



# **NORMATIVA COPA D'ANDORRA INDIVIDUAL 2024**

**FEDERACIÓ ANDORRANA DE GIMNÀSTICA**

**\*versió 8 de gener del 2024**

## **1. NORMATIVA GENERAL**

- 1.1. Podran participar totes les gimnastes i tècnics en possessió de llicència federativa de la FAG.  
(Veure requisits per a obtenir una llicència en l'apartat Llicències de la Normativa Tècnica FAG 2022).
- 1.2. Cada gimnasta participa en la categoria que li correspon segons l'any de naixement.
- 1.3. L'entrada a la zona d'escalfament i competició és exclusiva per a les gimnastes i tècnics que hagin estat inscrits.
- 1.4. Durant la competició, només els/les gimnastes que hagin estat cridats poden accedir a la sala de competició.
- 1.5. També poden entrar a la sala d'escalfament els membres de l'organització, de la junta de la federació i els convidats d'aquests.
- 1.6. Les inscripcions es presenten 10 dies abans de la competició. Tot retard pot implicar la no participació.
- 1.7. El jurat és designat per la federació, segons les exigències del codi FIG i la disponibilitat de jutges.
- 1.8. Les notes seran degudament anunciades per megafonia o altre suport. Les notes no es poden reclamar. Les notes són provisionals fins que són impreses i signades pel responsable del jurat.
- 1.9. Les paperetes de les jutges no s'entregaran als clubs i seran custodiades pel/la responsable de jutges per la seva posterior revisió.
- 1.10. Al final de la jornada de competició, un tècnic de cada club podrà revisar les paperetes d'els/les gimnastes del seu club. Les paperetes hauran de ser retornades a la responsable de jutges. No es permetrà fotografiar les paperetes.
- 1.11. Durant el transcurs del campionat només poden estar a la taula de puntuació les jutges designades per a puntuar la competició i la responsable de jutges. Excepcionalment, es podran apropar a la mateixa les persones que ho sol·liciti la responsable de jutges.
- 1.12. A cada fase la junta de la FAG assignarà dos membres que seran responsables de supervisar la competició.

## 2. NIVELLS

2.1. El nivell **promoció** es recomana a aquelles gimnastes que entrenin de 2 a 4 hores a la setmana. Està obert a totes les gimnastes que no hagin participat en preclub, club o federat en l'any anterior a excepció de les tres últimes classificades en preclubs.

2.2. El nivell **preclubs** es recomana a aquelles gimnastes que entrenin de 4 a 8 hores a la setmana. Està obert a totes les gimnastes que no hagin participat en club o federat l'any anterior a excepció de les tres últimes classificades en clubs.

2.3. El nivell **clubs** es recomana a aquelles gimnastes que entrenin més de 8 hores a la setmana. Està obert a totes les gimnastes que no hagin participat en federat l'any anterior.

2.4. El nivell **federat** està obert a totes les gimnastes.

## 3. FORMAT DE LA COMPETICIÓ

### 3.1. Sistema de competició general per a tots els nivells:

3.1.1. Es realitzaran un mínim de 3 fases classificatòries i una fase final. El calendari i les entitats organitzadores seran aprovades per la junta directiva de la FAG.

3.1.2. Els clubs que vulguin organitzar una fase o final han de fer la sol·licitud mitjançant un formulari (annex 1).

3.1.3. A les fases classificatòries rebran medalla les tres primeres gimnastes per categoria després de sumar la nota de cadascun dels aparells (classificació general) així com les tres primeres classificades de cada aparell. Aquestes classificacions es separen en promoció, preclubs, clubs i federat.

3.1.4. Si algun/a gimnasta es vol presentar a una fase amb un aparell que no correspon per aquell campionat, ho podrà fer en modalitat de control (serà puntuat, però no entrarà en classificació).

3.1.5. A la final, accediran les 5 millors classificades de cada categoria i nivell, després de sumar els punts per posició de cada una de les fases.

