

# Juegos Porteños 2024

## Gimnasia artística

### Participantes

- Se participará en NIVEL 1 PROMOCIONAL SUELO, NIVEL 2 PROMOCIONAL 4 APARATOS y NIVEL 3 PROYECCIÓN en damas. NIVEL 1 PROMOCIONAL (SUELO y SALTO) Y NIVEL 3 PROYECCION EN CABALLEROS. Clasificatoria a los Juegos Nacionales Evita. NIVEL ESCUELA EN DAMAS, NO clasificatoria a los Juegos Nacionales Evita.

- En el NIVEL 1 PROMOCIONAL SUELO “damas”, se podrán inscribir cuatro (4) gimnastas Sub 14, por equipo y las niñas deberán haber nacido en los años, 2010, 2011, 2012,2013 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2024.

- En el NIVEL 1 PROMOCIONAL “caballeros”, se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, por equipo y los niños nacidos en, 2010, 2011,2012 que cumplan los 14 años hasta el 31 de diciembre de 2024.

- En el NIVEL 2 PROMOCIONAL -4 aparatos “damas”, se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14 por equipo y las niñas deberán haber nacido en los años, 2010, 2011, 2012,2013 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2024.

- En el NIVEL 3 PROYECCIÓN “damas”, se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14, por equipo y las niñas deberán haber nacido en los años, 2010, 2011, 2012,2013 de modo tal que cumplan de máximo 14 años hasta el 31 de diciembre de 2024.

- En el NIVEL 3 PROYECCIÓN “caballeros” se podrán inscribir tres (3) gimnastas en Sub 14 por equipo, los niños nacidos en, 2010, 2011,2012 que cumplan los 14 años hasta el 31 de diciembre de 2024.

- En el NIVEL ESCUELA “damas” se podrán inscribir equipos de hasta 5 gimnastas en las siguientes categorías:

MINI: 8 y 9 años / PRE INFANTIL: 10 y 11 años / INFANTIL: 12 y 13 años / JUVENIL 14 y 15 años Y MAYOR 16 a 18 años.

- Todos los quipos deberán estar asentados en la Lista de Buena Fe.

La modalidad de participación será Comunitaria y la característica Libre con las siguientes restricciones:

- En el NIVEL 1 PROMOCIONAL “damas” podrán participar deportistas federadas en los niveles 1 y 2 USAG de la Confederación Argentina y no federadas.

- En el NIVEL 1 PROMOCIONAL “caballeros” podrán participar los deportistas federados que hayan participado en el último Nacional Federativo 2023 en los niveles AC, AC1 Y AC2 en suelo y salto de la Confederación Argentina y los no federados.

- En el NIVEL 2 “damas” 4 aparatos, podrán participar deportistas federadas hasta el nivel 4 de la Confederación Argentina de Gimnasia y NO FEDERADOS.

- En el nivel 3 Proyección “damas” no existirán restricciones en cuanto a la participación.



- En el nivel 3 Proyección “caballeros” no existirán restricciones en cuanto a la participación.
- En el nivel escuela SOLO podrán participar gimnastas NO federadas.

IMPORTANTE: los niveles federativos serán tomados según registro nacional y/o provincial año 2023.

#### Reglamentación

#### Rama Femenina NIVEL 1 PROMOCIONAL

- Aparato: Suelo
- Categoría: Sub-14
- Modalidad: Por equipo
- Integrantes: 4 gimnastas (mínimo 3) y un entrenador. Se toman las 3 mejores notas del equipo

Nota: El equipo que representa cada provincia en la etapa final nacional es el mismo equipo inscripto por planilla en la etapa de inicio provincial.

#### Nivel 2 – PROMOCIONAL 4 APARATOS

- Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) y un entrenador. Se toman las 2 mejores notas por aparato del equipo.
- Categoría: Sub-14

Nota: El equipo que representa cada provincia en la etapa final nacional es el mismo equipo inscripto por planilla en la etapa de inicio provincial.

#### Nivel 3 - PROYECCION

- Modalidad:

Por equipo: tomando las 2 mejores notas por aparato de las gimnastas integrantes de cada equipo.

- integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2).
- Participantes: Libres. Podrán participar todas las gimnastas sub 14.

#### Rama Masculina

#### NIVEL 1 PROMOCIONAL

- Aparato: Suelo y salto
- Categoría: Sub-14
- Modalidad: Por equipo
- Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) y un entrenador. Se toman las 2 mejores notas, por aparato del equipo.
- Participantes: podrán participar los deportistas federados que hayan participado en el último Nacional Federativo 2023 en los niveles AC, AC1 Y AC2 en suelo y salto de la Confederación Argentina y los no federados.



