Gimcat

GIMNÀSTICA RÍTMICA

Normativa Tècnica 2026

TÍTOL PRIMER: DISPOSICIONS GENERAL

1. NORMES GENERALS

1.1. Totes les competicions de caràcter oficial, es desenvoluparan obligatòriament per les prescripcions de la Normativa General de Competicions i les normatives tècniques específiques vigents de cada especialitat.

1.2. Tots/es els/les participants en les competicions de caràcter oficial hauran de conèixer i complir la Normativa General de Competicions i la normativa tècnica específica de la modalitat en la qual intervenen.

1.3. Per damunt d'aquesta normativa tècnica preval la normativa general de competicions de la FCG i la normativa de llicències de la FCG, així com qualsevol altra normativa i/o reglament.

2. PARTICIPACIÓ I INSCRIPCIONS

2.1. Podran prendre part tots els clubs o entitats esportives legalment constituïdes i degudament adscrits a la Federació Catalana de Gimnàstica sense limitació respecte al nombre de gimnastes i equips.

2.2. Si un club o entitat esportiva inscriu més d'un equip/conjunt en el mateix nivell, es denominaran A, B, C, etc.

2.3. Les inscripcions es realitzaran d'acord amb la normativa general de competicions de la FCG i respectant les directrius de la normativa de la Federació.

2.4. Les inscripcions a les competicions de la FCG s'hauran de fer dintre dels terminis establerts per a cadascuna de les competicions.

2.5. De forma excepcional, per gimnastes amb unes necessitats especials, es podrà sol·licitar al Comitè Tècnic la participació de la gimnasta en un nivell o una categoria inferior al que li correspon.

2.6. Gimnasta/es de reserva:

Es podran inscriure com a màxim una (1) gimnasta de reserva per categoria en la modalitat individual d'equips, i dues (2) gimnastes de reserva per nivell i categoria en la modalitat de conjunts. Aquests/es gimnastes hauran d'anar equipats/des, en el moment de l'actuació, de forma idèntica a la resta de gimnastes del seu conjunt i hauran d'estar preparades per poder actuar en cas de necessitat. En cas d'incompliment d'aquesta norma, el conjunt serà automàticament desqualificat de la competició.

En el cas de la modalitat individual d'equips, la substitució d'una gimnasta titular per una reserva haurà de ser comunicada a la federació, com a més tard, el dia laborable anterior a la competició a les 14:00h.

En el cas dels conjunts, podran sortir a la pista les/els cinc titulars que es consideri, amb l'única limitació que estiguin degudament inscrits/es a la competició.

En el cas de doble programa (dos exercicis del mateix conjunt dins la mateixa competició, les gimnastes poden ser diferents o les mateixes per cada un dels exercicis).

2.7. En referència a la *baixa de gimnastes*, serà d'obligatori compliment allò que es detalla al títol quart de la Normativa General de Competicions.

2.8. Inscripció de tècnics

El nombre màxim de tècnics/ques que un club podrà inscriure en una competició serà:

- INDIVIDUAL:

  Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat individual, quan la inscripció del club sigui només d'un/a gimnasta per nivell i categoria.

  En el cas que el mateix club tingui inscrites més d'un/a gimnasta per nivell i categoria, es permet la inscripció de dos/dues (2) tècnics/ques.

- CONJUNT:

  Un/a (1) tècnic/a per categoria i nivell en la modalitat de conjunt, quan la inscripció del club sigui només d'un conjunt per nivell i categoria.

  En el cas que un club tingui inscrit més d'un conjunt en una mateixa categoria i nivell, es permet la inscripció d'una/un tècnic/a per cada conjunt.

3. LLICÈNCIES, ACREDITACIONS I TITULACIONS

3.1. Tots els gimnastes participants hauran d'estar en possessió de la llicència emesa per la Federació Catalana de Gimnàstica, justificant l'edat amb la presentació de qualsevol dels documents originals següents: DNI, passaport individual, llibre de família o llibre d'escolaritat. Podran participar els gimnastes amb llicències FCG1, FCG2, RFEG1 o RFEG2.

- Per poder participar en una competició classificatòria a una competició nacional no és necessari estar en possessió de la llicència homologada per la RFEG.

- Per poder participar en una competició de Copa Catalana nivells 4 a 10 s'ha d'estar en possessió de la llicència tipus FCG.

- Excepcionalment per poder participar en una competició de CCEE nivells 2 i 3 s'ha d'estar en possessió de la llicència tipus FCG - Iniciació pels gimnastes i FCG pels/les tècnics/ques.

3.2. Els/les tècnics/ques inscrits/tes pels clubs o entitats esportives i els/les jutges/ses, per actuar com a tals, hauran d'estar en possessió de la llicència emesa per la Federació Catalana de Gimnàstica de l'any en curs FCG o RFEG. *Veure Normativa Llicències FCG*.

3.3. Les llicències dels/les gimnastes i tècnics/ques, hauran d'estar a disposició de la taula de competició una hora abans de competir.

