

XXXIII JUEGOS DEPORTIVOS EN EDAD ESCOLAR DE ARAGON

NORMAS PARA EL DESARROLLO DEL CAMPEONATO DE ARAGÓN DE GIMNASIA AEROBIC

La Dirección General del Deporte de la DIPUTACIÓN GENERAL DE ARAGÓN, convoca el Campeonato de Aragón de GIMNASIA AEROBIC, para la temporada 2016/2017, contando con el apoyo técnico de la Federación Aragonesa de Gimnasia.

CONVOCATORIA

1.- CATEGORIAS CONVOCADAS Y EDADES

1.1. **Categorías:** En razón de su edad, los deportistas participantes pertenecerán a las siguientes:

CATEGORIA	MASC.	FEM.	MIXTO	FECHA NAC.
CADETE	SI	SI	SI	2001 y 2002
INFANTIL	SI	SI	SI	2003 y 2004
ALEVÍN	SI	SI	SI	2005 y 2006
BENJAMIN	SI	SI	SI	2007 y 2008

1.2.- Modalidades

NIVEL B

- * Individual (masculino y femenino)
- * Parejas/Trío
- * Grupos (de 4 a 8 componentes)

NIVEL A

- * Individual Masculino
- * Individual Femenino
- * Parejas
- * Tríos
- * Grupos (de 4 a 7 componentes)

1.3.- **Cambio de categoría** Podrá autorizarse la inscripción de participantes con menos edad (el año anterior) en la categoría inmediata superior, previa autorización paterna (firma paterna en el autorizado de la Licencia deportiva). La utilización de esta norma supondrá la pérdida de la anterior categoría durante toda la temporada.

2.- NIVELES DE COMPETICIÓN

Existirán dos niveles de competición, el nivel "A" y el nivel "B"

3.- INSCRIPCIÓN y TRAMITACIÓN DE DOCUMENTACIÓN

3.1.- Plazos de Inscripción

La inscripción y tramitación de la documentación será desde el 1 de septiembre de 2016, hasta el 30 de marzo de 2017.

3.2.- Tramitación de Documentación

La Inscripción para participar en los XXXIII Juegos Deportivos en Edad Escolar de Aragón, **se realizará necesariamente por Internet**, con el programa preparado por la Dirección General puesto en práctica en la temporada 2016/17 Para poder realizar la tramitación telemática de participantes y equipos, entrando en la página Web de los JJDD www.juegos Escolares de Aragón.com, es necesario realizar los siguientes pasos:

3.2.1. Crear un usuario en la plataforma de auto registro del Gobierno de Aragón.
<http://autoregistro.aragon.es>

3.2.2. Acceder a la aplicación en la dirección <http://juegos Escolares.aragon.es>

3.2.3. Introducir su usuario y contraseña

3.2.4. Asociar el usuario registrado con la entidad o entidades que gestiona, teniendo en cuenta que:

- * Cada entidad (CIF), únicamente puede ser gestionada por un usuario auto registrado.
- * Si la entidad ya está asociada a otro usuario hay que ponerse en contacto con la Dirección General de Deporte para que resuelva la incidencia
- * Si la entidad no existe deberemos darla de alta.
- * Si la entidad existe deberemos anotar los datos desconocidos como email de contacto y teléfono.

3.2.5. Gestionar deportistas y equipos: El documento que detalla el procedimiento de auto registro y asociación con su entidad puede descargarse en la dirección: <http://juegos Escolares.aragon.es/documentos/pasosprevios.pdf>. El manual de la aplicación en formato pdf puede consultarse desde la opción documentos una vez que el usuario ha realizado el proceso de autenticación.

4.- DOCUMENTACION

4.1.- Documentación a presentar en las competiciones EN ARAGÓN en todas las fases:

En todas las categorías y niveles se presentará a los jueces y árbitros de la competición, la siguiente documentación:

- Hoja de Inscripción de equipos
- Licencia Deportiva Escolar

5.- SISTEMA DE COMPETICIÓN

5.1 Jornada Deportiva

Cada Jornada los equipos deberán llevar la música grabada en estéreo, lo harán en un C.D.; y en la parte externa figurará perfectamente visible el nombre del equipo o gimnasta, categoría, nivel y Centro por el que participan, duración y título de la música, así como el nombre del autor/es de la música.

