítmica, para los 45 JDM, estará formado por:

- Dos representantes del Ayuntamiento de Madrid.
- Un representante designado por la Federación Madrileña de Gimnasia.

El comité organizador, actuará de comité de competición, con total autoridad para resolver de forma inmediata, cualquier situación deportiva o extradeportiva que pudiera suceder.

Cualquier equipo/club participante tendrá derecho a presentar reclamaciones sobre las incidencias que puedan producirse durante la competición, siguiendo el procedimiento que marca la Normativa General de los 45 JDM.

#### **5. PREMIOS Y TROFEOS**

##### **Jornada de Promoción**

Los 3 primeros conjuntos clasificados de cada categoría recibirán medallas.

##### **Final de Madrid**

Los 3 primeros conjuntos clasificados de cada categoría recibirán trofeo y medallas.

## 6. PLANIFICACIÓN.

### Agenda Resumen de Gimnasia Rítmica

ENERO	Día 27	Cierre de Inscripción de conjuntos y Gimnastas
MARZO	Día 8	JORNADA DE CLASIFICACIÓN Lugar: CDM San Blas <ul style="list-style-type: none"><li>• Jornada de mañana y tarde por categorías</li></ul>
MARZO	Día 15	JORNADA DE CLASIFICACIÓN Lugar: CDM San Blas <ul style="list-style-type: none"><li>• Jornada de mañana y tarde por categorías</li></ul>
ABRIL	Día 26	JORNADA DE PROMOCIÓN Lugar: CDM San Blas <ul style="list-style-type: none"><li>• Jornada de mañana y tarde por categorías</li></ul>
MAYO	Día 10	FINAL DE MADRID - JDM Lugar: CDM San Blas <ul style="list-style-type: none"><li>• Jornada de mañana</li></ul>