3.4. Els/les tècnics/ques inscrits/es per les entitats hauran d'estar en possessió de la següent titulació:

- CCEE Nivells 2 i 3 – Copa Catalana Nivell 4: Tècnic/a primer nivell mínim.
- Copa Catalana Nivells 5, 6 i 7: Tècnic/a segon nivell mínim i tècnic/a de primer nivell tutelat per tècnic/a de segon o de tercer nivell.
- Copa Catalana Nivells 8 a 10, Base i resta de competicions: Tècnic/a tercer nivell mínim i tècnic/a de primer i segon nivell tutelat per tècnic/a de tercer nivell.

En cas de no tenir el nivell de tècnic/a exigit haurà d'estar tutelat per un tècnic/a amb el nivell exigit per la normativa.

**Per la resta de titulacions veure "Quadre relació titulacions tècnics/ques i nivells de competició – 2026".*

QUADRE RELACIÓ TITULACIONS TÈCNICS/QUES I NIVELLS DE COMPETICIÓ 2026 - GR		
CCEE 2-3 - COPA CATALANA N4	COPA CATALANA NIVELLS 5-6-7	COPA CATALANA NIVELLS BASE - 8-9-10 + CLASSIFICATORIS
Tècnics/ques nivell 1 Tècnics/ques nivell 2 Tècnics/ques nivell 3 Títol de tècnic superior en Animació d'Activitats Físiques i Esportives (AAFE) Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport amb mestratge en Gimnàstica o amb experiència demostrada de tres anys. Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport sense mestratge en Gimnàstica o sense experiència demostrada de tres anys. Tècnics/ques estrangers habilitats per la RFEG Mestres d'Educació Física (MEF) Tècnic/a en Conducció d'Activitats Físiques i Esportives en el Medi Natural (CAFEM) Altres: Tècnics cursetistes, metges, coreògraf, fisioterapeutes, psicòlegs, etc. (tutelats/des per un tècnic/a N1, N2 o N3)	Tècnics/ques nivell 1 (tutelats per un tècnic/a N2 o N3) Tècnics/ques nivell 2 Tècnics/ques nivell 3 Títol de tècnic superior en Animació d'Activitats Físiques i Esportives (AAFE) (Tutelats/des per un tècnic/a N2 o N3) Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport amb mestratge en Gimnàstica o amb experiència demostrada de tres anys. Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport sense mestratge en Gimnàstica o sense experiència demostrada de tres anys. (tutelats/des per un tècnic/a nivell 2 o 3) Tècnics/ques estrangers habilitats per la RFEG Mestres d'Educació Física (tutelats/des per un N2 o N3) Tècnic/a en Conducció d'Activitats Físiques i Esportives en el Medi Natural (CAFEM) (tutelats/des per un N2 o N3) Altres: Tècnics cursetistes, metges, coreògraf, fisioterapeutes, psicòlegs, etc. (tutelats/des per un tècnic/a N2 o N3)	Tècnics/ques nivell 1 (tutelats per un tècnic/a N3) Tècnics/ques nivell 2 (tutelats per un tècnic/a N3) Tècnics/ques nivell 3 Títol de tècnic superior en Animació d'Activitats Físiques i Esportives (AAFE) (Tutelats/des per un tècnic/a N3) Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport amb mestratge en Gimnàstica o amb experiència demostrada de tres anys. Llicenciats/des o Graduats/des en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport sense mestratge en Gimnàstica o sense experiència demostrada de tres anys. (tutelats/des per un tècnic/a nivell 3) Tècnics/ques estrangers habilitats per la RFEG Mestres d'Educació Física (tutelats/des per un N3) Tècnic/a en Conducció d'Activitats Físiques i Esportives en el Medi Natural (CAFEM) (tutelats/des per un N3) Altres: Tècnics cursetistes, metges, coreògraf, fisioterapeutes, psicòlegs, etc. (tutelats/des per un tècnic/a N3)

3.5. Tot/a aquell/a tècnic/a que no disposi de la titulació corresponent, haurà d'estar "tutelat/da" per un/a tècnic/a acreditat/da per la FCG. Aquest tècnic/a estarà present a la pista de competició i es farà càrrec d'aquest/a tècnic/a i de les seves gimnastes, així com de totes les actuacions del/de la mateix/a durant el desenvolupament de la competició, assumint les responsabilitats que això comporta. En cas contrari ni el/la tècnic/a ni les gimnastes podran accedir a la zona de competició, per tant, no podran competir.

El document de tutela s'haurà de penjar al moment de la inscripció del tècnic tutelat. SENSE AQUEST DOCUMENT NO ES PODRÀ PARTICIPAR.

Tots aquests punts són vàlids sempre que els/les tècnics/ques/monitors/res tinguin tramitada la seva corresponent llicència de l'any en curs a la FCG o a la RFEG, així com la seva pòlissa de Responsabilitat Civil. Veure Normativa General de Competicions de la FCG

3.6. Els/les tècnics/ques hauran de dur en les competicions en un lloc visible, la seva llicència (la Federació Catalana de Gimnàstica facilitarà el "porta-carnets" gratuïtament), en cas de pèrdua caldrà adquirir un de nou a la mateixa FCG.