Nivel 3 - PROYECCION

- Aparato: suelo – honguito – anillas – salto -- paralelas – barra fija
- Categoría: Sub-14
- Modalidad:
- Por equipo: Instancia Nacional tomando las 2 mejores notas por aparato de los gimnastas integrantes de cada Provincia.
- Integrantes: 3 gimnastas (mínimo 2) y un entrenador
- Participantes: Libres. Podrán participar todos los gimnastas sub 14.

RAMA FEMENINA - DESCRIPCION TECNICA

NIVEL 1	SUELO
Lineal - NO se puede cambiar el orden de los elementos.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enlace o momento coreográfico. Giro 360° sobre 1 pie.</li> <li>2. Rondo salto en extensión.</li> <li>3. Rol atrás (piernas juntas y extendidas, brazos extendidos.)</li> <li>4. 2 saltos gimnásticos continuados (1 de amplitud sagital o frontal - ambos codificados).</li> <li>5. Vertical rol.</li> <li>6. Salto e extensión con medio giro.</li> <li>7. Inversión atrás, adelante o tic toc.</li> <li>8. Enlace o momento coreográfico en contacto con el suelo.</li> </ol>



NIVEL 2	SALTO (1.10)	PARALELAS	VIGA	SUELO
	Metodología de mortero(con mesa de salto, recepción acostada sobre pila de colchones) 1 salto.	1.Kip. 2. Flotante a la horizontal. 3. Vuelta atrás. 4. Vuelta al frente, pequeño impulso, regreso al apoyo frontal. 5.Impulso colocación de plantillas carpada. 6. 2 balanceos y soltarse atrás.	1. Entrada puede ser no codificada. 2. acrobático atrás. 3. Acrobático adelante o lateral. 4. Serie de danza con 1 elemento de amplitud (ambos codificados). 5. Giro 360° sobre 1 pie. 6. Salida mínimo A. • 3 momentos coreográficos como mínimo (uno en contacto con la viga y otro en posición lateral).	Serie Lineal Se puede cambiar el orden de los ítems. 1.Giro 360° 2.Rondo Flic Flac salto en extensión. 3.Inversion atrás, adelante o tic toc. 4. 2 saltos continuados (1 de amplitud sagital o frontal, ambos codificados). 5. Justed con piernas extendidas. 6. Mortero recepción a 2 pies o flic flac adelante. • 3 momentos coreográficos como mínimo, 1 en contacto con el suelo.

NIVEL 3	SALTO (1.25)	PARALELAS	VIGA	SUELO
	Libre con mesa de salto. 1 salto.	1.Kip. 2. Flotante a vertical (piernas juntas o separadas). 3. Elemento circular a vertical. 4.Kip. 5.Impulso colocación de plantillas carpada. 6. kip. 7. Flotante a vertical. 8. Gran Vuelta de pecho. 9. Salida mortal atrás extendida.	Serie libre con exigencias obligatorias. 1. acrobático con vuelo atrás. 2. acrobático adelante o lateral. 3. Serie acrobática. (mínimo 1 elemento con vuelo iguales o diferentes). 4. Giro 360° sobre 1 pie. 5. Serie de danza. (idem código). 6. 2 elementos gimnásticos mínimo B. 6. Salida en secuencia o mínimo B.	Con música. Serie libre con exigencias obligatorias. 1.Línea Acro con mortal atrás (posición del cuerpo opcional) 2.Línea Acro con mortal adelante (posición del cuerpo opcional) 3. Línea Acro con 2 mortales diferentes. 4. Mortal con mínimo 360° (puede estar o no en línea Acro). 5. Giro gimnástico mínimo B. 6. Pasaje de danza ídem código. 7. 1 elemento gimnástico mínimo C.

Generalidades Y Deducciones.

NIVEL 1 - solo SUELO

- Serie lineal.
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p



- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u (en el enlace coreográfico final, mínimo 2 partes diferentes del cuerpo en contacto con el suelo).
- Cambiar el orden de los Ítems: 0.30 p • Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre 2 pies
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.50 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- Giro de 360 grados y salto en extensión con medio giro: si falta giro, no está el ítem.
- Vertical rol – apoyo de manos para levantarse: 0.50 p
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

#### NIVEL 2: SALTO

- ALTURA: 1,10 metro (no se puede modificar)
- Con mesa de salto y pila de colchones nivelado
- 1 solo salto (en caso de salto nulo, puede intentar una segunda vez y tiene una deducción de 3.00 p)
- Se realizan las deducciones desde 10.00 p y se obtiene la nota final.

