

Categoria: **Infantil**

 Modalitat: **Femenina**

 Nivell: **A**

	REQUISITS DE COMPOSICIÓ	VALOR	PENALITZACIONS	ESPECIFICACIONS
SALT	Carrera de 20 m Es pot escollir entre les opcions: 1.- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrrega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota. 2.- Entrada de ½ gir (180°) en el 1º vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrrega. Es realitzaran dos salts que poden ser diferents Es farà la nota mitja dels dos salts		Primer vol No coordinació de braços i cames en l'avantsalt fins 0,50 No realitzar la tècnica dels braços per sota 0,50 Recolzament Posició incorrecta del cos, braços i cames fins 0,50 Espatlles avançades fins 0,50 Recolzament prolongat 0,50 Segon vol Alçada insuficient fins 0,50 Genolls flexionats fins 0,50 Manca de posició de barca 0,50 Recepció No mantenir la posició de barca en la Paloma fins 0,50 No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir fins 0,50 Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	Un o dos trampolins Alçada de la màrrega de recepció: 80 cm
		1,50	13,00	Total 14,50 punts
BARRA	1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC 2. SG: Assamblé + Sisonne 3. Tombarella endavant a la posició de gatxoneta 4. a) Vertical cames juntes, mínim 20° b) Roda 5. Gir a 360° 6. Sortida: a) roda amb mans a la punta de la barra b) rondada amb mans a la punta de la barra	0,50 0,50 0,50 0,50 0,50 0,50	Per sota de 20° a la vertical v. de l'element +0,50 La manca d'un element v. de l'element +0,50 La manca d'un element dins de la sèrie gimnàstica v. de la sèrie +0,50 Agafar tombarella per sota 0,50 Parada en esquadra a la tombarella v. de l'element +0,50 Manca de ritme en els enllaços c/v 0,30 No ajuntar les cames a la roda o rondada 0,50 Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	Barra alta (1,20 m) Un trampolí Alçada de les màrregues sota la barra i a la sortida 20 cm. Temps: de 50" a 1' Sortida per l'extrem contrari a l'entrada
		3,00	13,00	Total 16,00 punts
TERRA	1. Rondada, salt, quarta (braços estirats) 2. Vertical pont d'una cama, roda, remuntat (sense pas entremig) 3. Passatge de dansa: gambada, galop, gambada (Split 180°) 4. Gir de 360° 5. a) Paloma d'una cama b) Paloma de dues cames 6. a) Galop amb 360° b) Cadireta mig gir c) Carpa mig gir	0,50 0,50 0,50 0,50 0,50 0,50	No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal c/v 0,50 Realitzar més de 3 passes en carrera abans de l'avantsala c/v 0,30 Agafar la tombarella per sota 0,50 La manca d'un element v. de l'element +0,50 La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa v.línia/passatge+0,50 La manca de ritme en els enllaços c/v 0,30 Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	Composició i música lliure Temps: 1' a 1'15" Espai: 12 x 12
		3,00	13,00	Total 16,00 punts

Categoria: **Infantil**

 Modalitat: **Femenina**

 Nivell: **B**

	REQUISITS DE COMPOSICIÓ	VALOR	PENALITZACIONS	ESPECIFICACIONS
SALT	Carrera de 20 m.		Primer vol No coordinació de braços i cames en l'avantsalt fins 0,50 No realitzar la tècnica dels braços per sota 0,50	Un o dos trampolins Alçada de la màrrega de recepció: 80 cm
	Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrrega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles. L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota Es realitzaran dos salts Es farà la nota mitja dels dos salts		Recolzament Posició incorrecta del cos, braços i cames fins 0,50 Espatlles avançades fins 0,50 Recolzament prolongat 0,50 Segon vol Alçada insuficient fins 0,50 Genolls flexionats fins 0,50 Manca de posició de barca 0,50 Recepció No mantenir la posició de barca en la Paloma fins 0,50 Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		1,50	13,00	Total 14,50 punts
BARRA	1.- Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC	0,30	No mantenir l'àngel 2" per sobre 90° v. de l'element +0,50	Barra alta (1,20 m.) Alçada de les màrregues sota la barra i a la sortida: 20 cm. Un trampolí Temps: d'1' a 1'10" Sortida per l'extrem contrari a l'entrada
	2.- Vertical a 45°	0,30	La manca d'un element v. de l'element +0,50	
	3.- Gir de 360°	0,30	La manca d'un element dins d'un enllaç v. d'enllaç +0,50	
	4.- SG: Doble pas, gambada, salt en extensió	0,30	Manca de ritme en els enllaços c/v 0,30	
	5. Àngel 2", per sobre de 90°	0,30	No ajuntar les cames a la Roda 0,50	
	6. Sortida: a) Salt carpat b) Roda	0,30	Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		1,80	13,00	Total 14,80 punts
TERRA	1. Rondada, salt en extensió i quarta	0,30	No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal c/v 0,50	Música lliure Temps màxim: 1' a 1'10" Espai: 12 x 12
	2. Vertical pont d'una cama, roda, roda	0,30	Realitzar més de 3 passes en carrera abans de l'avantsalt c/v 0,30	
	3. Passatge de dansa: gambada (Split 180°), galop	0,30	La manca d'un element v. de l'element+0,50	
	4. Gir 360°	0,30	La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o	
	5. Galop de 180°	0,30	passatge de dansa v.línia/passatge+0,50	
	6. Paloma d'una cama	0,30	La manca de ritme en els enllaços c/v 0,30	
			Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		1,80	13,00	Total 14,80 punts