

GIMNASIA RITMICA

Comité Nacional de Jueces de la RFEG

CIRCULAR N°3 - noviembre de 2019

Buenos días:

Con ánimo de informar y ayudar a las/os entrenadoras/os en uno de los apartados más complicados de este Código, la DA (colaboraciones) en los conjuntos. Confirmando que no asistieron todas las Comunidades a la Jornada del 23/02/2019 en Madrid, con el objetivo de unificación de criterios en todo el territorio estatal. Con el ánimo de ayudaros, os comentamos los fallos de ejecución, que inciden directamente en los requisitos necesarios para validar las diferentes colaboraciones, por ejemplo: medidas de altura de los aparatos relacionados con la colaboración y sus diferentes tipos, coordinación del paso por debajo de los aparatos, justo en el momento de contabilizar la segunda "R" etc. Se recuerda posibilidad de consultar cualquier duda a la RFEG (Comité de Jueces)

APRECIACIONES SOBRE REQUISITOS en las COLABORACIONES

CÓDIGO:

- 6.2.1. Todas, las 5 gimnastas tienen que participar en la acción (es) de la Colaboración.
- 6.2.2. Todas, las 5 gimnastas tienen que estar relacionadas bien directamente y/o por medio de los aparatos. Ejemplo: Si 3 gimnastas están realizando una CRR y las otras 2 gimnastas están ejecutando una colaboración diferente, independiente de la CRR, la colaboración total no es válida porque las 5 gimnastas no participan en la colaboración, aunque estén en subgrupos.

TIPOS DE COLABORACIONES

CÓDIGO:

1. **CC:** "Mínimo 2 transmisiones durante la Colaboración con un mínimo de 2 tipos de paso (listados abajo) de uno o más aparatos" rodamientos, botes, deslizamientos, rebotes, etc.

Lanzamiento: pequeño o mediano (**con un gran lanzamiento la CC, no es válida**)

La preparación para las CR/CRR/ CRRR, **no significan CC**

La altura necesaria de los lanzamientos en este tipo de colaboración es de mediano y pequeño. **La distancia no se utiliza para definir la altura de los lanzamientos en relación a las colaboraciones.** Teniendo en cuenta que la única definición de la distancia considerada como **gran lanzamiento es solo para los intercambios con 6 metros mínimo de distancia**, con lo cual cualquier **lanzamiento horizontal** dependerá a la vez de **su parábola y como consecuencia su altura** según esta se valorará como pequeño o mediano. En cualquier caso, **el lanzamiento horizontal**, es válido para las CC

2.  Con respecto a estas colaboraciones solo aclararemos el requisito de la altura.

CÓDIGO

"Con un lanzamiento grande o mediano simultaneo de dos o más aparatos por la misma gimnasta a su compañera".

(es posible uno a ella misma, mirad circular nº1 octubre 2018)

Los aparatos deben de tener una altura mediana o grande, la colaboración será validada **siempre que dos de ellos** cumplan la altura de grande o mediana.

3.CR/CRR/CRRR

Requisito común para los tres tipos de estas colaboraciones

Lanzamiento mediano o grande

CÓDIGO: "Lanzamiento del propio aparato por una/dos o varias gimnastas y recepción inmediata del propio aparato o el de la compañera después de:

- Un elemento dinámico con rotación corporal bajo el vuelo del aparato con pérdida del control visual del aparato"

"Lanzamiento del propio aparato por una/dos o varias con pérdida del control visual del aparato Se debe de realizar **la rotación corporal bajo del vuelo del aparato**, el lanzamiento se puede **ejecutar durante la rotación (ejemplo al inicio)**, pero la recuperación no se puede efectuar **durante la rotación corporal**, recuperación inmediata, no durante En el caso de ejecutar una primera rotación corporal durante el vuelo e inmediatamente realizar una segunda rotación en esta se puede recuperar **el aparato durante la segunda la rotación** ya que la primera ha validado la colaboración.

- En el supuesto de no recuperar el propio aparato, sino el de la compañera. El aparato tiene que lanzarse a la compañera **antes o durante la rotación** y no lanzarlo cuando **ella ha completado la rotación**.
- Para validar este tipo de colaboraciones, se debe de lanzar mediano o grande y recuperar mediano a grande si esto no se ejecuta así en alguna de las dos acciones no se valida la colaboración. En el caso de recuperar el mismo aparato lanzado por la gimnasta es obvio que si lanza con una altura correcta recuperará con la misma corrección, pero si recupera el de otra compañera este lanzamiento debe de ser **como mínimo mediano** (no inferior, error que se comete a menudo)
- En una realización de una CRR2 la primera gimnasta lo realiza correctamente, la segunda gimnasta no completa la rotación, o la altura del aparato no es mediano o grande, pero si colaboran todas, se validará como CRR.

- Rotaciones deben **de ser de 360°** en el caso de no completar los grados exactamente, la colaboración no será válida. (a veces cuando la trayectoria es incorrecta la gimnasta precipita la recuperación y no completa su rotación).