Els punts per posició son els següents:

<b>Classificació individual</b>	<b>Punts</b>
1r classificat	50 punts
2n	45 punts
3r	40 punts
4t	35 punts
5è	30 punts
6è	25 punts
7è	20 punts
8è	18 punts
9è	16 punts
10è	14 punts
11è	12 punts
12è	10 punts
13è	9 punts
14è	8 punts
15è	6 punts
16è	4 punts
17è	2 punts
18e	1 punt

3.1.6. Si una gimnasta no participa en una fase tindrà zero punts.

3.1.7. En cas d'empat el trencament d'aquest es farà per la suma de les notes de cada una de les fases.

3.1.8. En nivell federat, si una gimnasta no presenta un dels aparells, la nota d'aquell aparell serà zero i comptarà únicament per a la classificació general la nota de l'aparell amb el qual ha participat.

3.1.9. En la fase final:

3.1.9.1. Es farà una classificació general de cada nivell i categoria.

3.1.9.2. La gimnasta amb més puntuació en la classificació general de la final serà la campiona d'Andorra en la seva categoria i rebrà un trofeu.

3.1.9.3. Les gimnastes segona i tercera classificades per categoria en la classificació general rebran el trofeu corresponent.

3.1.9.4. Les gimnastes classificades en quart i cinquè lloc per categoria en la classificació general rebran un record de participació.

3.1.9.5. En el nivell federat, a més de la classificació general, hi haurà classificació per aparells.

3.1.9.6. Les tres primeres gimnastes de cada aparell rebran una medalla.

### 3.2. Gimnàstica rítmica masculina

3.2.1. Els gimnastes de les categories benjamí, aleví i infantil competiran en el seu nivell i categoria corresponent juntament amb les gimnastes de GR femenina.

3.2.2. Els gimnastes de les categories júnior i sènior competiran en una classificació exclusiva masculina, sempre i quan siguin 3 o més gimnastes masculins. En cas de ser 2 o menys gimnastes masculins per categoria, competiran juntament amb les gimnastes femenines de la categoria i nivell corresponents.

### 3.3. Gimnastes de la FAG:







3.3.1. Les gimnastes que pertanyin al programa de tecnificació de la FAG i que entrenin amb l'equip tècnic de la FAG a temps complet, competiran en nivell federat, sempre i quan siguin 3 o més gimnastes de la mateixa categoria. En cas de ser 2 o menys gimnastes de la FAG en la mateixa categoria, competiran al nivell clubs a la categoria que els correspongui per edat. Les gimnastes FIG (sènior i júnior) competiran en nivell federat.

3.3.2. Les gimnastes que pertanyin al programa de tecnificació o seguiment de la FAG, i que **NO** entrenin a temps complet amb l'equip de la FAG, competiran en el nivell que els tècnics dels seus clubs considerin adequat.

## 4. CATEGORIES, PROGRAMES I NORMATIVA TÈCNICA

### 4.1. Nivell promoció

#### 4.1.1. Categories i programa

CATEGORIA	ANY NAIXEMENT	TEMPS EXERCICI	APARELL
<b>Prebenjamí</b>	2016	1:15-1:30	
<b>Benjamí</b>	2015	1:15-1:30	
<b>Aleví</b>	2013-2014	1:15-1:30	
<b>Infantil</b>	2011-2012	1:15-1:30	
<b>Júnior</b>	2009-2010	1:15-1:30	
<b>Sènior</b>	2008 i anteriors	1:15-1:30	

#### 4.1.2. Dificultat

CATEGORIA	DB	W	R	DA	GTF
<b>Benjamí</b>	6 DB valor 0,10 o 0,20	Codi FIG júnior	Màxim 1 (2 rotacions)		
<b>Aleví</b>	Codi FIG júnior. Máx 0,30	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior Es permet 1 rotació	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Infantil</b>	Codi FIG júnior. Máx 0,30	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior Es permet 1 rotació	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Júnior i Sènior</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior Es permet 1 rotació	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior

<b>DB</b>	Dificultats corporals: codi FIG i annex
<b>W</b>	Ones
<b>R</b>	Elements dinàmics de rotació

<b>DA</b>	Dificultats d'aparell
<b>GTA</b>	Grups Tècnics Fonamentals de l'aparell







**NOTA:** no és necessari realitzar un moviment tècnic de l'aparell durant les BD. És necessari **moviment de l'aparell**. Les DB realitzades amb aparell estàtic tindran un valor de "0". En el cas de dificultats combinades el moviment de l'aparell ha de ser diferent en cada dificultat.

Resta d'exigències i penalitzacions: codi FIG júnior

Executar DB de valor superior al permès	-0,30
Executar més de 6 DB en benjamí	-0,30
Resta de penalitzacions	Codi FIG júnior

#### 4.2. Nivell preclubs

##### 4.2.1. Categories i programa

CATEGORIA	ANY NAIXEMENT	TEMPS EXERCICI	APARELL
<b>Prebenjamí</b>	2016	1:15-1:30	
<b>Benjamí</b>	2015	1:15-1:30	
<b>Aleví</b>	2014-2013	1:15-1:30	
<b>Infantil</b>	2011-2012	1:15-1:30	
<b>Júnior</b>	2009-2010	1:15-1:30	
<b>Sènior</b>	2008 i anteriors	1:15-1:30	

#### 4.2.2. Dificultat

<b>CATEGORIA</b>	<b>DB</b>	<b>W</b>	<b>R</b>	<b>DA</b>	<b>GTF</b>
<b>Benjamí i Prebenjamí</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Màxim 2 (fins 3 rotacions)		
<b>Aleví</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior Es permet 1 rotació	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Infantil</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Júnior</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Sènior</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior

<b>DB</b>	Dificultats corporals: codi FIG i annex
<b>W</b>	Ones
<b>R</b>	Elements dinàmics de rotació
<b>DA</b>	Dificultats d'aparell
<b>GTA</b>	Grups Tècnics Fonamentals de l'aparell







Penalitzacions:

Resta de penalitzacions	Codi FIG júnior
-------------------------	-----------------



#### 4.3. Nivell clubs

##### 4.3.1. Categories i programa

CATEGORIA	ANY NAIXEMENT	TEMPS EXERCICI	APARELL
<b>Prebenjamí</b>	2016	1:15-1:30	
<b>Benjamí</b>	2015	1:15-1:30	
<b>Aleví</b>	2014-2013	1:15-1:30	
<b>Infantil</b>	2011-2012	1:15-1:30	
<b>Júnior</b>	2009-2010	1:15-1:30	
<b>Sènior</b>	2008 i anteriors	1:15-1:30	

##### 4.3.2. Dificultat

CATEGORIA	DB	W	R	DA	GTF
<b>Prebenjamí i Benjamí</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Màxim 2 (fins 3 rotacions)		
<b>Aleví</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Infantil</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Júnior</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Sènior</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior

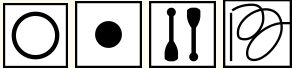
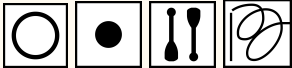
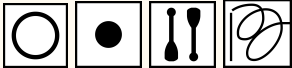
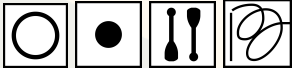
<b>DB</b>	Dificultats corporals: codi FIG i annex
<b>W</b>	Ones
<b>R</b>	Elements dinàmics de rotació
<b>DA</b>	Dificultats d'aparell
<b>GTF</b>	Grups Tècnics Fonamentals de l'aparell

Penalitzacions:

Resta de penalitzacions	Codi FIG júnior
-------------------------	-----------------