Segons el nivell dels/de les tècnics/ques, les llicències variaran el seu color.

3.7. En relació amb als/les tècnics/ques, el/la que figuri en el full d'inscripció hi haurà d'estar obligatòriament present durant la competició, com a responsable dels/les gimnastes inscrits/es. En cas de no poder estar, haurà de ser substituït per un altre tècnic/a amb la titulació requerida i que haurà d'estar inscrit també a la competició i amb la llicència del club al qual tutela.

3.8. Els/les jutges/ses per actuar com a tal en aquesta competició, hauran d'estar en possessió de la llicència expedida per la Federació Catalana de Gimnàstica i acreditar haver superat qualsevol dels nivells dels cursos de jutges de GR.

4. CATEGORIES – NIVELLS – EDATS

EDATS INDIVIDUALS CCEE 2026	
PREBENJAMÍ	2019-2018
BENJAMÍ	2017
ALEVÍ	2015-2016
INFANTIL	2013-2014
JÚNIOR	2011-2012
SÈNIOR	2010 i anteriors

EDATS INDIVIDUALS COPA CATALANA N4-N5-N6 2026	
PREBENJAMÍ	2019-2018
BENJAMÍ	2017
ALEVÍ	2015-2016
INFANTIL	2013-2014
JÚNIOR	2011-2012
SÈNIOR	2010 i anteriors

Una vegada rebudes les inscripcions de la 1ra Fase dels Nivells 4, 5 i 6 es determinarà la divisió o no dels nivells per edats de naixement, segons el nombre d'inscripcions.

A partir d'un mínim de 40 gimnastes inscrites en una categoria, es dividirà per edats de naixement sempre i quan hi hagin un mínim de 20 gimnastes a cada edat.

EDATS INDIVIDUALS COPA CATALANA N7 I BASE 2026	
PREBENJAMÍ	2018
BENJAMÍ	2017
ALEVÍ	2015-2016
INFANTIL	2013-2014
CADET	2011-2012
JUVENIL	2010 i anteriors

EDATS INDIVIDUALS ABSOLUTS 2026	
BENJAMÍ	2017-2018
ALEVÍ	2015-2016
INFANTIL	2013-2014
JÚNIOR	2011-2012
JÚNIOR HONOR	2011-2012
SÈNIOR	2010 i anteriors
SÈNIOR HONOR	2010 i anteriors
1a CATEGORIA	2011 i anteriors
MÀSTER	2002 i anteriors

EDATS CONJUNTS CCEE 2026	
PREBENJAMÍ	2018-2019
BENJAMÍ	2017-2018
ALEVÍ	2015-2016-2017
INFANTIL	2013-2014-2015
JÚNIOR	2011-2012-2013
SÈNIOR	2011 i anteriors

EDATS CONJUNTS COPA CATALANA 2026	
PREBENJAMÍ	2018-2019
BENJAMÍ	2017-2018
ALEVÍ	2015-2016-2017
INFANTIL	2013-2014-2015
JÚNIOR	2011-2012-2013
SÈNIOR	2011 i anteriors

EDATS CONJUNTS BASE 2026	
PREBENJAMÍ	2018-2019
BENJAMÍ	2017-2018
ALEVÍ	2015-2016-2017
INFANTIL	2013-2014-2015
CADET	2011-2012-2013
JUVENIL	2011 i anteriors

EDATS CONJUNTS ABSOLUTS 2026	
PREBENJAMÍ	2018-2019
BENJAMÍ	2017-2018
ALEVÍ	2015-2016-2017
INFANTIL	2013-2014-2015
JÚNIOR FEMENINA	2011-2012-2013
JÚNIOR MIXTA*	2011-2012-2013
SÈNIOR FEMENINA	2011 i anteriors
SÈNIOR MIXTA*	2011 i anteriors
1a CATEGORIA FEMENINA	2012 i anteriors
1a CATEGORIA MIXTA	2012 i anteriors

*En totes dues categories podran participar conjunts masculins. En el cas de no arribar a un mínim de 3 participants, la classificació es desenvoluparà unificant segons edat en la categoria mixta.

5. COMPETICIONS

5.1. Distribució de les competicions

Al llarg de l'any esportiu s'estableixen dues temporades diferenciades de competició:

- Temporada de primavera, que comprèn els mesos de gener a juny.
- Temporada de tardor, que comprèn els mesos de setembre a desembre.

- Les i els gimnastes han de mantenir el seu nivell al llarg de cada una de les dues temporades; no és possible participar en dos nivells diferents en la temporada de primavera o en la de tardor del mateix any.