#### Deducciones Específicas

- Recepción sentada: 1.00 p
- Vertical rol: 4.00 p
- Rol adelante: 5.00 p
- Apoyo prolongado: 0.10-0.30-0.50 p
- Recepción piernas flexionadas: 0.10-0.30-0.50 p
- Recepción piernas separadas: 0.10-0.30 p
- Cuerpo rotado en el 2do. Vuelo: 0.10-0.30 p
- Apoyo de 1 mano: 2.00 p
- Dinamismo: 0.10-0.30-0.50
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

#### NIVEL 2: PARALELAS

- Está permitido el uso de la tabla de pique para la entrada
- Cambiar el orden de los elementos: 0.30 c/v
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Ausencia de cada ítem: 0.50 p



- Impulso suplementario s/despegue de cadera: 0.10 p
- Impulso suplementario c/despegue de cadera: 0.50 p
- Amplitud en el flotante: faltan más de 10 grados, no está el requisito
- Pisada piernas extendidas: si flexiona, realizar descuentos por flexión 0.10-0.30- 0.50
- Amplitud en los balanceos: entre H y 45: 0.10-0.30 p. Debajo de 45 grados: no está el requisito.
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación.

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

#### NIVEL 2: VIGA

- Altura de la viga: 1.10 metro
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Todos los elementos acrobáticos o gimnásticos deben estar codificados
- No está permitido realizar vertical para cubrir acrobático adelante
- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.50 p
- Está permitido cambiar el orden de los ÍTEMS
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre dos pies.
- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- En la serie de danza, el salto de amplitud puede ser sagital o frontal.
- Giro sobre 1 pie de 360: si falta giro, no está el requisito.
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

#### NIVEL 2 SUELO

- Serie lineal
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Valor del ítem del enlace coreográfico: 0.30 c/u (en el enlace coreográfico en contacto con el suelo, mínimo 2 partes diferentes del cuerpo en contacto).
- Está permitido cambiar el orden de los ÍTEMS
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Está permitido agregar pasos en releve adelante o atrás y medio giro sobre 2 pies
- Cortar los ítems que deben ser continuados: 0.50 p



- Las amplitudes por separación de piernas son de 135 grados
- Los saltos gimnásticos deben estar codificados.
- Giro de 360 grados: si falta giro, no está el ítem. Se debe definir la posición de la pierna libre.
- Justed: si faltan más de 10 grados: no está el elemento. Descenso con piernas extendidas.
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación.

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p.

### NIVEL 3: SALTO

- ALTURA: 1,25 metros
- Con mesa de salto a caer paradas sobre colchón de recepción reglamentario
- 1 solo salto (en caso de salto nulo, puede intentar una segunda vez y tiene una deducción de 3.00 p).
- Si realiza salto con mortal, se realizan las deducciones desde 10.00 p y se obtiene la nota final.
- Si realiza salto sin mortal, se realizan las deducciones desde 9.00 p y se obtiene la nota final.

Deducciones generales y específicas del código de puntuación.

### NIVEL 3: PARALELAS

- Está permitido el uso de la tabla de pique para la entrada
- Cambiar el orden de los elementos: 0.30 c/v
- Agregar elementos: 0.30 c/v
- Detención: 0.50 c/v
- Ausencia de cada ítem: 0.50 p
- Impulso suplementario o vacío: 0.50 p
- Amplitud en flotantes y circulares, ídem código
- Si realiza flotante a la vertical (debajo de 10 grados o más) se le otorga el requisito y se aplica el descuento por amplitud según código.
- Si realiza el elemento circular 10 grados o más debajo de la vertical, se le otorga el requisito y se aplica el descuento por amplitud según código.
- El requisito 5 es con piernas extendidas, si flexiona realizar descuentos por flexión.
- Si en la salida, hay angulación en la cadera, se otorga posición carpada y no está el requisito.