El número de conjuntos y gimnastas individuales que se clasificarán para el Campeonato de Aragón, serán DIEZ en todas las categorías

5.2.- Información a los Participantes

5.2.1.- Por La Dirección General de Deporte

La Dirección General de Deporte, informará de todo lo relacionado con la competición de los Juegos Deportivos en Edad Escolar a través de la PÁGINA WEB:
www.juegosescolaresdearagon.com

5.2.2.- Por la Federación Aragonesa

La Federación Aragonesa, informará de lo relacionado con la competición de los Juegos Deportivos en Edad Escolar a través de su PÁGINA WEB:

6.- CALENDARIO

24 de abril de 2017

**CAMPEONATO PROVINCIAL DE ZARAGOZA, Y
CAMPEONATO DE ARAGON**

7.- NORMAS TÉCNICAS

7.1.-Reglamentos

Todo lo concerniente al aspecto técnico se basará en las siguientes bases:

7.1.1.- Modalidades

Toda gimnasta podrá participar en cualquiera de las modalidades de competición.

El Campeonato de Aragón se desarrollará en las Categorías ALEVIN, INFANTIL Y CADETE nivel A y B de las mismas categorías ALEVIN, INFANTIL Y CADETE.

7.1.2.- Lugar de celebración: Se indicará el día del sorteo

7.1.3.- Sorteo de participantes: Se celebrará en la sede de la Federación Aragonesa de Gimnasia el día 10 de abril de 2017 a las 20:00 horas.

7.1.4.- Jueces: Serán designadas por el Comité de Jueces de la Federación Aragonesa de Gimnasia.

7.1.5.- Equipos y dirección de equipos

Cada Colegio, Club o Entidad podrá presentar el número de gimnastas y equipos que deseen, en cualquiera de las categorías y niveles.

Todos los gimnastas deberán pertenecer a la misma Entidad. Los grupos estarán constituidos entre 4 y 8 gimnastas, pudiendo llevar dos gimnastas reservas. Las gimnastas reserva podrán actuar en uno, dos o ninguno de los ejercicios realizados.

Ningún gimnasta podrá participar por dos equipos diferentes aunque sean del mismo Centro.

La persona que figure como Entrenadora deberá ser como mínimo Entrenador/a de Primer Nivel de Aeróbic, técnico elemental y también podrán figurar T.A.F.A.D., Diplomada/o, Licenciada/o en Educación Física.

7.2.- Normativa Técnica. Nivel A

Para las tres categorías, alevín, infantil y cadete, regirá el código de puntuación de gimnasia aeróbica de la Federación Internacional de Gimnasia con las siguientes especificaciones:

7.2.1.- NORMATIVA TÉCNICA NIVEL A CATEGORIA ALEVÍN

Excepciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No aterrizajes en push up de 1 brazo ▪ No soportes en 1 brazo ▪ No push up de 1 brazo
Duración de la música	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 minuto 15 segundos (+ / - 5 segundos)
Número total de dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 6 máximo
Elementos obligatorios	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A101 Push up ▪ B102 Straddle support ▪ C103 Air turn ▪ D133 Split Through (pasada de sapo)
Máximo valor de los elementos permitidos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De 0,1 a 0,4
Elementos en el suelo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 4
Aterrizajes en Push up	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 0
Aterrizajes en Split	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Lista de elementos (Grupo A, B, C, D)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 elemento de cada grupo como mínimo
Combinaciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los elementos obligatorios deberán realizarse de forma aislada
Elevaciones / figuras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 0
Vestuario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Según código FIG ▪ Uso opcional de medias en mujeres. Se permite malla entera tipo short para chicos y chicas.
Espacio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 7 x 7 para individuales, parejas y tríos ▪ 10 x 10 para grupos
Deducciones (1 pto cada vez)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Más de 6 elementos ▪ Falta de elemento obligatorio ▪ Falta de Grupo (A, B, C o D no realizado) ▪ Más de 4 elementos de suelo ▪ Elementos de valor mayor de 0.4 ▪ Elementos de 1 brazo ▪ Más de 1 elemento aterrizando en Split ▪ Elementos aterrizando en PU o PU de 1 brazo ▪ Repetición de 1 elemento (elemento idéntico y/o repetición de elemento con mismo nombre base) ▪ 0,5 Realizar lifts (elevación) – (Por CJP) (cada vez)