TEMPORADA DE PRIMAVERA (GENER – JUNY)

- CCEE Individual i Conjunts Nivells 2 i 3: constarà de dues Fases i un Campionat de Catalunya.
- Copa Catalana Individual Nivells 4, 5, 6 i 7: constarà de dues Fases i un Campionat de Catalunya.
- Copa Catalana Nivell Base: constarà de dues Fases i un Campionat de Catalunya (individuals Base i Copa Base Conjunts).
- Copa Catalana Individual Nivells 8 – 9 - 10: constarà de tres Fases i un Campionat de Catalunya individual i un Campionat de Catalunya d'equips.
- Copa Catalana Conjunts Primavera: constarà de tres Fases (nivells del 4 al 8).
- Copa Catalana Nivell 11: constarà de dues fases.

TEMPORADA DE TARDOR (SETEMBRE – DESEMBRE)

- Copa Catalana Conjunts Tardor Nivell 4, 5, 6 i 7: constarà de dos Fases i un Campionat de Catalunya.
- Copa Catalana Nivell Base: constarà de dues Fases i un Campionat de Catalunya (Copa Base individual i Base Conjunts).
- Copa Catalana Conjunts Tardor Nivell 8 i 9: constarà de tres Fases i un Campionat de Catalunya.

5.2. Classificacions i Premis

- A les Fases de la Copa Catalana hi haurà classificació individual, per aparells i per conjunts.
- A les competicions classificatòries al Campionat d'Espanya de conjunts, Campionat d'Espanya de conjunts Base i Copa Base conjunts, hi haurà classificació per conjunts.
- A les competicions classificatòries al Campionat d'Espanya individual Base, Copa Base individual i Campionat d'Espanya individual hi haurà classificació individual i per aparells.
- A la competició classificatòria per al Campionat d'Espanya d'equips, hi haurà classificació per equips (resultant de la suma de tots els aparells).
- Als controls no hi haurà classificacions ni premis.
- A la Copa Catalana, la classificació individual dels nivells 8, 9 i 10 serà única; duplicant les posicions en el cas que aquestes siguin ocupades per gimnastes dels nivells 9 o 10.
- La classificació masculina i femenina serà per separat en Nivells 8 – 9 – 10.
- Important: les/els gimnastes hauran de fer la desfilada i l'entrega de guardons "obligatòriament" amb el mallot de competició.

5.3. Desempats

Els desempats es resoldran seguint les directrius del codi de puntuació de la FIG.

5.4. Reclamacions

Els/les tècnics/ques no estan autoritzades a dirigir-se a les jutges/ses per a requerir informació o explicacions sobre les notes o les classificacions. En el cas de voler fer una consulta sobre una penalització o alguna irregularitat que es pugui observar (un valor sense puntuació, per exemple), cal dirigir-se a la responsable de la competició. No s'atendran reclamacions sobre puntuacions de cap dels valors. En el cas d'incompliment d'aquesta norma, serà comunicat al Comitè de Disciplina.

5.5. Reglamentació

Serà d'aplicació allò que figura en la descripció tècnica dels nivells, de les normes específiques de cada modalitat gimnàstica, del codi de puntuació i del reglament tècnic de la FIG i la Normativa General de Competicions de la FCG.

Programa tècnic:
Per a cada modalitat es publicarà un programa tècnic on es concretaran les exigències tècniques de cada nivell i categoria i els aparells de competició.

5.6. Ordre de competició

L'ordre de competició es resoldrà mitjançant sorteig realitzat per la FCG. Tots els conjunts o gimnastes inscrits fora de termini, incloent-hi els inscrits dins el termini amb penalització, s'incorporaran a l'ordre de competició en el primer lloc del seu nivell i categoria.

La distribució de les competicions es pot veure modificada per temes logístics o per manca/excés d'inscripcions. Aquesta decisió recaurà en el comitè tècnic de GR de la FCG.

5.7. Desenvolupament de les competicions

A la pista de competició únicament hi podran accedir les/els gimnastes i tècnics/ques acreditats/des i inscrits/es en la competició, en el mòdul i horari corresponent; un cop finalitzada l'entrega de guardons hauran de deixar la zona de competició.

En la zona destinada als/les tècnics/ques, en el moment de l'actuació de cada gimnasta o conjunt, únicament podrà romandre un/a tècnic/a inscrit/a i el/la gimnasta de reserva (en la modalitat de conjunts). Si el/la tècnic/a està tutelat/da haurà d'estar acompanyat pel/la tècnic/a de 3r nivell que el tuteli.

Si en el transcurs d'un exercici un/a gimnasta mostra símptomes de malestar o lesió, l'exercici serà immediatament interromput i la puntuació serà de 0.00 en tots els valors. Queden a part les possibles actuacions del comitè de disciplina.

5.8. Material

Els/les gimnastes, els/les tècnics/ques i els/les delegats/des de les entitats inscrites, es comprometen a utilitzar el material que l'organització posi a la seva disposició per a la competició, sense alterar l'ordre de col·locació a la sala.

La responsabilitat de la correcta col·locació dels aparells de reserva és exclusivament del/la gimnasta o del conjunt que està actuant, tant en la retirada dels aparells de l'exercici anterior (si es dona el cas) com en la col·locació dels seus aparells.

