REGLAMENT
GIMNÀSTICA RÍTMICA

Departament d'Esports Individuals

"Aquest Reglament serà d'aplicació a totes les activitats organitzades pel CONSELL DE L'ESPORT ESCOLAR DE BARCELONA, i, per tant, hi queden subjectes totes les persones i entitats que participin en l'esmentada organització."

GIMNÀSTICA RÍTMICA

La Gimnàstica Rítmica és una modalitat de gimnàstica de competició que es caracteritza per la realització de seqüencies de moviments acompanyats de música i aparells com la corda, cinta, cèrcol, maces o pilota.

A continuació es concreten una sèrie de regles per a què aquest **esport, resulti formatiu i també divertit.** L'objectiu és permetre que els i les participants gaudeixin de l'esport a la vegada que progressen en la seva trajectòria.

PRINCIPIS ESPORTIUS DEL CEEB

Aquests principis acordats des de fa temps al CEEB es concreten, a mode d'exemples sintètics, en tres frases que resumeixen la nostra filosofia: La primera parla d'objectius educatius, la segona del nostre compromís esportiu i la tercera dels valors del CEEB. Són aquests:

"és més important la progressió que el resultat"

"vetllar pel Joc net, els comportaments esportius i el respecte als contraris o contràries i a totes les parts implicades, és el principal objectiu del CEEB""

"el treball de valors complementa el treball esportiu"

ÍNDEX

1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (UCEC) 4

2. normativa general 5

2.1. Categories convocades 5

2.2. Condicions de participació 5

2.2.1. Requisits dels i de les participants 5

2.2.2. Requisits del personal tècnic 6

2.3. Indumentària de competició 6

2.4. Aspectes tècnics 7

2.4.1. Sistema de competició 7

2.4.2. Exercicis de competició 7

2.4.3. Modalitats 7

2.4.4. Inscripcions i altres terminis 7

2.4.5. Suport musical 8

2.4.6. Accés a l'espai de competició i altres aspectes 8

2.5. Esport inclusiu i adaptat 8

2.5.1. Esport adaptat 8

2.5.2. Nivell sense barreres 9

2.6. Classificacions i guardons 9

2.6.1. Modalitat Individual 9

2.6.2. Modalitat Conjunts i Duos, Trios i Quartets 9

2.6.3. Desempats 10

2.7. Altres dades d'interès 10

1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (UCEC)

Tots els esports necessiten unes **regles** que els regeixin i permetin la seva pràctica.
Cal un esforç per part de tots els agents implicats, esportistes, personal tècnic, tutors o tutores de joc, famílies, etc. en la comprensió i aplicació d'aquestes regles.
Les regles són les mateixes per a tothom: cal respectar-les i fer que la resta de participants les respectin. D'aquesta manera es garanteix que tothom participi en igualtat de condicions.

Per damunt de qualsevol regla està l'**esportivitat**, és a dir, el conjunt de principis ètics exigibles en la pràctica d'un esport que fan referència al reconeixement i el respecte a les regles del joc, la correcció envers als i a les adversàries, el manteniment de la igualtat d'oportunitats, el refús a una victòria obtinguda a qualsevol preu, i el manteniment d'una actitud digna en la victòria i en la derrota.

L'activitat física i l'esport són un medi idoni per a la transmissió de valors individuals i de grup, valors que tracten la concepció d'un mateix o mateixa, la salut i d'altres relacionats amb les relacions interpersonals.

Totes les entitats i personal tècnic ha de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als i a les participants donat que accepten el reglament de Gimnàstica Rítmica i participen, exclusivament, sota la seva responsabilitat.

2. NORMATIVA GENERAL

2.1. Categories convocades

Prebenjamí: esportistes amb any de naixement 2020, 2019 i 2018
Benjamí: esportistes amb any de naixement 2017 i 2016
Aleví: esportistes amb any de naixement 2015 i 2014
Infantil: esportistes amb any de naixement 2013 i 2012
Cadet: esportistes amb any de naixement 2011 i 2010
Juvenil: esportistes amb any de naixement 2009 i 2008
Sènior: esportistes amb any de naixement 2007 i anteriors

2.2. Condicions de participació

2.2.1. Requisits dels i de les participants

- ✓ Tenir llicència d'esportista en el Consell de l'Esport Escolar de Barcelona.

- ✓ Participar en la categoria que correspon al seu any de naixement, tret de les excepcions següents:

  1. Participants amb patologies especials, acreditades amb document mèdic oficial, que podran participar en la categoria immediatament inferior a la seva edat.
  2. Participants que formin part d'un grup. Es permet la participació en Un any (no categoria) immediatament superior per facilitar la creació de grups sense límit de gimnastes d'aquella categoria. Es pot pujar el grup amb només una gimnasta de l'edat corresponent a la categoria.