**7.2.2.- NORMATIVA TÉCNICA NIVEL A
CATEGORIA INFANTIL**

Excepciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No aterrizajes en push up de 1 brazo ▪ No soportes en 1 brazo ▪ No push up de 1 brazo
Duración de la música	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 minuto 20 segundos (+ / - 5 segundos)
Número total de dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 8
Elementos obligatorios	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A142 Wenson Push up ▪ B103 Straddle support ½ giro ▪ C264 Salto Agrupado 1/1 giro ▪ D102 Split vertical
Máximo valor de los elementos permitido	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De 0,1 a 0,6
Elementos en el suelo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 5
Aterrizajes en Push up	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Aterrizajes en Split	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Lista de elementos (Grupo A, B, C, D)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 elemento de cada grupo como mínimo
Combinaciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los elementos obligatorios deberán realizarse de forma aislada
Elevaciones / figuras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 (opcional)
Vestuario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Según código FIG
Espacio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 7x7 individuales, parejas y tríos ▪ 10x10 grupos
Deducciones (1 pto cada vez)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Más de 8 elementos ▪ Falta de elementos obligatorios ▪ Falta de grupo (A, B, C o D no realizado) ▪ Más de 5 elementos en el suelo ▪ Elementos de valor mayor de 0.6 ▪ Elementos de 1 brazo ▪ Elementos aterrizando a 1 brazo ▪ Más de 1 elemento aterrizando en PU ▪ Más de 1 elemento aterrizando en Split ▪ Repetición de 1 elemento (elemento idéntico y/o repetición de elemento con mismo nombre base) ▪ 0,5 puntos por realizar más de 1 lift (elevación) (por CJP) (cada vez)

**7.2.3.- NORMATIVA TÉCNICA NIVEL A
CATEGORIA CADETE**

Excepciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No aterrizajes en push up de 1 brazo
Duración de la música	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 minuto 20 segundos (+ / - 5 segundos)
Número total de dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 10
Elementos obligatorios	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A315 Helicopter to Split ▪ B104 Straddle support 1/1 ▪ C553 Straddle jump ▪ D154 1/ turn to vertical split
Máximo valor de los elementos permitido	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De 0,2 a 0,7 permitido 1 elemento opcional de valor 0,8
Elementos en el suelo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 5
Aterrizajes en Push up	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 2
Aterrizajes en Split	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 2
Lista de elementos (Grupo A, B, C, D)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 elementos de cada grupo mínimo
Combinaciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los elementos obligatorios deberán realizarse de forma aislada
Elevaciones / figuras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1
Vestuario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Según código de la FIG
Espacio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 7x7 Individuales ▪ 10x10 Parejas, Tríos y Grupos
Deducciones (1 pto cada vez)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Más de 10 elementos ▪ Falta de elementos obligatorios ▪ Falta de grupo (A, B, C o D no realizado) ▪ Más de 5 elementos en el suelo ▪ Más de 1 elemento de valor 0,8 ▪ Elementos de valor igual o superior a 0.9 ▪ Elementos aterrizando a PU de 1 brazo ▪ Más de 2 elementos aterrizando en PU ▪ Más de 2 elementos aterrizando en Split ▪ Repetición de 1 elemento (elemento idéntico y/o repetición de elemento con mismo nombre base) ▪ 0,5 por realizar más o menos de 1 lift – (Por el CJP) (cada vez)

7.3.- Normativa Técnica. Nivel B

7.3.1.-NORMATIVA TÉCNICA NIVEL B ALEVÍN - BENJAMIN

Excepciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No aterrizajes en push up de 1 brazo ▪ No push up de 1 brazo
Duración de la música	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 minuto 15 segundos (+ / - 5 segundos)
Número total de dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 6 máximo
Dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ En Parejas/tríos todos los competidores deberán realizar la misma dificultad al mismo tiempo ▪ En grupos deberán realizar la misma dificultad, al mismo tiempo ó en canon
Elementos en el suelo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 4
Aterrizajes en Push up	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 0
Aterrizajes en Split	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Valor de los elementos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De 0,1 a 0,4 según la lista de elementos
Lista de elementos (Grupo 1, 2, 3 y 4)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 elemento de cada grupo como mínimo
Combinaciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No se dará valor a las combinaciones realizadas
Repetición de elementos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se permite repetir elementos de la misma familia pero no el mismo elemento
Elevaciones / figuras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1(opcional)
Vestuario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Según código de la FIG ▪ Uso opcional de medias en mujeres (solo nivel 1)
Espacio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 7 x 7 para individuales, parejas/tríos ▪ 10 x 10 para grupos
Deducciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1,0 punto por cada elemento realizado no incluido en la lista de elementos ▪ 1,0 punto por push up a 1 brazo ▪ 1,0 punto por más de 6 elementos (cada vez) ▪ 1,0 punto por falta de grupo (1, 2, 3, y 4) ▪ 1,0 punto por más de 4 elementos en el suelo (cada vez) ▪ 1,0 punto por repetición de elemento idéntico (cada vez) ▪ 1,0 punto por más de 1 aterrizaje a split (cada vez) ▪ 1,0 punto por aterrizajes en push up (cada vez) ▪ 0,5 puntos por más de 1 elevación (cada vez) (Juez responsable).