5.9. Vestimenta

Les normes específiques sobre la vestimenta, el pentinat i el maquillatge es troben redactades en el punt 10 del codi de puntuació vigent FIG i publicades en la web de la RFEG.

Els mallots han de contribuir a enaltir la bellesa del moviment corporal i que tinguin harmonia amb l'estil/idea - guia del tema musical de forma suggerent.

No hi ha necessitat de dissenys extremadament explícits, tipus disfressa de carnaval, ni de transformismes (alteracions del disseny durant l'exercici) o efectismes tecnològics (llums led, etc.).

Tots els enunciats (escrits), transformismes, incorporar llums o elements similars i l'efecte de disfressa estan totalment prohibits.

No han d'arribar a ser una distracció per al jurat. Tot això, sense dubte, desvirtua el caràcter esportiu de la Gimnàstica Rítmica. Amb el mateix esperit, cal recordar que el pentinat i maquillatge han de ser sobris.

5.10. Músiques

Cada club és responsable de penjar/enviar la música dels exercicis dels seus/de les seves gimnastes i conjunts per a cada un/a de les competicions dintre dels terminis establerts, complint amb l'estipulat a l'article 50 de la Normativa General de Competicions. També s'haurà de portar a la competició en USB o adaptador (jack) de mòbils.

En cas de no haver-hi penjar la música a la plataforma GIMCAT, només s'acceptarà a taula de megafonia abans d'iniciar la competició. Una o un gimnasta o conjunt no podran participar si la música no ha estat adequadament penjada a la plataforma o si no ha estat entregada a l'inici de la competició a excepció dels problemes tècnics que puguin sorgir en el decurs de la mateixa competició. Aquests problemes seran avaluats per la persona responsable de la competició, conjuntament amb les jutges responsables.

En cas de no haver penjat la música dins el termini establert a la plataforma del GIMCAT, s'aplicarà la sanció per presentació de música fora de termini.

El termini per penjar la música finalitza el dimarts a les 23:59h, de la mateixa setmana en què tingui lloc la competició corresponent.

Tots els arxius amb les músiques s'han d'identificar amb el dorsal, el nom complet de la gimnasta escrit sense espais, el club, l'aparell, la categoria i el nivell separats per un guió baix (per exemple: 3_PEREZ CANALS, MARTINA_Club_Pilota_Infantil_4).

NOTA: *Els tècnics han de tenir a disposició de la direcció de la competició un pen drive per cada categoria i nivell, degudament identificats tal i com s'especifica a l'exemple. Aquest suport serà requerit en el cas que hi hagi problemes tècnics amb la música de la plataforma de la FCG.*

No s'utilitzarà cap música que no segueixi aquest format.

5.11. Jurat

Els exercicis seran puntuats per un jurat proposat pel Vocal de la disciplina del Comitè de Jutges/ses de la Federació Catalana de Gimnàstica.

El jurat portarà vestimenta i calçat apropiat d'acord amb l'estipulat a la Normativa General de Jutges/ses de la FCG.

5.12. Desqualificació

El no compliment d'aquestes normes, comportarà l'obertura d'expedient disciplinari, proposat pel/per la Responsable de Competició al Comitè de Disciplina, per gimnasta/equip/club, infractor/a. Aquest comitè dictaminarà la sanció pertinent.

Veure Reglament Disciplinari: FCG (www.gimcat.com) - Documentació FCG.

5.13. Errates i canvis

S'haurà de comunicar per escrit a Administració de la FCG els errors detectats (noms, classificacions, etc.) els canvis d'adreça i de titular de les Entitats afiliades.

TÍTOL SEGON: DISPOSICIONS TÈCNIQUES

6. FINALITAT DELS ASCENSOS I DESCENSOS DE NIVELL

Amb la finalitat d'equilibrar la participació en relació amb el nombre d'esportistes en cada un dels nivells, s'estableix un sistema d'ascensos i descensos determinat per percentatges de participació i pels resultats de les competicions.

Aquest sistema pretén vetllar per la igualtat d'oportunitats de tots i totes els/les esportistes participants.

- Una/un gimnasta que ha estat un any sense participar en competicions oficials de la FCG pot participar, si així ho desitja, en el nivell immediatament inferior al que li pertoca.
- Una/un gimnasta que ha participat en competicions de nivell Base o Absolut i que durant la temporada present no vol fer-ho en aquests nivells, ha de participar necessàriament en el nivell 7 de Copa Catalana. Cap esportista pot participar en el nivell 7 si no compleix aquesta condició.
- No hi ha ascensos ni descensos entre els nivells 6 i 7 de Copa Catalana.
- Una/un gimnasta que durant una temporada completa participa en el nivell 7, sense participar en cap de les modalitats dels nivells Base o nivell 8, pot descendir al nivell 6 si ho desitja.
- No hi ha ascensos ni descensos entre els nivells de CCEE i els nivells de Copa Catalana. Una/un gimnasta que participa en CCEE pot continuar fent-ho si ho desitja. Una/un gimnasta que participa en Copa Catalana no pot participar en CCEE ni en la modalitat individual ni en la modalitat de conjunt.
- Els ascensos i descensos seran obligatoris entre els nivells 4, 5 i 6.
- El canvi de club d'un o una gimnasta no suposa un canvi en el seu nivell.
- Un/una gimnasta que no ha participar MAI en cap competició de la FCG o de la RFEG pot participar en el nivell que consideri.
- La participació en conjunt no comporta canvis de nivell per a un/una gimnasta; si un o una gimnasta participa en un conjunt d'un nivell superior al seu, pot tornar al seu nivell d'origen en la modalitat individual, a excepció de la participació en els nivells Base, Copa Base o Absolut, amb el que la gimnasta que participa en un conjunt d'un d'aquests nivells ha de seguir en el mateix nivell individual o participar en el nivell 7.

