

**La siguiente información es ofrecida como una guía conveniente para ayudar en la comprensión y entendimiento del Código de Puntos FIG 2017-2020. Está diseñada como una herramienta útil para localizar y evaluar los cambios al COP y su relevancia para las rutinas creadas mediante su uso.**

**La ANAC no tiene ninguna responsabilidad por los contenidos y uso de esta guía o material. De ninguna manera esta guía tiene la intención de reemplazar al COP FIG actual o de ser utilizada para tratar cualquier queja significativa dentro de una competencia de Gimnasia Aeróbica sancionada por la FIG.**

**La ANAC fuertemente recomienda a sus gimnastas, entrenadores, jueces y cualquier otra persona involucrada y/o interesada en el deporte, el leer y utilizar cuidadosamente el COP FIG en su totalidad, puesto que es el medio oficial y principal para las competencias de Gimnasia Aeróbica y juzgamiento de las mismas.**

Queridos Entrenadores, Atletas y Amigos:

Siguiendo mi reciente participación en el Curso Intercontinental de Jueces FIG, preparé la siguiente información para su uso.

Hay grandes cambios al COP FIG 2017 – 2020. A continuación hay una lista de los cambios que DEBEN ser tomados en consideración antes del comienzo del calendario de competencia de este año 2017.

Es muy importante que ustedes LEAN el COP FIG en su totalidad antes de empezar el proceso de desarrollar las rutinas de sus atletas. Cualquier duda o pregunta sobre el COP FIG deberá ser dirigida al CT de la FIG.

Fernando León y un servidor estamos en la mejor disposición de proveerles nuestra asistencia con cualquier pregunta que involucre el desarrollo de sus rutinas, así como también, el proveerles de la dirección sobre preguntas relacionadas con el sistema de juzgamiento dentro de los Campeonatos Internacionales de Gimnasia Aeróbica de la ANAC.

Todas sus preguntas y preocupaciones deberán ser enviadas directamente a las oficinas centrales de la ANAC, para recibir las correspondientes respuestas oficiales.

Esta guía, aunque no tiene capacidad oficial, podrá ayudarles en el desarrollo de su programa de Gimnasia Aeróbica.

**CURSO INTERCONTINENTAL DE JUECES - Diciembre 4 – 8, 2016  
Costa Caparica, Portugal**

- **JUEZ PRINCIPAL**
- **CAMBIOS PRINCIPALES A LOS LIFTS:** UN Lift dinámico, de pie (parado), no estático, debe ser ejecutado, con un bono a ser determinado por el JP, en consulta con los Jueces de Dificultad.

Este Lift será premiado con máximo 1.0 punto. Por favor tome en cuenta que la mayor parte de

los lifts que fueron evaluados previamente como lifts, ya no serán considerados como tal, de acuerdo al nuevo COP FIG. Estos Lifts anteriores pueden ser visualizados como Colaboraciones.

**Criterio:**

- El competidor Base puede tener las rodillas flexionadas; en posición de Lunge, o bien tener las piernas juntas o separadas.
- El competidor/es debe ser levantado a nivel del hombro o por arriba del nivel del hombro, como mínimo, para poder ser clasificado como un Lift, y luego mostrar una forma precisa, variaciones de forma, diferentes niveles y capacidades físicas, y en base a lo anterior irá recibiendo diferentes bonos, basado en el grado de complejidad/dificultad del Lift.
- Por favor tome en cuenta de que los Lifts previos usados como pose inicial, antes del comienzo de la música, o bien usados como pose inicial antes del comienzo de la rutina, ya NO serán considerados como un Lift. Cualquier Lift evaluado como tal deberá originarse desde un Lift dinámico, de pie, durante la rutina.
- Cuando un lift es iniciado, ninguna parte del cuerpo de la persona levantada puede tocar el piso, hasta la completación del Lift.
- Si la persona levantada no está siendo levantada sobre el HOMBRO, o por arriba de éste, esto no será considerado como un Lift, sino como una Colaboración, y podrá recibir un bono en el score de artística.
- Cualquier número de atletas puede ser levantado en una rutina de Grupo; sin embargo, todas las personas levantadas deberán ser levantadas en el mismo periodo de tiempo, con un final controlado.
- La Propulsión ahora está permitida, siempre y cuando la persona levantada ya haya mostrado diferentes formas, cambio de niveles, diferentes capacidades físicas, etc. (por favor tome en cuenta que la propulsión no está permitida, de la persona levantada, desde el piso).
- La propulsión NO está permitida en las Colaboraciones.
- No todos los movimientos prohibidos pueden ser ejecutados en un Lift.
- Entrada al lift desde un Salto Mortal directo, de la persona levantada, desde propulsión, está prohibido.
- Entrar al lift con más de un movimiento acrobático también está prohibido.
- Altura del lift, más alto que el de dos personas paradas una sobre la otra, también está prohibido.

