

CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS GIMNASIA RÍTMICA TEMPORADA 2025

CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS NIVEL AUTONÓMICO A (2025) MODALIDAD INDIVIDUAL

PRE-BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2017
Programa Técnico	Manos libres
Duración del Ejercicio	1'00" a 1'15"
BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2016
Programa Técnico	Manos libres
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
ALEVIN	
Edad	Nacidas en 2015 y 2014
Programa Técnico	Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
INFANTIL	
Edad	Nacidas en 2013 y 2012
Programa Técnico	Aro (min. 70 cm)
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
CADETE	
Edad	Nacidas en 2011 y 2010
Programa Técnico	Cinta (min. 5 m)
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
JUVENIL	
Edad	Nacidas en 2009 y anteriores
Programa Técnico	Aro
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS NIVEL AUTONÓMICO A (2025) MODALIDAD CONJUNTOS

PRE-BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2018 y 2017
Programa Técnico	Manos libres (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2017 y 2016
Programa Técnico	Manos Libres (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

ALEVÍN

Edad	Nacidas en 2016, 2015 y 2014
Programa Técnico	5 Aros (5+2 reservas) (min. 70 cm)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

INFANTIL

Edad	Nacidas en 2014, 2013, 2012
Programa Técnico	5 Pelotas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

CADETE

Edad	Nacidas en 2012, 2011 y 2010
Programa Técnico	10 Mazas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

JUVENIL

Edad	Nacidas en 2010 y anteriores
Programa Técnico	3 Aros y 2 cintas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL AUTONÓMICO B/ C/
INTERCOMARCAL
(2025)
MODALIDAD INDIVIDUAL**

PRE-BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2017
Programa Técnico	Manos libres
Duración del Ejercicio	1'00" a 1'15"
BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2016
Programa Técnico	Manos libres
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
ALEVIN	
Edad	Nacidas en 2015 y 2014
Programa Técnico	Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
INFANTIL	
Edad	Nacidas en 2013 y 2012
Programa Técnico	Aro (min. 70 cm)
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
CADETE	
Edad	Nacidas en 2011 y 2010
Programa Técnico	Cinta (min. 5 m)
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
JUVENIL	
Edad	Nacidas en 2009 y anteriores
Programa Técnico	Aro
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL AUTONÓMICO B/ C/
INTERCOMARCAL
(2025)
MODALIDAD CONJUNTOS**

PRE-BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2018 y 2017
Programa Técnico	Manos libres (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2017 y 2016
Programa Técnico	Manos Libres (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

ALEVÍN

Edad	Nacidas en 2016, 2015 y 2014
Programa Técnico	5 Aros (5+2 reservas) (min. 70 cm)
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

INFANTIL

Edad	Nacidas en 2014, 2013, 2012
Programa Técnico	5 Pelotas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

CADETE

Edad	Nacidas en 2012, 2011 y 2010
Programa Técnico	10 Mazas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

JUVENIL

Edad	Nacidas en 2010 y anteriores
Programa Técnico	3 Aros y 2 cintas (5+2 reservas)
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL BASE
NIVEL COPA BASE
(2025)
MODALIDAD INDIVIDUAL FEMENINO
MODALIDAD INDIVIDUAL MASCULINA (SÓLO
BASE)**

PREBENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2017
Programa Técnico	Base: Manos libres Copa: Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2016
Programa Técnico	Base: Manos libres Copa: Pelota
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
ALEVIN	
Edad	Nacidas en 2015 y 2014
Programa Técnico	Base: Aro Copa: Mazas
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
INFANTIL	
Edad	Nacidas en 2013 y 2012
Programa Técnico	Base: Pelota Copa: Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
CADETE	
Edad	Nacidas en 2011 y 2010
Programa Técnico	Base: Mazas Copa: Aro
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"
JUVENIL	
Edad	Nacidas en 2009/2008 y anteriores
Programa Técnico	Base: Aro
Edad	Copa: Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL BASE
NIVEL COPA BASE
(2025)
MODALIDAD CONJUNTOS**