6.1 Nivells de competició de CCEE i Copa Catalana (composició dels conjunts en funció del nivell dels seus components)

Modalitat Individual

Per determinar el nivell d'una o un gimnasta individual cal tenir en compte el nivell en el que ha participat en l'anterior temporada individual. En el cas de que no estigui en situació de ascens o descens (la FCG publicarà el llistat al final de la temporada de primavera), ha de participar en el mateix nivell en el que ho ha fet anteriorment.

Si està en situació d'ascens, ha de participar en el nivell superior i si està en situació de descens, ho ha de fer en el nivell inferior.

Aquesta condició no es compleix entre els nivells de Copa Catalana i els nivells de CCEE (entre els que no hi ha obligatòriament ascensos ni descensos), ni entre el nivell 6 i els nivells superiors (7, Base i 8).

Modalitat de conjunt

El nivell del conjunt es determina en funció del nivell individual de les o els gimnastes que el composen. A saber:

1. Si les/els gimnastes components del conjunt no tenen nivell individual (no han participat mai en competicions de CCEE, Copa Catalana, Base o de la RFEG), el conjunt pot inscriure's en el nivell que consideri.
2. Si tots i totes els/les gimnastes son del mateix nivell individual, el conjunt ha de participar en aquest nivell.
3. Per als conjunts dels nivells 2-3 de CCEE, 4 i 5-6 de Copa Catalana, quan el conjunt està format per gimnastes de diferents nivells, el nivell de la majoria dels components del conjunt (3 si no hi ha esportistes suplents i 4 o més si s'inscriuen suplents), determina el nivell del conjunt. La resta de gimnastes poden ser d'un nivell individual inferior o superior (excepte nivell 7, Base o 8) o no tenir nivell individual. Si el conjunt està format per 5 o 6 esportistes de nivells diferents, el conjunt ha de participar en el nivell de la gimnasta o el gimnasta de nivell més alt.
4. Un conjunt on hi participen 3 o més gimnastes de nivell 7, Base o 8, ha de participar obligatòriament en el nivell 5-6 si no vol optar a participar en una competició de nivell RFEG Base o Absolut.
5. Els conjunts que volen optar a participar en una competició RFEG Base o Absolut han de participar en el seu nivell en les competicions de Copa Catalana i no s'autoritzen canvis de nivell en la mateixa temporada.
6. Un conjunt on hi participa 1 o més esportistes de nivell 7, ha de participar obligatòriament en el nivell 5-6.

7. Si en un conjunt hi ha gimnastes de CCEE i gimnastes de Copa Catalana, és el nivell de Copa Catalana el que determina el nivell del conjunt (gimnastes de Copa Catalana no poden participar en competicions de CCEE).
8. Els conjunts poden participar en nivells superiors als que els hi correspon si així es creu convenient per part de les seves o els seus tècnics.

Cassos pràctics i exemples:

1. Grup de 6 esportistes que participen per primer cop en una competició de la FCG; el conjunt pot inscriure's en qualsevol nivell segons el criteri tècnic.
2. Grup de 3 esportistes de nivell 4 i 2 esportistes de nivell 6, el conjunt ha de participar en el nivell 4.
3. Grup de 4 esportistes de nivell 2 i 2 esportistes de nivell 4, el conjunt ha de participar en el nivell 4.
4. Grup de 2 esportistes de nivell 3, 3 esportistes de nivell 4 i un o una de nivell 5, el conjunt ha de participar en el nivell 5-6.
5. Conjunt amb 2 esportistes de nivell 5, 2 esportistes de nivell 6 i 2 esportistes de nivell 7, ha de participar en el nivell 5-6.
6. Conjunt en el que hi ha 3 o més esportistes de nivell 7, Base o Absolut, han de participar en el nivell 5-6.