- ✓ Els i les participants amb llicència federativa durant la temporada en curs, han de participar, obligatòriament, al **nivell A+** (mateixa normativa tècnica que el nivell A, però classificació separada).

- ✓ Els i les esportistes han de participar a un nivell o altre tenint en compte els ascensos i descensos de la temporada 2024-25.

2.2.2. Requisits del personal tècnic

- ✓ Tramitar la llicència de **tècnic/a, auxiliar o director/a esportiu/va**. No es permet cap altra llicència per poder estar a la zona de competició.
- ✓ **Portar visible la seva Acreditació a les jornades**.
- ✓ El personal tècnic ha de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als i a les participants de la seva entitat.
- ✓ És responsabilitat de l'equip tècnic portar les llicències en format digital dels i les participants el dia de la competició.
- ✓ No es permès l'ús de mòbils i càmeres a la zona de competició.

2.3. Indumentària de competició

- El i la participant haurà d'utilitzar mallot o mono (mallot d'una peça que cobreix la cama fins el turmell). Està permès portar malles llargues per sobre o per sota del mallot.
- El i la participant haurà d'utilitzar un mallot que no sigui transparent. Els mallots que tinguin algunes parts d'encaix, hauran estar folrats (des de la cintura fins al pit); l'àrea de la pelvis (amb o sense faldilla), ha d'estar cobert amb material no transparent fins l'os del maluc i es permet un petita àrea d'encaix o transparència per la unió/decoració.
- L'estil de l'escot del mallot per davant i per darrere és lliure, però ha de ser apropiat.
- El mallot pot tenir o no mànigues. Els mallots amb tirants estrets també estan permesos.
- El tall de la cama del mallot no pot anar més amunt de l'os del maluc.
- El mallot ha d'estar cenyit al cos per permetre als tutors i a les tutores de joc la correcta posició de cada part del cos.
- El mallot ha de ser d'una peça. Els i les participants no poden utilitzar un mallot i de forma addicional uns "mitjons", "guants", "escalfadors decoratius", "un cinturó", etc.
- No es permet l'ús de joies, excepte arracades petites de tipus botó.
- Els embenats han de ser d'un color semblant al color de la seva pell.
- Els i les participants poden realitzar els exercicis amb els peus descalços o amb punteres.

*Consultar Codi de Gimnàstica Rítmica 25-28.

2.4. Aspectes tècnics

2.4.1. Sistema de competició

- Es convoca competició:
  - Individual: femenina i masculina
  - Conjunts: mixta
  - Duos, trios i quartets: mixta

- Cada modalitat consta de 3 fases.

- Les competicions constaran de 4 nivells: A+, A, B i C. Excepte D/T/Q que és nivell únic. El nivell A+ no opta a Final Nacional.

- El CEEB convoca dos grups de D/T/Q:

  - **D/T/Q:** esportistes que durant el mateix curs NO hagin participat en Individuals nivell A, B i C o Sènior. Opten a Final Nacional.
  - **D/T/Q CEEB**: esportistes que durant el mateix curs estiguin participant en Individuals nivell A, B i C o Sènior.

2.4.2. Exercicis de competició

Els requisits tècnics de les competicions són els que recull la normativa de gimnàstica rítmica de la Unió de Consells Esportius de Catalunya (UCEC).

2.4.3. Modalitats

Es convoquen tres modalitats per a cadascun dels nivells: individual (A+, A, B i C), conjunts (A+, A, B i C) i duos/trios/quartets (nivell únic).

2.4.4. Inscripcions i altres terminis

Les inscripcions s'hauran de realitzar mitjançant l'aplicatiu del CEEB. En el calendari de competicions trobareu especificada la data límit d'inscripcions del curs 2025-2026.

Les entitats poden comunicar les baixes dels i de les participants en una competició abans de la data límit al calendari.

Només s'acceptaran baixes comunicades amb posterioritat, per causes de força major i acreditades per escrit (document justificatiu oficial).

2.4.5. Suport musical

La música és lliure per cada categoria i nivell.

Cal tenir en compte que sigui adient a l'edat i al programa – Jocs Esportius Escolars de Catalunya.

