



Madrileña
de Gimnasia

SALA DE MUSCULACIÓN



GIMNASIA AERÓBICA

+123-456-7890
@reallygreatsite

NORMATIVA
TÉCNICA

2025



Federación Madrileña
de Gimnasia

San Lorenzo



1.GENERALIDADES

- Los siguientes campeonatos serán organizados por la Federación Madrileña de Gimnasia (FMG) a lo largo de la temporada 24/25 en la Comunidad de Madrid.

CAMPEONATO	NIVEL	MODALIDAD	NORMATIVA
Autonómico	Nacional	AER	RFEG/FIG
Promoción	Pre-Competición	AER	FMG/RFEG/FIG

- Será obligatorio que los clubes, gimnastas y entrenadores participantes tengan en vigor la licencia federativa.
- Para las competiciones; Los/as gimnastas que compitan en Cto. Promoción deben tener mínimo la licencia de Pre-Competición (para menores de 14 años), los/as gimnastas que compiten en Cto. Autonómico en categoría Benjamin, cadete y Juvenil, deben tener como mínimo licencia No preferente y el resto de categorías, deben tener licencia Preferente.
- Todos/as los/as gimnastas que quieran participar en los Campeonatos RFEG, deben tener la licencia preferente, independientemente de la categoría a la que pertenezcan.
- Los/as gimnastas que participen en el Campeonato Autonómico, no podrán participar en el Campeonato de Promoción.
- Para poder inscribirse al Campeonato de España será obligatoria la participación en el Campeonato autonómico. La única excepción que se permitirá, será por lesión y presentando el Justificante médico de baja deportiva (no un parte médico) a la FMG. En este caso, para poder ir al Campeonato de España deberá pasar por un control que realice la FMG.
- Se deberá inscribir a los gimnastas en el C. de España, en la misma categoría que participaron en el C. Autonómico de ese mismo año.
- Las músicas deberán subirse a la plataforma de la FMG teniendo en cuenta la fecha límite marcada en el calendario. Una vez pasado ese plazo, la plataforma se cerrará. La entrega de músicas fuera de plazo, conllevará una penalización económica. (Mirar Punto 5)
- La entrega de premios se hará con la ropa de competición o equipación oficial del club, según se especifique en la reunión de entrenadores de cada evento.
- Las normas de seguridad y comportamiento en competición serán las mismas que las que marcan en el código FIG, en el reglamento internacional, nacional y en el reglamento de disciplina de la FMG.
- Las sanciones por no cumplir dichos reglamentos serán marcados por el comité de disciplina de la FMG.



2. CATEGORÍAS

- Las categorías en la temporada 24-25 corresponderán con los siguientes años de nacimiento:

CAMPEONATO	NIVEL	CATEGORÍA	AÑO NACIMIENTO	EDAD
PROMOCIÓN	PRE-COMPETICIÓN	MINIBABY	2022-2021	3 a 4 años
		BABY	2020-2018	5 a 7 años
		BENJAMIN	2017-2014	8 a 11 años
		CADETE	2013-2011	12 a 14 años
		JUVENIL	2010 y anteriores	15 años en adelante
AUTONÓMICO	BASE Y FIG	BENJAMIN	2017-2014	8 a 11 años
		ALEVIN	2016-2014	9 a 11 años
		CADETE	2013-2011	12 a 14 años
		INFANTIL	2013-2011	12 a 14 años
		JUVENIL	2010 y anteriores	15 años en adelante
		JUNIOR	2010-2008	15 a 17 años
		SENIOR	2007 y anteriores	18 años en adelante

3. NORMATIVA CAMPEONATO AUTONÓMICO

- Se aplicará la Normativa y Programa Técnico de la RFEG 2025.

4. NORMATIVA CAMPEONATO PROMOCIÓN

- Las categorías serán Mini-Baby, Baby, Benjamin, Cadete y Juvenil.
- Las exigencias de las categorías Benjamin, Cadete y Juvenil, se corresponderán con las de la Normativa Técnica y Programa técnico RFEG 2025, con las observaciones y excepciones que se especificarán a continuación.
- Las modalidades serán parejas, tríos o grupos.
- Los conjuntos podrán ser masculinos, femeninos o mixtos, entrando las tres opciones en la misma clasificación.
- No se realizará modalidad individual.