	Nivells 2-3 CCEE	Nivell 4 Copa Catalana	Nivell 5 Copa Catalana	Nivell 6 Copa Catalana	Nivell 7 Copa Catalana
Individuals	Només gimnastes de CCEE	Només gimnastes de nivell 4	Només gimnastes de nivell 5	Només gimnastes de nivell 6	Gimnastes provinents dels nivells Base o nivell 8
Ascensos i descensos	Nivell Individual (ascensos i descensos)	Nivell Individual (ascensos i descensos)	Nivell Individual (ascensos i descensos)	Nivell Individual (ascensos i descensos)	Nivell Individual (un any en el nivell 7 permet descendir al nivell 6)
Conjunts	Nivell únic en conjunt	Majoria de gimnastes de nivell 4 No es permet gimnastes dels nivells 7, Base o nivell 8.	Gimnastes de nivell 5 i 6. No es permet la participació de gimnastes de nivell Base o nivell 8.		Les o els gimnastes de nivell 7 han de formar part d'un conjunt de nivell 5-6.

7. ASCENSOS I DESCENSOS

L'ascens i el descens de nivell respon als resultats que una gimnasta ha obtingut en la seva participació en les competicions de la temporada anterior.

L'ascens de nivell és obligat a excepció de les gimnastes que volen participar en fases classificatòries a una competició nacional. El descens serà opcional (nivells del 4 al 6).

Per elaborar la llista d'ascensos i descensos es prendran en consideració les següents situacions:

1. Quan la participació és menor o igual a 10 gimnastes. L'ASCENS del PODI del Campionat de Catalunya serà OBLIGATORI.

2. Quan la participació és entre 11 i 30 gimnastes, pujaran i baixaran de nivell el 20% de les gimnastes participants de cada categoria i nivell, sumant les fases de Copa Catalana a més a més del podi del Campionat de Catalunya, que ascendirà de forma directa, sense ocupar un lloc entre el 20% calculat.

3. Quan la participació és de més de 31 gimnastes, pujaran el 30% gimnastes i baixaran de nivell el 30% gimnastes participants de cada categoria i nivell, sumant les fases de Copa Catalana a més a més el podi del Campionat de Catalunya, que ascendirà de forma directa.

4. Si una o un gimnasta no participa en una fase de copa catalana, la seva nota no podrà ser duplicada en el còmput dels ascensos i descensos.

El sistema de desempat per la classificació general que determina els ascensos i els descensos després de la suma de fases, prendrà en consideració la nota més alta en qualsevol de les fases.

Si el resultat del càlcul del percentatge dona com a resultat un nombre no sencer, es prendrà la xifra més propera; per exemple quan han d'ascendir 5,7 gimnastes ascendiran 6 gimnastes; quan han d'ascendir han 6,2 gimnastes, ascendiran 6 gimnastes.

8. COPA CATALANA MODALITAT INDIVIDUAL

8.1. Categories i aparells

NIVELL 2 - 3 CCEE INDIVIDUAL 2026			
NIVELL 2	APARELL	NIVELL 3	APARELL
PREBENJAMÍ	▣	PREBENJAMÍ	▣
BENJAMÍ	▣	BENJAMÍ	▣
ALEVÍ	▣	ALEVÍ	●
INFANTIL	○	INFANTIL	∪
JÚNIOR	●	JÚNIOR	○
SÈNIOR	‖	SÈNIOR	‖

COPA CATALANA NIVELL 4 - 5 - 6 INDIVIDUAL 2026					
NIVELL 4	APARELL	NIVELL 5	APARELL	NIVELL 6	APARELL
PREBENJAMÍ	■	PREBENJAMÍ	■	PREBENJAMÍ	∪
BENJAMÍ	■	BENJAMÍ	■	BENJAMÍ	●
ALEVÍ	○	ALEVÍ	∪	ALEVÍ	●
INFANTIL	∪	INFANTIL	○	INFANTIL	○
JÚNIOR	¦¦	JÚNIOR	∪	JÚNIOR	⊘
SÈNIOR	●	SÈNIOR	⊘	SÈNIOR	●

COPA CATALANA NIVELL 7 INDIVIDUAL 2026	
CATEGORIA	APARELL
PREBENJAMÍ	■
BENJAMÍ	■
ALEVÍ	○
INFANTIL	⊘
JÚNIOR	●
SÈNIOR	¦¦

NIVELL BASE INDIVIDUAL 2026		NIVELL COPA BASE INDIVIDUAL	
CATEGORIA	APARELL	CATEGORIA	APARELL
PREBENJAMÍ	■	PREBENJAMÍ	∪
BENJAMÍ	■	BENJAMÍ	●
ALEVÍ	○	ALEVÍ	●
INFANTIL	⊘	INFANTIL	○
CADET	●	CADET	⊘
JUVENIL	¦¦	JUVENIL	●

COPA CATALANA NIVELL 8 - 9 - 10 INDIVIDUAL FEMENÍ 2026	
FEMENÍ	APARELL
BENJAMÍ	■ ∪
ALEVÍ	■ ○ ●
INFANTIL	∪ ●
JÚNIOR	○ ●
JÚNIOR HONOR	○ ●
SÈNIOR	○ ●
SÈNIOR HONOR	○ ●
1A CATEGORIA	○ ●
MÀSTER	○ ●

COPA CATALANA NIVELL 8 - 9 - 10 INDIVIDUAL MASCULÍ 2026	
MASCULÍ	APARELL
BENJAMÍ MASCULÍ	■ ∪
ALEVÍ MASCULÍ	■ ○ ●
INFANTIL MASCULÍ	∪ ●
JÚNIOR MASCULÍ	○ ●
SÈNIOR MASCULÍ	∪ ○
1a CATEGORIA MASCULÍ	○ ●
MÀSTER MASCULÍ	∪ ○

8.2. Sistema de competició

La Copa Catalana en la modalitat individual s'organitzarà de la següent manera:

- CCEE Nivells 2*, 3** i Copa Catalana Nivells 4, 5, 6 i 7 – Dues Fases i un Campionat de Catalunya.