**7.3.1.-NORMATIVA TÉCNICA NIVEL B
INFANTIL - CADETE**

Excepciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No aterrizajes en push up de 1 brazo
Duración de la música	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 minuto 20 segundos (+ / - 5 segundos)
Número total de dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 8 máximo
Dificultades	<ul style="list-style-type: none"> ▪ En Parejas/tríos todos los competidores deberán realizar la misma dificultad al mismo tiempo ▪ En grupos deberán realizar la misma dificultad, al mismo tiempo o en canon
Elementos en el suelo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 5
Aterrizajes en Push up	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Aterrizajes en Split	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Máximo 1
Lista de elementos (Grupo 1, 2, 3 y 4)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1 elemento de cada grupo
Valor de los elementos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De 0,1 a 0,4 según la lista de elementos ▪ Dos elementos del código FIG de valor 0,5 como máximo
Repetición de elementos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se permite repetir elementos de la misma familia pero no el mismo elemento
Combinaciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ No se dará valor a las combinaciones realizadas
Elevaciones / figuras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1
Vestuario	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Según código de la FIG
Espacio	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 7 x 7 para individuales, ▪ 10 x 10 parejas/tríos y grupos
Deducciones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1,0 punto por cada elemento realizado no incluido en la lista de elementos ▪ 1,0 punto por más de dos elementos de valor mayor a 0,5 ▪ 1,0 punto por cada elemento aterrizando a PU 1 brazo ▪ 1,0 punto por más de 8 elementos (cada vez) ▪ 1,0 punto por falta de grupo (1, 2, 3, y 4) ▪ 1,0 punto por más de 5 elementos en el suelo (cada vez) ▪ 1,0 punto por repetición de elemento idéntico (cada vez) ▪ 1,0 punto por más de 1 aterrizajes a split (cada vez) ▪ 1,0 punto por más de 1 aterrizaje en push up (cada vez) ▪ 0,5 puntos por falta de la elevación o por cada elevación de más (cada vez) (Juez responsable).

Lista de elementos

Para todos los elementos de base se aplicarán los mismos requerimientos mínimos del Código de Puntuación de Gimnasia Aeróbica

GRUPO 1 - FUERZA DINÁMICA

Elementos del Código de Puntuación de Gimnasia aeróbica de la FIG de valor 0,1 a 0,4

Otros Elementos

- Caída libre desde de pie en posición de lunge (fondo) Valor 0,1
- Plio Push up con despegue solo de brazos Valor 0,2

Nota: El regular push up puede ser con piernas juntas o separadas y recibe el mismo valor (0,1)

GRUPO 2 - FUERZA ESTÁTICA

Elementos del Código de Puntuación de Gimnasia aeróbica de la FIG de valor 0,1 a 0,4

Otros Elementos

- Mantener en push up 1 mano 2 pies Valor 0,1
- Apoyo en L pies en el suelo Valor 0,1
- Straddle support 1 mano delante otra detrás (talón suelo) Valor 0,1
- Apoyo lateral 1 mano 1 pie Valor 0,2
- Mantener en push up 1 mano 1 pie Valor 0,2
- Doble wenson elevada estática Valor 0,3

GRUPO 3 – SALTOS

Elementos del Código de Puntuación de Gimnasia aeróbica de la FIG de valor 0,1 a 0,4

GRUPO 4 – EQUILIBRIOS, GIROS, FLEXIBILIDAD Y OTROS

Elementos del Código de Puntuación de Gimnasia aeróbica de la FIG de valor 0,1 a 0,4

Otros Elementos

- Pirueta ½ giro Valor 0,1
- Tendido supino pierna 135º Valor 0,1
- Pie plano pierna libre a 90º Valor 0,1
- Vertical Split sin apoyo a 135º Valor 0,2
- Escala Sagital Valor 0,2
- Equilibrio 135º o más Valor 0,3