Todas estas infracciones resultarán en una deducción del JP de **0.5**.

**Evaluación del Lift**

Hay 5 criterios para poder lograr el máximo valor del lift de **1.0**:

- Entrada del lift

a. A nivel del hombro: **+0.1**

b. Por arriba del nivel del hombro, con los brazos de la Base extendidos: **+0.2**

Los atletas pueden ganar puntos adicionales haciendo algo de lo siguiente:

a. Mostrando diferentes capacidades físicas: fuerza, flexibilidad, balance – por cada capacidad física mostrada: **+0.1**

b. Cambio de niveles y formas de la persona levantada, mientras está siendo levantada: por cada cambio - **+0.1**

c. Mostrando rotación, dinamismo: **+0.1**

d. Mostrando:

- Fase aérea: **+0.1**

- Fase Aérea con un Twist: **+0.2**

- **ELEMENTOS ACROBATICOS:**

- Hay ahora nuevos límites y clasificaciones para los Acrobáticos. Hay un estricto límite sobre el número de Elementos Acrobáticos que pueden ejecutarse en una rutina. Solo se pueden ejecutar 2 Elementos Acrobáticos en una rutina. Aquellos elementos acrobáticos ejecutados en un Lift NO serán considerados, ni contabilizados como tal. **Elementos Acrobáticos ejecutados mientras un atleta está siendo soportado**, en una Colaboración, NO serán considerados como Elementos Acrobáticos, pero aquéllos ejecutados en **Compañerismo**, como por ejemplo, **durante interacciones físicas**, SI serán considerados como Elementos Acrobáticos.

- La “**Cartwheel**” (Rueda de Carro) de pie/pies a pie/pies es **SIEMPRE un Elemento Acrobático** – tener mucho cuidado con todas aquellas Cartwheels usadas como transiciones, principalmente del piso a la superficie pues para poder ejecutar la Cartwheel el atleta tiene que empezar a pararse sobre su pie/pies para poder ejecutar la Cartwheel, y al hacer esto, automáticamente esa Cartwheel deja ser transición y se convierte en un Elemento Acrobático.

Todos los demás Elementos Acrobáticos y sus variantes, aun cuando aterricen al piso, en cualquier posición: sentados, hincados, acostados, etc., **SIGUEN siendo Elementos Acrobáticos.**

- Salto Mortal de 360 grados, con máximo 1/1 Twist (giro) ahora está permitido.
- Los elementos acrobáticos pueden ser repetidos.

- **FALTA DE PRESENTACIÓN:** Se recomienda entrar y salir del escenario de manera deportiva, correcta: no de manera teatral, ni femenina, moviendo los hombros, cadera, etc., ni tampoco, limpiándose los zapatos, etc.

2. **DIFICULTAD:**

A. No hay límite en el número de elementos a piso para Seniors. Para PM, TR y GR: 9 elementos de Dificultad. Para IF e IV: 10 elementos de Dificultad. Se pueden ejecutar un máximo de 3 elementos de Dificultad, del Grupo C, aterrizando a Push Up o a Split, en cualquier combinación.