PRE-BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2017
Programa Técnico	5 Manos Libres
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2016
Programa Técnico	5 Manos Libres
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

ALEVÍN

Edad	Nacidas en 2015 y 2014
Programa Técnico	5 Pelotas
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"

INFANTIL

Edad	Nacidas en 2013 y 2012
Programa Técnico	5 Cuerdas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

CADETE

Edad	Nacidas en 2011 y 2010
Programa Técnico	5 Pelotas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

JUVENIL

Edad	Nacidas en 2009/08 y anteriores
Programa Técnico	5 Aros
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"

CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS NIVEL NACIONAL ABSOLUTO (2025) MODALIDAD INDIVIDUAL Y EQUIPOS

BENJAMÍN

Edad	Nacidas en 2017 y 2016
Programa Técnico	Individual: M.L y Cuerda Equipos: M.L y Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

ALEVÍN

Edad	Nacidas en 2015 y 2014
Programa Técnico	Individual: ML, Cuerda y Aro Equipos: ML, Cuerda y Aro
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

INFANTIL

Edad	Nacidas en 2013 y 2012
Programa Técnico	Individual: Cuerda, Pelota y Cinta Equipos: Cuerda, Pelota y Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

JUNIOR

Edad	Nacidas en 2011, 2010
Programa Técnico	Individual: Aro, Pelota y Mazas Equipos: Aro, Pelota y Mazas
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

SENIOR

Edad	Nacidas en 2009 y anteriores
Programa Técnico	Individual: Aro, Pelota y Cinta Equipos: Aro, Pelota y Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

PRIMERA CATEGORÍA

Edad	Nacidas en 2010 y anteriores
Programa Técnico	Individual: Aro, Pelota, Mazas y Cinta. Equipos: Aro, Pelota, Mazas y Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL NACIONAL ABSOLUTO
(2025)
MODALIDAD INDIVIDUAL MASCULINA**

BENJAMÍN

Edad	Nacidos en 2017 y 2016
Programa Técnico	Individual: M.L y Cuerda
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

ALEVÍN

Edad	Nacidos en 2015 y 2014
Programa Técnico	Individual: ML, Cuerda y Aro
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

INFANTIL

Edad	Nacidos en 2013 y 2012
Programa Técnico	Individual: Cuerda, Pelota y Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

JUNIOR

Edad	Nacidos en 2011 y 2010
Programa Técnico	Individual: Aro, Pelota y Mazas
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

SENIOR

Edad	Nacidos en 2009 y anteriores
Programa Técnico	Individual: Cuerda, Aro y Mazas
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

PRIMERA CATEGORÍA

Edad	Nacidas en 2010 y anteriores
Programa Técnico	Individual: Aro, Pelota, Mazas y Cinta
Duración del Ejercicio	1'15" a 1'30"

**CATEGORÍAS Y PROGRAMAS TÉCNICOS
NIVEL NACIONAL ABSOLUTO
(2025)
MODALIDAD CONJUNTOS**

BENJAMÍN	
Edad	Nacidas en 2017 y 2016
Programa Técnico	5 Manos libres
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"
ALEVÍN	
Edad	Nacidas en 2016, 2015 y 2014
Programa Técnico	5 Aros y 5 Manos Libres
Duración del Ejercicio	1'45" a 2'00"
INFANTIL	
Edad	Nacidas en 2014, 2013 y 2012
Programa Técnico	2 Cintas y 3 pelotas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"
JUNIOR	
Edad	Nacidas en 2012, 2011 y 2010
Programa Técnico	5 Pelotas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"
SENIOR	
Edad	Nacidas en 2010 y anteriores
Programa Técnico	3 Aros y 2 pares Mazas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"
PRIMERA CATEGORÍA:	
Edad	Nacidas en 2011 y anteriores
Programa Técnico	5 Cintas
Duración del Ejercicio	2'15" a 2'30"