Las Colaboraciones con rotación pueden combinarse con las colaboraciones con lanzamientos simultáneos $C \rightarrow$ o recepciones simultáneas $C \Downarrow$.

- Por ejemplo $C \rightarrow$ CRR la acción principal la realiza la misma gimnasta el lanzamiento múltiple 2 aparatos durante el vuelo, rota pasando por encima de 2 compañeras y por supuesto colaboran todas las gimnastas, se validaría las dos colaboraciones = lanzamiento **mediano o grande** valida la CRR y la Múltiple. En el caso en el que uno de los 2 aparatos **sea pequeño y el otro grande o mediano** solo se validara la CRR, no $C \rightarrow$

Criterios: solo para la acción principal:

- $C \rightarrow$ durante el lanzamiento
- $C \Downarrow$ durante la recuperación
- CR, CRR, CRRR, al lanzar y al recuperar

En ningún caso se duplicará los criterios ejemplo si **la misma gimnasta realiza $C \rightarrow$ y CRR** fuera del campo visual y sin manos solo puede bonificarse una vez = 0,20 ptos .

Si la $C \rightarrow$ y **CRR** lo realizan 2 gimnastas diferentes, y las dos realizan ambos criterios **fuera del campo visual y sin manos** se bonificará por cada una = 0,20 ptos total= **0,40 ptos**.

CONSIDERACIONES DE LAS ALTURAS EN LOS LANZAMIENTOS Según código

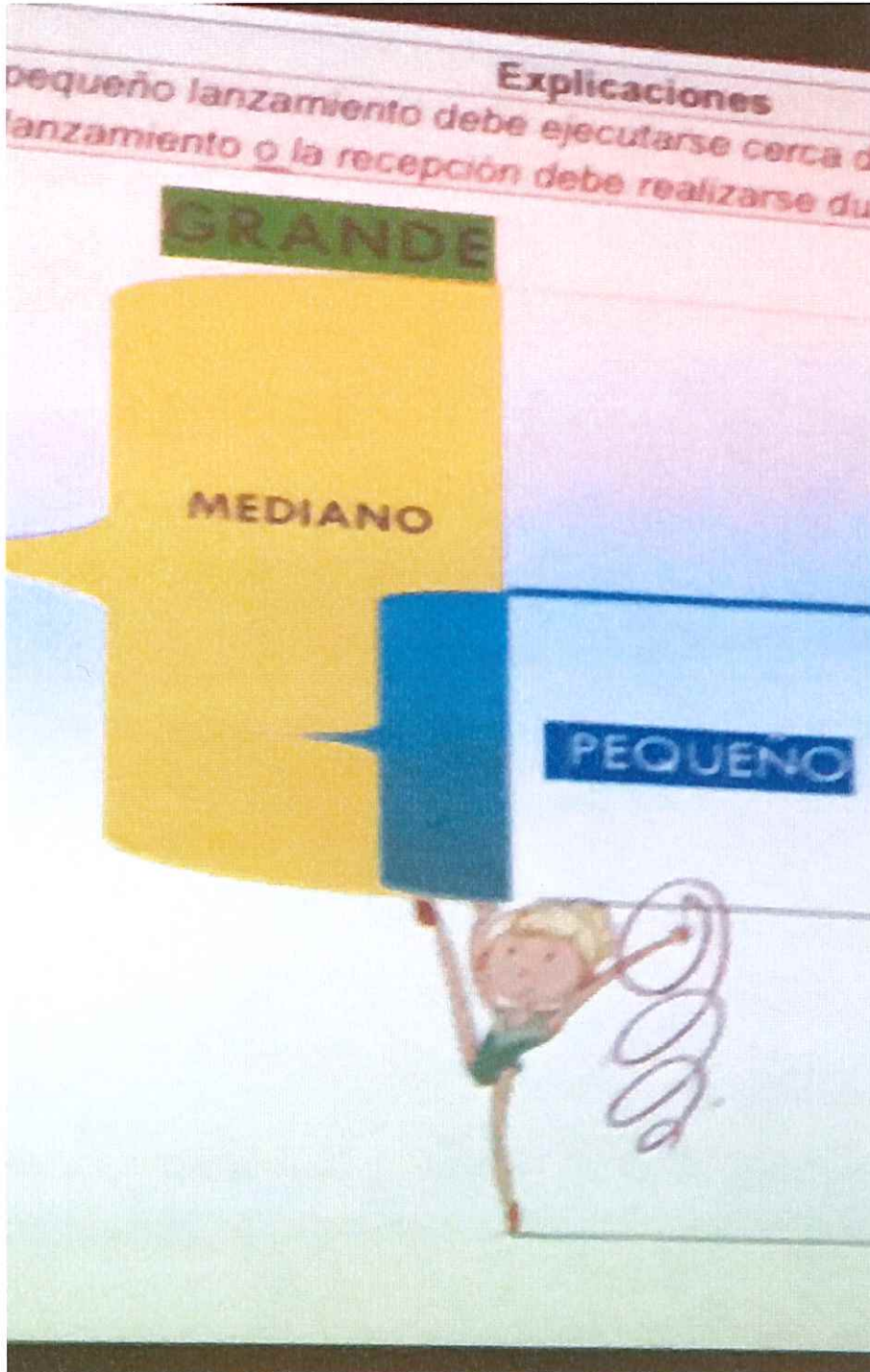
Explicaciones	
Nota: →	• El pequeño lanzamiento debe ejecutarse cerca del cuerpo