4.1.- NIVEL MINI-BABY Y BABY:

MINI-BABY (3 a 4 Años) y BABY (5 a 7 años)	
Prohibidos	No Elementos con 1 brazo.
	No aterrizajes a PU del grupo 2 (saltos).
	No Off Axis.
	No Elementos Acrobáticos A3 A4 y A5.
Duración de la música	1 minuto +5 segundos
Número total de dificultades	4 obligatorios.
Dificultades	Todos los competidores deberán realizar la misma dificultad al mismo tiempo y no se podrán realizar en columna, tapando unos competidores a otros.
Obligatorios	Posición de Push Up (sin bajar).
	Pancake.
	Salto de Vela.
	"Plancha" solo subiend piernas.
Aterrizajes en split - Saltos	Ninguno
Combinaciones	No permitidas
Lista de elementos (A,B,C)	Al menos uno de cada grupo A, B y C
Repetición de elementos	Se permite realizar elementos de la misma familia sin limitación (por ejemplo realizar straddle jump, tuck jump, cossack jump y pike jump), pero no se permite realizar elementos con el mismo nombre base (NO repetir por ejemplo salto agrupado 1 giro y salto agrupado 1 giro a split)
Bloque AMP	La coreografía debe contener un bloque de 3 AMP. Menos, reducirá nota de artística.
Elementos acrobáticos	En ambos niveles se permiten los elementos acrobáticos A-1 y A-2 del Código. Máximo 2 Acros.
Colaboraciones	Mínimo 2 colaboraciones (Pareja, Trío, Grupo). Menos, reducirá nota artística.
Vestuario	Según Código de la FIG. Uso opcional de medias en mujeres.
Espacio	7X7 para Individual, parejas, tríos.
	10x10 para grupos
Deducciones	1,0 punto por realización de elementos de mayor valor que el permitido (cada vez)
	1,0 punto por prohibidos (cada vez, juez responsable)
	1,0 punto por más de 6 elementos (cada vez)
	1,0 punto por falta de grupo (A, B y C)
	1,0 punto por más de 4 elementos en el suelo (cada vez)
	1,0 punto por repetición de elemento base (cada vez)
	1,0 punto por más de 1 salto aterrizando a split (cada vez)
	1,0 punto por saltos aterrizando a PU (cada vez)
	1,0 punto por combinación
1,0 punto por falta de obligatorio (cada vez)	
Observaciones	Se permitirá hacer el straddler Support sólo elevando el glúteo del suelo.

4.2.- BENJAMIN:

- Las exigencias se corresponderán con las de la Normativa Técnica y Programa técnico RFEG 2025, con las observaciones y excepciones que se especificarán a continuación.

BENJAMIN (8-11 años)	
4 Obligatorios	Push Up.
	Plancha arriba o solo cadera.
	Vertical Split.
	Salto con giro.
1 Libre	Máximo 0,3



4.3.- CADETE:

- Las exigencias se corresponderán con las de la Normativa Técnica y Programa técnico RFEG 2025, con las observaciones y excepciones que se especificarán a continuación.

CADETE (12-14 años)	
4 Obligatorios	Push Up con Hinge.
	Plancha arriba con medio giro.
	Pirqueta un giro.
	Tuck simple.
2 Libres	Máximo 0,5

4.4.- JUVENIL:

- Las exigencias se corresponderán con las de la Normativa Técnica y Programa técnico RFEG 2025, con las observaciones y excepciones que se especificarán a continuación.

JUVENIL (15 años en adelante)	
4 Obligatorios	Wenson.
	Plancha estática o un giro.
	Pirqueta y media.
	Tuck con giro.
2 Libres	Máximo 0,6

5. INSCRIPCIONES Y TASAS A LOS CAMPEONATOS

-
- Para poder tramitar las inscripciones a las competiciones FMG, se deberá tener en vigor la Licencias Federativas: Club, Entrenadores, Gimnastas y otros.
 - Las inscripciones se realizarán por medio del sistema informático de la FMG, usando el usuario y clave que facilita la Federación a los clubes federados.
 - Las inscripciones se realizarán antes de la fecha límite de inscripción marcada en el calendario.
 - Después de la fecha marcada como último día de inscripción, se dará un plazo de tres días más para poder inscribir a los gimnastas, pero con una penalización de 20 euros por gimnasta añadidos a la cuota de inscripción. Una vez pasado el plazo de los tres días de la fecha límite no será admitida ninguna inscripción.



- Tasas para la temporada 2024-2025 y específicas de la modalidad de Gimnasia Aeróbica:

Con licencia Federativa por la Federación Madrileña de Gimnasia: El coste por gimnasta participante y por competición será de **0 euros**.

Sin licencia Federativa por la Federación Madrileña de Gimnasia: El coste por gimnasta participante y competición será de **15 euros** (en caso de que el club participante aporte un Juez Mínimo NII) **y 30 euros** (en caso de que el club participante no aporte un Juez Mínimo NII). Tendrán Clasificación Open.

- Todas las bajas tendrán un coste de 20 euros por gimnasta, a no ser que se presente un justificante médico de baja deportiva (no parte médico). En cuyo caso no tendrá ningún coste la baja de la/el gimnasta.
- El justificante de baja deportiva deberá presentarse como tarde el mismo día del evento para que tenga validez y no pagar la tasa de baja fuera de plazo.
- Por cada música fuera de plazo habrá una penalización de 10 euros.
- En caso de que un club no formalice el pago de dichas tasas, el gimnasta no podrá participar en posteriores eventos hasta que sea abonada dicha cantidad a la FMG.