B. Ya no hay más una deducción por ejecutar más de 2 combinaciones de 2/3 elementos de Dificultad.

- **Más de 2 combinaciones de 2/3 elementos:**

- Se dará el valor a los elementos si reúnen los requerimientos mínimos
- Los elementos se cuentan
- No se aplicará el valor adicional por la combinación
- **NO SE APLICARÁ NINGUNA DEDUCCIÓN**

- **Combinación de Elementos No Ejecutados Al Mismo Tiempo:**

- Los elementos **NO reciben el valor**
- No se aplicará el valor adicional por la combinación
- **NO SE APLICARÁ NINGUNA DEDUCCIÓN, PERO LOS ELEMENTOS SON CONTADOS dentro de los que tengan permitidos ejecutar** (Ejemplo: si una combinación de 2/3 elementos no es ejecutada al mismo tiempo, en el caso de PM, TR, y GR, los elementos no recibirán valor, ni el valor adicional por la combinación, **PERO los elementos si se cuentan.**)
- Si hay menos de 3 grupos ejecutados: **-1.0 Deducción por grupo faltante.**
- Todos los elementos terminando en posición de Split deben terminar con ambas manos sobre el piso, una cada lado de la pierna, **para los Grupos A & C.**
- **Máximo 3 elementos del Grupo C aterrizando a posición de Split o Push Up.**
- Ahora se pueden combinar hasta 3 elementos de dificultad de familias diferentes, o bien, elementos de dificultad con un acrobático, o viceversa, siempre y cuando **JAMÁS** se combinen dos elementos acrobáticos.

- **Para Grupos:**

- Los elementos tienen que ser ejecutados **AL MISMO TIEMPO.**
- Los Grupos solo pueden ejecutar **1 vez**, durante la rutina, 2 elementos de dificultad diferentes. El de más bajo valor será el que reciba el score.
- La 2ª vez y más:
- **NO** se le dará el score al elemento de más bajo valor (**NO** valor a ninguno de los 2 elementos)
- **No se aplicará ninguna Deducción.**
- Se cuenta solo como 1 Elemento.
- Ejemplo: Si en una 2ª vez, en un Grupo 2 gimnastas ejecutan un **Straddle Jump to Push Up** y los otros 3 ejecutan un **Cossack Jump to Split – SOLO CONTAMOS 1 ELEMENTO: ya sea el de PUSH UP, o bien el de SPLIT, PERO NO se contarán como 2 elementos.**
- Si en una **Free Support Double Illusion** la mano toca el piso durante la primera o segunda Ilusión, le damos el valor solo como una **Support Double Illusion.**
- Si en 1/1 Turn Split Jump to Split, el ángulo entre las piernas no es de mínimo 170° en el aire, el elemento recibirá valor “0” y no será considerado como un 1/1 Air Turn to Sagital Split.

**Grupos A, C y D: Hay ahora un proceso graduado de calificación para los elementos con caídas en estos grupos:**

i. Hay ahora una deducción dada por un *Toque Ligero* que es considerado más cercano a un ligero roce. En algunos casos (dependiendo del elemento), significará que el valor de dificultad no se pierda. Este tipo de Toques Ligeros recibirán una deducción de **0.3 en Ejecución**.

i. *Ejecución Inaceptable o Claro Toque*, o un *Toque con más de una parte del cuerpo*, significará que el valor de Dificultad se pierda – **0.5 Deducción en Ejecución**.

ii. Lo que es considerado ahora como una CAIDA oficial se refiere a una CAÍDA CATASTRÓFICA. En estos casos, el elemento recibirá valor de “0”. Las caídas también pueden ocurrir mientras se estén ejecutando SPMA. La deducción de Ejecución es de **1.0**

**Para Elementos del Grupo A:** Cuando se termine en posición de Split Sagital, ambas manos deben estar, una y una al lado de la pierna, sobre el piso. (Es requerimiento mínimo para poder recibir el valor de Dificultad).

**Grupo B:**

- *Toque Ligero*: 1 vez – **0.5** deducción (No valor al elemento)
- *Más de un Toque = Caída* – **1.0** deducción (No valor al elemento)

**Grupo C: Aterrizando fuera de control en posición de Push up o Split puede resultar en una pérdida completa del valor de dificultad del elemento.**

- Cuando se aterrice en posición de Push up, manos y pies deben aterrizar al mismo tiempo. Sin embargo, si las manos y los pies *no aterrizan ligeramente* al mismo tiempo, se otorgará el valor al elemento.
- Cuando se aterrice a posición de Split, ambas manos deben estar, una y una al lado de la pierna, sobre el piso. El no hacerlo resultará en la pérdida del valor de dificultad del elemento.