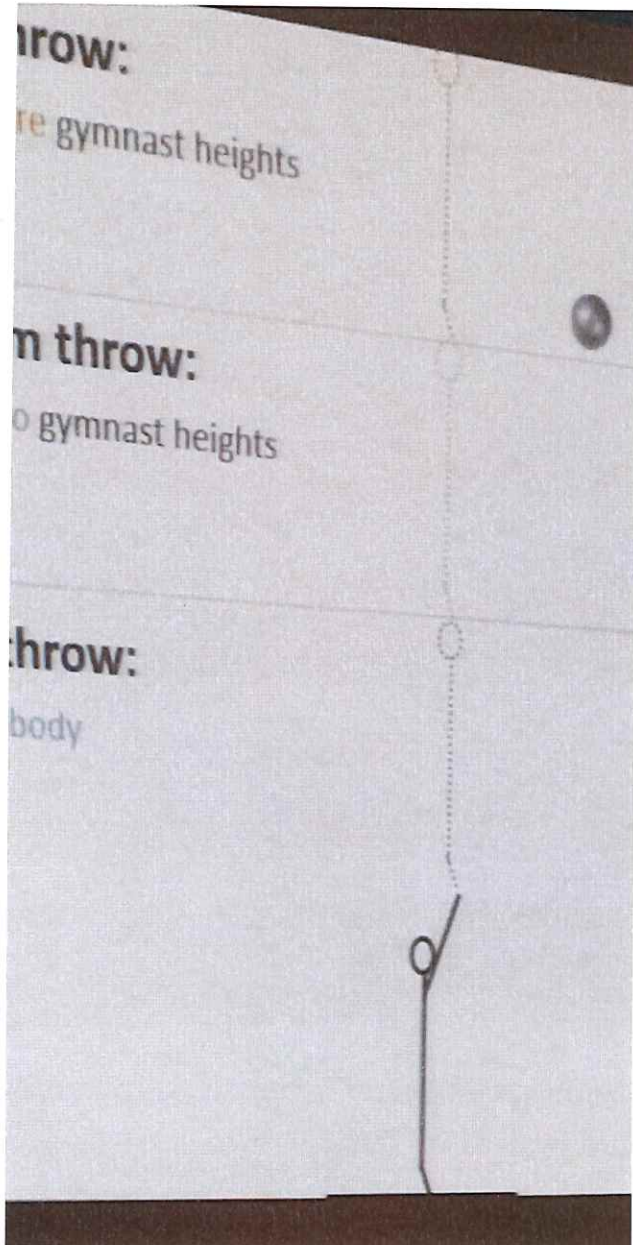
Pequeño cerca del cuerpo y **hasta justo antes de completar una altura de la gimnasta**

Explicaciones	
Nota: ↗	<ul style="list-style-type: none"> • Lanzamiento Mediano – una a dos veces la altura de la gimnasta. • Lanzamiento Grande – más de dos veces la altura de la gimnasta.

Mediano mínimo **completar una altura** de la gimnasta **o dos**,
Grande **completar más de dos veces la altura** de la gimnasta

Se adjunta **dos fotos** a continuación con dibujos explicativos, la primera fue la foto que se mostró y explicó en la jornada de la RFEG de GR el 23 de febrero de este año en Madrid. Segunda Foto FIG





GRANDE

MEDIANO

PEQUEÑO

En esta segunda foto se ve dibujada la pelota en discontinuo en primer lanzamiento pequeño, el segundo mediano y el tercero grande con la imagen completa de la pelota.

Variable a tener en cuenta para la evaluación de las alturas. Debido a que nuestras gimnastas lanzan **con los pies o relanzan, con la espalda, desde el suelo en diferentes posiciones, durante el vuelo de un salto o alzadas** etc.

Todas estas variables son determinantes para calcular **la talla de la gimnasta** dependiendo **de su ubicación** y desde donde se produce **el lanzamiento del aparato** etc.

Todas estas condiciones se tendrán en cuenta por parte de las juezas para evaluar las colaboraciones.

Reimpulsos /Relanzamientos

Dependerá de la acción realizada:

Para los lanzamientos: se puede realizar un pequeño lanzamiento y el relanzamiento mediano o grande para iniciar la colaboración.

Para las recuperaciones: si la recepción es de un mediano o grande lanzamiento y el reimpulso o relanzamiento de después es pequeño, la colaboración es **válida**. Ya que la recepción se ha producido durante el reimpulso o relanzamiento.

Atentamente,



Fdo: Pancry Sirvent
Presidenta del Comité Nacional de Jueces de I