La música dels i les esportistes es penjarà com a document adjunt a l'Aplicació de Llicències en el moment de realitzar la inscripció individual i/o conjunts. El format sempre haurà de ser MP3 (compressió 128 kbps) i el nom de l'arxiu haurà de tenir la següent estructura:
Nom i cognom participant/grup_categoria_nivell_entitat

2.4.6. Accés a l'espai de competició i altres aspectes

- Els i les participants poden accedir a la zona d'escalfament i vestuaris a l'hora fixada per l'organització.

- Els i les participants han de ser a la instal·lació de la competició amb trenta (30) minuts d'antelació sobre l'horari estipulat per a començar la seva competició o l'entrega de diplomes/guardons.

- Els i les participants, un cop finalitzada la seva competició, han de romandre a la zona destinada a post-competició o pujar a la grada. En aquest últim cas s'han de mantenir durant tot el torn a la grada fins l'entrega de guardons.

2.5. Esport inclusiu i adaptat

Des del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona vetllem pel benestar físic i psicològic de tots/es els/les esportistes implicant-nos en les seves necessitats individuals per facilitar al màxim la participació en totes les nostres jornades.

Rebut el cas de necessitat especial el CEEB el traslladarà tant al comitè tècnic de la modalitat esportiva com al comitè d'esport inclusiu, per tal que valorin la viabilitat de participació i, en cas de ser favorable, el format òptim de la mateixa.

2.5.1. Esport adaptat

Es realitzen les adaptacions de reglament pertinents per facilitar la participació d'esportistes o grups.

Competeixen i classifiquen dins de la classificació general.

2.5.2. Nivell sense barreres

Nivell creat per facilitar la participació d'esportistes o grups amb necessitats especials.

Competeixen en aquest nivell específic i té classificació pròpia.

2.6. Classificacions i guardons

2.6.1. Modalitat Individual

Es realitzarà una classificació per categoria, sexe i nivell en les tres fases:

- Es farà entrega de medalles als tres (3) primers i diploma als cinc (5) següents de la classificació masculina.
- Es farà entrega de medalles a les tres (3) primeres i diploma a les cinc (5) següents de la classificació femenina.

La classificació **FINAL del CEEB** en la modalitat individual serà el resultat de la **suma de les puntuacions assignades a les notes finals de les dues millors fases.** En cas d'empat, es desempatarà pel sumatori de les dues millors notes finals. Aquesta classificació s'anunciarà en l'entrega de diplomes de la tercera fase del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona.

- Es lliurarà copa als tres (3) primers classificats de la classificació masculina.
- Es lliurarà copa a les tres (3) primeres classificades de la classificació femenina.

La classificació final serà la que s'utilitzarà per confeccionar la llista dels i de les esportistes classificats o classificades per a la Final Nacional.

Posterior a la competició es publicarà una classificació general, sense guardons, amb els i les esportistes participants.

2.6.2. Modalitat Conjunts i Duos, Trios i Quartets

Es realitzarà una classificació per categoria i nivell en les tres fases:

- Es lliurarà un diploma als i les components dels tres (3) millors grups classificats.

La classificació **FINAL del CEEB** en la modalitat de Conjunts i D/T/Q serà el resultat de la **suma de les puntuacions assignades a les notes finals de les dues millors fases**. En cas d'empat, es desempatarà pel sumatori de les dues millors notes finals. Aquesta classificació s'anunciarà en l'entrega de diplomes de la tercera fase del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona.

- Es lliurarà als tres primers grups classificats una medalla per a cada component del grup i una copa per a tot el grup.

La classificació final serà la que s'utilitzarà per confeccionar la llista dels grups classificats per a la Final Nacional.

2.6.3. Desempats

En cas d'empat s'aplicaran aquests criteris:

- S'agafarà la nota més baixa de E3-E4 (faltes tècniques).
- En cas de continuar l'empat, s'agafarà la nota més alta de la Nota E (suma de E+A).
- En cas de continuar l'empat, es donarà per vàlid l'empat.

2.7. Altres dades d'interès

- Els resultats de les competicions de les diferents categories i nivells s'enviaran al personal tècnic de les entitats participants a principis de setmana. També es penjaran a la pàgina web del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona: https://jeeb.cat/gimnastica-ritmica/

- Els dubtes, qüestions i/o reclamacions respecte als resultats d'alguna fase es podran notificar en un termini de 7 dies des del dia de la competició al següent correu electrònic: esportindividual@ceeb.cat

- El Consell esportiu organitzador es reserva el dret de modificar aquesta normativa pel propi bé dels i de les participants i el desenvolupament dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya, i serà el responsable de decidir sobre les qüestions organitzatives o de competició que no estiguin contemplades en aquesta normativa general.