**Para todos los Grupos de Elementos:** En todos los elementos a superficie:

Si es 1 ½ Turn = recibirá el valor de 1 Turn; si es 2 ½ Turn = recibirá el valor de 2 Turns.

- Cuando los Jumps & Leaps tengan rotaciones incompletas, *los jueces de Dificultad otorgarán el valor completo al elemento: NO* se reducirá el valor.

### **3. EJECUCIÓN:**

A. **Cambios a ser hechos al COP:** Bajo la sección de Errores Generales:

- Las únicas deducciones por rotaciones incompletas serán de: **0.1/0.3**

B. Por una larga preparación para cualquier elemento – *deducción de 0.1/0.3* (Por ejemplo, al preparar los elementos de From High V, 3/1 Turn, etc.)

C. Elementos Acrobáticos ejecutados con un Toque – **0.5 Deducción**

D. La máxima deducción para un elemento (sin caída) es de **0.5**. Por ejemplo: En MP/TR/GR- un competidor toca ligeramente el piso con el pecho y otro toca el piso con una pierna: **Total Deducción = 0.5**. Esto *No* es considerado como una *Caída*, salvo que el mismo competidor toque el piso más de una vez.

- i. En elementos aterrizando a posición de Split (Grupos A & C):
- Si las manos aterrizan de un solo lado de la pierna, pero rápidamente son colocadas, una y una a cada lado de la pierna, **la deducción será de -0.1, y el elemento recibe su valor.**
  - Si las manos se quedan en un solo lado de la pierna, **la deducción será de 0.5 y el elemento recibirá valor de 0.**
- ii. Si los codos tocan el piso durante la ejecución del Helicopter to Split o Helicopter to Wenson, **la deducción será de 0.5.**

#### 4. ARTISTICA:

- Para la música, es muy importante limitar el número de extra acentos añadidos a la música. Es también muy importante evitar efectos de sonido sin propósito alguno y esa extra base que es usada como fondo, evitando que sea más audible que la melodía original.
- Para poder contar una SPMA como tal, es muy importante que sea una cuenta completa de 8 movimientos, empezando desde el 1er beat hasta el 8º beat de la frase musical, sin ningún elemento, acrobático o transición al piso, antes de la completación de la cuenta de 8 movimientos. Si la SPMA comienza a la mitad de la frase musical, ésta no será considerada como una SPMA, sino simplemente como un enlace.
- Un mínimo de 8 SPMA completas son requeridas en cada rutina. De lo contrario, al score se le reducirá 0.1 por cada SPMA faltante, en el rubro de Contenido Aeróbico. Además, si la SPMA es evaluada como **A-**, el score será disminuido en 0.1 por cada **A-** haya en la rutina.
- La calidad de movimiento de las SPMA es un factor muy importante.
- Un conjunto de movimientos, o un solo movimiento de los incluidos en el Contenido General (transiciones, enlaces, Compañerismo {colaboraciones, interacciones físicas dinámicas}) serán considerados como un G. Cada uno de estos movimientos será evaluado dependiendo de su grado de Complejidad/Variación y Fluidez, así como también de su calidad de movimiento. Cada rutina deberá tener 4 G+ para poder recibir un score de 2.0 en el rubro de Contenido General. Muchos de los levantamientos que solían considerarse como Lifts (si pasan por el nivel del hombro o se encuentran por debajo del nivel del hombro) son ahora Colaboraciones y por lo tanto son evaluadas como G. Para que cualquiera de los movimientos incluidos en el Contenido General reciban G+, es necesario que éstos sean complejos/variados, fluidos y de alta calidad.
- El lift que es incluido en la rutina, a ser evaluado por el JP, no es evaluado bajo el rubro de Contenido General, pues entonces estaría siendo premiado dos veces. Si hay más de 1 lift en la rutina, no recibirá un score y recibirá además una deducción por parte del JP.
- Si hay una combinación de Acro + Dif, el elemento acrobático cuenta como un G, pero no como un G+.
- No puede haber más de 3 elementos ejecutados juntos, ni más de 3 a 4 SPMA ejecutadas juntas.
- Expresiones faciales exageradas, como abrir la boca, cerrar el ojo, seguir la melodía de la

canción con la boca, etc. – provoca que el rubro de Habilidad Artística se vaya a la escala de Pobre: 1.3 – 1.2.