DESCRIPCIÓN DE OTROS ELEMENTOS DE BASE NO INCLUIDOS EN CÓDIGO FIG

GRUPO 1 (DIFICULTADES BASE FUERZA DINÁMICA)

Valor 0,1

Caída libre desde posición lunge

- Desde posición de pie fondo o lunge, realizar una caída hacia delante, llevando la pierna adelantada hacia atrás.
- Aterrizaje en posición de flexión (push up) con piernas juntas

Valor 0,2

Flexión Pliométrica con pies apoyados

- Desde posición de push up con codos estirados, realizar una flexión de codos.
- Realizar un push up pliométrico con pies apoyados en el suelo.

GRUPO 2 (DIFICULTADES BASE FUERZA ESTÁTICA)

Valor 0,1

Mantener en push up 1 mano / 2 pies



Apoyo L pies en el suelo

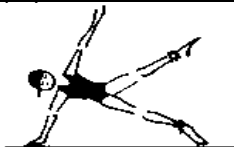


Straddle support 1 mano delante y otra detrás, con un talón apoyado en el suelo.

- Desde posición sentado con piernas separadas con una mano delante del cuerpo apoyada en el suelo entre las piernas y la otra detrás del cuerpo
- Apoyados sobre las palmas de las manos levantar una de las piernas y el glúteo, dejando apoyado solo el talón del pie de la pierna contraria
- Mantener 2"

Valor 0,2

Apoyo lateral 1 mano 1 pie



Mantener push up 1 mano 1 pie



Valor 0,3

Doble Wenson elevada estática

- Mantener 2" con las dos piernas situadas en la posición Wenson en los brazos

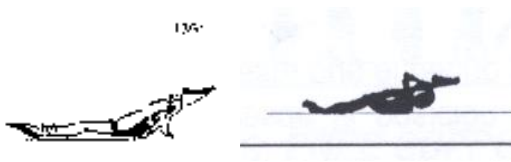
GRUPO 4 (DIFICULTADES BASE EQUILIBRIOS, GIROS, FLEXIBILIDAD Y OTROS)

Valor 0,1

Piruetas ½ giro



Tendido supino pierna mínimo 135º



Pie plano pierna libre a 90º (2")

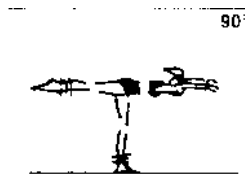


Valor 0,2

Vertical split sin apoyo 135º

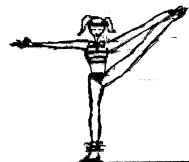


Escala sagital (2")



Valor 0,3

Equilibrio 135º o más (2")



8.- SEGURO DEPORTIVO

8.1.- COBERTURA: El seguro cubre las **lesiones deportivas** producidas con motivo del desarrollo de los Juegos Deportivos en Edad Escolar. La aseguradora **FIATC** no atenderá cualquier otro accidente sea deportivo o no. La cobertura del seguro abarca desde de la fecha de tramitación de la documentación hasta el 31 de agosto de la temporada en curso.

8.2.- TRAMITACION: Se realizará por Internet. El pago será telemático (por Internet), o en su defecto (de no poder hacerse por Internet), se presentará el modelo 481 de ingresos, con el impreso de haber abonado el importe del seguro deportivo, que aparece en el programa de tramitación.

Importe de la licencia donde se incluye el seguro deportivo:

JUGADORES	05,10 €
DELEGADOS o DIRECTIVOS	10,00 €
ENTRENADORES o TECNICOS	10,00 €

8.3.- PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Tanto el protocolo de actuación, como el parte de accidente, como la relación de centros concertados pueden descargarse de la página web

www.deporteescolar.aragon.es.

Cualquier atención realizada por centros no concertados, serán por cuenta del interesado.

9.- INFORMACIÓN

9.1.- HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

Las Oficinas de la Dirección General de Deporte, para todo lo relacionado con los JUEGOS DEPORTIVOS EN EDAD ESCOLAR permanecerán abiertas excepto días festivos, en el siguiente horario:

- MAÑANAS: * de lunes a viernes de 9 a 14 horas.

10.- PÁGINA WEB

Para todo lo relacionado con Juegos Deportivos en Edad Escolar de Aragón, existe una página Web, donde puede consultarse cualquier tema relacionado con los mismos:

<http://deporteescolar.aragon.es>