Deducciones generales y específicas del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie, el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

### NIVEL 3: VIGA

- Altura de la viga: 1.25 metros



- Serie libre con exigencias obligatorias
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 180 grados
- En la serie acrobática, los elementos pueden ser iguales o diferente
- No está permitido utilizar elementos de mantenimiento en la serie acrobática
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación
- Deducciones por presentación artística y composición del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00

#### NIVEL3: SUELO

- Serie libre con música y exigencias obligatorias
- Duración mínima 60 segundos y máxima 90 segundos
- Valor de cada ítem acrobático o gimnástico: 0.50 p
- Las amplitudes por separación de piernas son de 180 grados
- Deducciones generales y específicas del código de puntuación
- Deducciones por presentación artística y composición del código de puntuación

Si realiza correctamente los elementos de la serie el valor de partida (nota D) será de 10.00 p

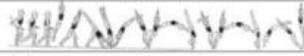


**Artística Masculina**

Nivel 1 - Promocional		
<b>1</b>		Salticado, pique y salto en extensión con 1/2 giro...
<b>2</b>		Inmediatamente pique y rol volado, salto en extensión con medio giro a terminar en posición de firmes...
<b>3</b>		Realizar paso al frente seguido de medialuna lateral...
<b>4</b>		acomodarse con 1/4 de giro a la posición frontal y vertical rol pasajero...
<b>5</b>		inmediatamente al levantarse, salto en extensión con medio giro a posición de firmes...
<b>6</b>		continuando a yuste pasajero descendiendo a posición de firmes
<b>7</b>		Paso al frente y paloma frontal 2°...
<b>8</b>		Continuando, tres pasos de carrera y mortero salto en extensión a posición de firmes

Nivel 1 - Promocional - SALTO		
EJERCICIO	SALTO	VALOR DE PARTIDA
<p>TABLA DE PIQUE COLCHON DE 30 Y SOFT</p>	MORTAL ADELANTE AGRUPADO	7,5 PUNTOS
	MORTAL ADELANTE CARPADO	8,5 PUNTOS
	MORTAL ADELANTE EXTENDIDO	10 PUNTOS
		DESCUENTOS SEGUN CODIGO DE PUNTUACION



Nivel 3 - Proyección 		
Nº	EJERCICIO	DESCRIPCIÓN
<b>1</b>		Rondo, 2 flic flac.
<b>2</b>		Medialuna, vertical rol
<b>3</b>		Rol volado

<b>4</b>		Yuste
<b>5</b>		Mortero 2 (flic-flac adelante)
<b>6</b>		Paloma frontal 2*
<b>7</b>		Mortal adelante agrupado.
OPCIONES		Salto en extensión con medio giro a posición de firmes.

A los efectos de enlazar los elementos, el gimnasta podrá realizar el siguiente enlace hasta un máximo de tres (3) veces. Por elementos adicionales se penalizará 0,30 cada vez. Los elementos para enlazar no tienen un valor asignado, pero se penalizará las faltas desde el punto de vista de la ejecución. Salto en extensión con medio giro a posición de firmes.

Nivel 3 - Proyección <b>HONGUITO</b> 		
<b>1</b>		<b>10 Molinos continuados en honguito.</b>
<b>DESCRIPCIÓN DE LA PARTE</b>	<b>VALOR</b>	<b>FALTAS TÍPICAS</b>
Desde el apoyo facial de frente al hongo, toma de impulso y <b>10 molinos</b> completos (terminados al apoyo facial)	1.0 p x c/molino 10.00 p	- El gimnasta debe realizar los 10 molinos en forma continuada. Cada molino se considera iniciado y terminado en el apoyo facial (frontal). Los descuentos se realizarán según el Código de Puntuación. - En caso de caída entre cada molino el gimnasta podrá continuar podrá continuar con la serie recibiendo el correspondiente descuento (caída 0,50). Por no completar el molino según desviación 0,10 o 0,20 según la falta .



Nivel 3 - Proyección <b>ANILLAS</b> 			
Nº	DESCRIPCIÓN DE LA PARTE	VALOR	FALTAS TÍPICAS
<b>1</b>	Desde la suspensión ascender hacia adelante con cuerpo extendido a posición invertida manteniendo 2"	<b>1.00</b>	- Mantener la posición entre 1" y 2".: 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>2</b>	Luego descender a plegado y realizar toma de impulso adelante (arranque) balanceo atrás y 2 dislocaciones adelante	<b>0.50 / 1.00 / 1.00</b>	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Falta de amplitud en cada dislocación: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>3</b>	Continuadas de balanceo atrás y dominación atrás (gran montada) a escuadra 2"	<b>1.00 / 0.50</b>	- Falta de amplitud en la dominación: h. 0.30 - Mantener la escuadra entre 1" y 2".: 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>4</b>	Vertical de hombros subiendo a fuerza con el cuerpo carpado y piernas juntas, mantener 2 segundos	<b>1.50</b>	- Mantener la escuadra entre 1" y 2".: 0.30 - Mantener la posición menos de 1": 0.70 - Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>5</b>	Volviendo a extender los brazos para pasar por el apoyo y descendiendo luego atrás a la suspensión carpado y toma de impulso hacia atrás	<b>0.50</b>	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>6</b>	Dislocación directa atrás balanceo adelante y dislocación atrás nuevamente	<b>1.00 / 1.00</b>	- Falta de continuidad y ritmo: h. 0.20 - Falta de amplitud en cada dislocación: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30
<b>7</b>	Seguida de mortal atrás extendido de salida hasta la posición de firmes	<b>Si realiza salida</b> Agrupada 0,20 P Carpado 0.50 P Extendida 1P	- Falta de amplitud en el mortal: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.30 - Errores en la posición final de firmes: s/C.d.P