#### 4.4. Nivell federat

##### 4.4.1. Categories i programa

CATEGORÍA	ANY NAIXEMENT	TEMPS EXERCICI	APARELL
<b>Aleví</b>	2013-2014	1:15-1:30	
<b>Infantil</b>	2011-2012	1:15-1:30	
<b>Júnior</b>	2009-2010	1:15-1:30	
<b>Sènior</b>	2008 i anteriors	1:15-1:30	

##### 4.4.2. Dificultat

CATEGORÍA	DB	W	R	DA	GTF
<b>Júnior-Infantil -Aleví</b>	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior	Codi FIG júnior
<b>Sènior</b>	Codi FIG sènior	Codi FIG sènior	Codi FIG sènior	Codi FIG sènior	Codi FIG sènior

4.5. Programa masculí:

4.5.1. Categories i programa (Veure punt 4)

4.5.2. Dificultat (veure punt 4)

## **5. OBLIGACIONS DEL CLUB ORGANITZADOR**

5.1. Cada club que ho desitgi pot organitzar una fase o final del Campionat d'Andorra individual.

5.2. En cas que el club faci coincidir la fase amb el seu Trofeu, la normativa d'aquest haurà de ser compatible amb la present normativa.

5.3. El club organitzador s'encarrega de:

5.3.1. Muntatge de la sala:




















- Zona competició: tapís de competició, aparells de reemplaçament i taula per jutges
- Zona d'escalfament: preferentment un tapís d'escalfament
- Separar la sala de competició i la d'escalfament per evitar que no entrin aparells al tapís de competició
- Pòdium i taula per medalles/trofeus
- Aparell de música i megafonia

5.3.2. Funcionament:

- Una o dues persones per música i megafonia
- Dues persones per controlar les línies
- Una persona per controlar els temps
- Una persona per entrar les notes a l'ordinador (Ha de ser un membre de la Junta de la FAG)
- Mínim una persona per entregar premis

## ANNEX 1

DB específiques per les categories benjamí, aleví i infantil promoció

	0,10	0,20
<b>Salts</b>	 Zancada 90° (des d'assemblé)  Carpa 90° (des d'assemblé)  Galop  Cosac amb cama davant doblugada i genoll al pit  Salt passé 180°  Salt vertical 180°  Salt dues cames en passé	
<b>Equilibris</b>	 Arabesque davant 45°  Arabesque costat 45°  Arabesque darrera 45°  Extensió de tronc de genolls	 Equilibri fouetté amb dues formes iguals o diferents (mín una a 90°)  "Passada" sense ajuda de les mans  Penché amb mans al terra (mantenir cama de suport vertical)  Equilibri sobre gluti amb cames elevades en 2a posició amb ajuda de les mans
<b>Rotacions</b>	 Chaîné (pas preparatori + màxim 2 passos, rotació ràpida)  Arabesque davant 45°  Arabesque costat 45°  Arabesque darrera 45°	

## **ANNEX 2**

### Aparells

Segons normativa FIG a excepció:

<b>ALEVI I INFANTIL</b>	Cèrcol → mínim 70 cm diàmetre exterior Maces → mínim 35cm de llargada Cinta → mínim 4 metres de llarg
<b>JUNIOR I SENIOR</b>	Cinta → mínim 5 metres de llarg

No es realitzarà control d'aparells, només en cas de demanda de la responsable de jutges abans o després de l'exercici. Un exercici realitzat amb un aparell que no compleix la normativa FIG no serà avaluat (0.00 punts)

### Mallots

Segons codi FIG.

No es realitzarà control de mallots, només a demanda de la responsable de jutges abans o després de l'exercici.

### **ANNEX 3**

Formulari per sol·licitar organitzar una fase de la Copa d'Andorra

<b>NOM DEL CLUB</b>	
<b>DATA COMPETICIÓ</b>	
<b>LLOC COMPETICIO</b>	
<b>HORA INICI</b>	

Lloc i data:

Signatura del president del club:

Cal enviar el formulari al correu federatiu ([fedegim@gmail.com](mailto:fedegim@gmail.com))