## **5. PROGRAMA DE GRUPOS DE EDAD**

A. Desarrollo Nacional – Ninguna combinación permitida.

B. AG1 – Puede tener 1 combinación de 2 elementos de dificultad o 1 combinación de un Acro + Dif., o viceversa.

C. AG 2 – Puede tener solamente 2 combinaciones de elementos de dificultad o de ACRO + DIFICULTAD, pero los elementos obligatorios no se pueden combinar.

D. Si AG1 o AG2 – Combinan Acro + Dif., recibirán el valor adicional de 0.1.

E. AG2 – Aero Dance con 6 gimnastas para todos los eventos.

F. AG 2 – **10 elementos de dificultad para IW/IM y 9 elementos para MP, TR and GR.**

G. AG 1 – Los atletas pueden escoger entre:

- Straddle Support estática
- Straddle Support 1/1 Turn.

H. AG2 – Los atletas pueden escoger entre:

- Straddle Support estática
- Straddle Support 1/1 Turn
- Straddle Support 2/1 Turn.

I. Los requerimientos para el Lift para AG2 son los mismos que para Seniors, pero la **PROPULSIÓN NO ESTÁ PERMITIDA**. Los elementos acrobáticos que pueden ser incluidos van acorde a los permitidos para cada grupo de edad.

## **6. AERO DANCE:**

A. El 2º estilo musical debe ser obligatoriamente el de Street dance (Baile Callejero), refiriéndose exclusivamente al Hip-Hop y sus variantes. Este cambio de estilo puede ser de 32 o 64 cuentas.

B. El énfasis en el Aero Dance debe ser en el estilo básico que debe ser estilo Dance, con SPM en estilo Dance (bailadas). Este estilo deberá incluir Movimientos de cabeza, brazos, tronco, etc. Si vemos SPM en estilo aeróbico, como se solía hacer, recibirán simples A. Si dichas SPM son ejecutadas en estilo dance, recibirán A+.

C. Si el 2° estilo – el Street Dance – es maravilloso, creativo, memorable, incrementaremos en 0.20 el score en el rubro de Contenido Dance.

D. Si el 2° estilo no es reconocible, o bien, no es Street Dance – el score máximo para el rubro de Contenido Dance será de 1.1.

E. Si hay elementos de Dificultad ejecutados con buenos enlaces, con un propósito, con buena calidad de movimiento, serán evaluados bajo el rubro de Contenido General y podrán ser considerados como un G+ dependiendo de la manera compleja/variada y fluida en la que sean presentados.

Si un elemento es ejecutado sin ninguna relación con el estilo de la rutina, o bien sin propósito o significado alguno, NO recibirá ningún bono bajo el rubro de Contenido General. Si hay errores de ejecución en los elementos de dificultad ejecutados afectarán el rubro de Habilidad Artística y recibirán deducciones en ejecución.

F. Los Movimientos Dance (considerados más sueltos y con menos énfasis en la alineación) NO serán deducidos por los jueces de ejecución.

## **7. AERO STEP:**

A. Los atletas no pueden ejecutar elementos de dificultad ni acrobáticos.

B. Si hay un Lift, la Propulsión no está permitida.

C. El Step debe ser usado al máximo.

D. Debe haber un mínimo de 3 SPM sobre el Step, ejecutadas por todos los miembros del equipo, al mismo tiempo, sin mover o levantar el Step. De lo contrario, se reducirá 0.1 en el rubro de Contenido Step.

E. Para poder ser considerada como una SPMS completa, todos los miembros deben estar ejecutando acciones de Step (subiendo y bajando del Step) al mismo tiempo.

Esperamos que esta información les sea muy útil a la hora de desarrollar las rutinas de sus atletas. Como pueden ver, ha habido muchos cambios y correcciones a la primera edición del COP publicada en Marzo 2016.

Por favor déjenos saber si podemos ayudarles de cualquier forma.

Les deseamos a todos muy buena suerte y esperamos verlos en Arizona.

ATENTAMENTE,  
David Williamson, ANAC Head Judge