

	Requisits	Valor	Penalitzacions	Especificacions
Pre benjamí	Mantenir la posició agrupada 2" a 90º 2 vols (des del trampolí, si s'escau), saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera) o cames juntes	0,50 0,50+0,50	No mantenir la posició agrupada a 90º fins 0,50 Realitzar només un vol v. de l'element + 1,00 Insuficient extensió del vol fins 0,30 Fregar la màrrega amb els peus 0,30 Golpejar la màrrega amb els peus 1,00 Sortida: Insuficient vol fins 0,30	Un trampolí Minim 3m de màrregues de 20 cm, sota les paral.leles.
	Sortida: Deixar-se anar per darrera	0,50	Faltes generals. Reglament UCEC	
		2,00	13,00 punts	Total 15,00 punts
Benjamí	Mantenir la posició d'escaire 2" a 90º 2 vols (des del trampolí, si s'escau), saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera)	0,50 0,50+0,50	No mantenir l'escaire a 90º 1,00 Realitzar només un vol v. de l'element + 1,00 Insuficient extensió del vol fins 0,30 Fregar la màrrega amb els peus 0,30 Golpejar la màrrega amb els peus 1,00 Ajut del tècnic/ca per finalitzar el gir v.canaria 0,50 Sortida: Insuficient vol de sortida fins 0,30	Un trampolí en l'entrada del 1r vol. Minim 3m de màrregues de 20 cm.
	Volta canària des d'un peu o dos peus Sortida: impuls enrere a caure a terra	0,50 0,50	Faltes generals. Reglament UCEC	
		2,50	13,00 punts	Total 15,50 punts
Aleví	Mantenir la posició d'Uve 3" 2 vols (saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera)	0,50 0,50+0,50	No aguantar la posició d'Uve 3" fins 0,50 La manca d'un element v. de l'element + 0,50 Insuficient extensió dels vols fins 0,30 Fregar la màrrega amb els peus 0,30 Golpejar la màrrega amb els peus 0,50 Ajut del tècnic/ca v.element + 1,00	Minim 3m de màrregues de 20 cm.,
	Volta canària amb dos peus Sortida: impuls a l'horitzontal a caure a terra	0,50 0,50	Sortida: Insuficient vol a l'horitzontal fins 0,50 Faltes generals. Reglament UCEC	
		2,50	13,00 punts	Total 15,50 punts
Infantil	Mantenir les posicions Uve i Escaire 2" +2" Volta canària amb dos peus Volta de panxa enrere Es pot escollir entre les opcions: 1.Impuls enrere a l'horitzontal a posar peus a la BI amb cames obertes o juntes 2.posar peu-peu a la BI amb cames obertes o juntes	0,50 0,50 0,50	No mantenir cada 2" v. de l'element + 0,50 Ajut del tècnic/ca en la tombarella v. de l'element + 1,00 Fregar la màrrega amb els peus 0,30 Golpejar la màrrega o l'aparell amb els peus 1,00 Insuficient vol a l'horitzontal fins 0,30 Flexió de cames en el recolzament a la banda amb cames obertes fins 0,30 Insuficient extensió dels vols en BS fins 0,30	Minim 3m de màrregues de 20 cm.
	Saltar a la BS: un vol endavant i enrere Sortida: deixar-se anar entre bandes	0,50 0,50	Faltes generals. Reglament UCEC	
		2,00/2,50	13,00 punts	Total 15,50 punts
Cadet - Juvenil	Volta canària Volta de panxa enrere Impuls enrere a l'horitzontal a posar peus a la BI amb cames obertes o tancades	0,50 0,50 0,50	Ajut de l'entrenadora v. de l'element + 1,00 Golpejar la màrrega o l'aparell amb els peus 1,00 Insuficient impuls enrere a l'horitzontal fins 0,30 Flexió de cames obertes en el recolzament a la banda fins 0,30 Insuficient extensió dels vols en BS fins 0,30	
	Saltar a la BS: 2 vols endavant i endarrera Sortida: Vol amb mig gir.	0,50 0,50	Sortida: No mantenir el cos bloquejat en el mig gir fins 0,30 Per sota de l'horitzontal fins 0,50 No fer el canvi de ma agafant la banda en el mig gir v. de l'element + 1,00 Faltes generals. Reglament UCEC	Minim 3m de màrregues de 20 cm.
		2,50	13,00 punts	Total 15,50 punts

PARAL·LELES 2018-19
ASIMÈTRIQUES – NIVELL ÚNIC
Proposta de normativa Asimètriques

- Falta de requisit 0,50 més VD
- Ajuda de l'entrenador c/v. 0.50