Nivel 3 - Proyección <b>SALTO</b> 		
MEDIDA	VALOR DEL SALTO	DESCUENTOS
Altura del aparato: 1,20 m. Mesa de Salto	<b>10.00</b>	<b>1º Vuelo:</b> - Falta de extensión del cuerpo: h. 0.30 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 <b>2º Vuelo:</b> - Falta de rechazo: h. 0.30 - Brazos flexionados: h. 0.50 - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 <b>Recepción:</b> - Errores posturales y/o técnicos cada vez: h. 0.50 - Errores en la posición final de firmes: s/C.d.P



Nivel 3 - Proyección <b>PARALELAS</b>		
<b>1</b>		Desde impulso en la tabla de pique, saltar al apoyo braquial, balancear adelante y kip de báscula a piernas abiertas, rebotando en las bandas, e inmediatamente balanceo atrás mínimo al horizontal.
<b>2</b>		Descolgarse por detrás a la suspensión carpada para realizar finlandés axilar.
<b>3</b>		Descolgarse por detrás a la suspensión y kip largo al apoyo.
<b>4</b>		Balanceo atrás mínimo al horizontal, dejarse caer al balanceo axilar y kip de pecho al apoyo.
<b>5</b>		Balanceo atrás mínimo al horizontal, balanceo adelante
<b>6</b>		Balanceo atrás pasando mano izquierda al apoyo del barrote derecho para salir lateralmente, e inmediatamente 1/2 giro a derecha hasta la posición de firmes.

Nivel 3 - Proyección <b>BARRA</b>		
<b>1</b>		Rotura de inercia, arranque al frente y balanceo atrás mínimo a 45° sobre la horizontal
<b>2</b>		Balanceo adelante con 1/2 giro a toma mixta mínimo a 45° sobre la horizontal
<b>3</b>		Balanceo adelante y atrás en toma mixta, acomodar la mano nuevamente a dorsal (balanceos mínimos a 45° sobre la horizontal)
<b>4</b>		Balancear adelante y kip largo.
<b>5</b>		Flotante mínimo al horizontal seguido de vuelta atrás al apoyo con cuerpo extendido.
<b>6</b>		Descolgarse adelante (pescadito) e inmediatamente balanceo atrás mínimo a 45° sobre la horizontal
<b>7</b>		Salida mortal atrás Extendido

Nivel Escuela Damas:

NO SE PUEDE CAMBIAR EL ORDEN DE LOS ELEMENTOS.

Categoría Mini Y Pre Infantil:

1. Enlace coreográfico.
2. DOS 1/2 giros sobre 2 pies. (1/2 giro paso 1/2 giro). Brazos en corona.
3. Passe con una pierna (1") – Passe con la otra pierna (1"). Brazos a la cintura.
4. Dos pasos en releve – Brazos en 5 posición.
5. Rol adelante agrupado.
6. Continuado – salto en extensión.
7. Salto gato.



8. Vertical.

9. Cuclillas (1'')

10. Vela

11. Sapo (1'')

Categoría Infantil - Juvenil y Mayor

1. Enlace coreográfico.

2. Passe con una pierna (1'') Brazos en 2ª Posición – Developpe, Brazos en 5ª posición –

Passe con la otra pierna (1'') Brazos en 2ª posición – Developpe brazos en 5ª posición –

3. Salto Gato.

4. Continuado salto en extensión.

5. Vertical.

6. Rol adelante agrupado.

7. Rol atrás agrupado.

8. Medialuna.

9. Paloma 90° (1'').

Descuentos: Serán tomados de los ejercicios obligatorios de Nivel escuela E1 de la Confederación

Argentina de Gimnasia.