*,**, la competició individual dels nivells 2 i 3 es realitzarà en la mateixa jornada que la competició de conjunts.

- Nivell Base – Dues Fases i un Campionat de Catalunya (Primavera: Base Individual i Copa Base Conjunts i Tardor: Copa Base Individual i Base Conjunts)
- Nivells 8, 9 i 10 Tres Fases i un Campionat de Catalunya

8.3. Classificació Campionat de Catalunya

Totes les gimnastes inscrites en qualsevol dels nivells de competició de la FCG poden optar a participar en el Campionat de Catalunya del nivell que els hi pertoca.

8.4. Premis

Rebran guardons les tres primeres gimnastes classificades per categoria i nivell i aparell en el cas que el programa de competició contempli més d'un aparell per categoria i nivell.

A les fases, la classificació dels nivells 8/9 i 10 serà conjunta, prenent en consideració la nota obtinguda per la gimnasta. S'atorgaran guardons de primer, segon i tercer a les gimnastes del nivell 8.

Les gimnastes del nivell 9 o 10 aconseguiran guardó sempre que la seva nota sigui igual o superior a la de la gimnasta del nivell 8, ocupant el mateix lloc sense que això vagi en detriment del guardó del nivell 8.

El Trofeu de la Generalitat s'entregarà a la millor gimnasta de primera categoria o al millor conjunt de primera categoria.

En el cas que no hi hagi gimnastes o conjunts de primera categoria, el trofeu s'atorgarà a la millor gimnasta o conjunt de la categoria sènior.

9. COPA CATALANA MODALITAT CONJUNTS

9.1. Categories – Nivells – Aparells

Per determinar el nivell d'un conjunt (nivells 4 al 6) es prendrà en consideració el nivell individual de les gimnastes. D'aquesta manera, un conjunt amb la totalitat de les gimnastes d'un mateix nivell ha de participar en el mateix nivell (o superior) en la modalitat de conjunt.

Els nivells 5 i 6 s'uneixen per a la modalitat de conjunt.

Els nivells 2 i 3 s'uneixen per a la modalitat de conjunt.

Una o un gimnasta de copa catalana de qualsevol nivell no pot formar part d'un conjunt de CCEE.

Una o un gimnasta de CCEE que participa en un conjunt de copa catalana de qualsevol nivell, ha de participar en el nivell 4 de copa catalana en la següent temporada i no podrà tornar a participar en una competició de CCEE ni individual ni de conjunt.

No s'organitzarà nivell 7 en la modalitat de conjunt. Les o els esportistes d'aquest nivell han de participar en un conjunt de nivell 5/6.

Les gimnastes que individualment competeixen en el nivell 7 han de formar part d'un conjunt de nivell 5-6, independentment del nombre de gimnastes implicades o d'un conjunt Base o Absolut.

NIVELL 2 - 3 CCEE CONJUNTS 2026	
CATEGORIA	APARELL
PREBENJAMÍ	5 ▣
BENJAMÍ	5 ▣
ALEVÍ	5 ▣
INFANTIL	5 ○
JÚNIOR	5 ●
SÈNIOR	5

COPA CATALANA NIVELL 4 I 5 - 6 CONJUNTS 2026			
NIVELL 4	APARELL	NIVELL 5-6	APARELL
PREBENJAMÍ	5 ▣	PREBENJAMÍ	5 ▣
BENJAMÍ	5 ▣	BENJAMÍ	5 ▣
ALEVÍ	5 ▣ / 5 ○	ALEVÍ	5 ▣ / 5 ○
INFANTIL	5 ▣ / 5	INFANTIL	5 ▣ / 5
JÚNIOR	5	JÚNIOR	5
SÈNIOR	5 ●	SÈNIOR	3 ○ 2

NIVELL BASE CONJUNTS 2026	
CATEGORIA	APARELL
PREBENJAMÍ	5 ▣
BENJAMÍ	5 ▣
ALEVÍ	5 ○
INFANTIL	5
CADET	5
JUVENIL	3 ○ 2

COPA CATALANA NIVELL 8 CONJUNTS 2026	
CATEGORIA	APARELL
BENJAMÍ	5 ▣
ALEVÍ	5 ▣ / 5 ○
INFANTIL	5 ●
JÚNIOR FEMENINA	5 ¦¦
JÚNIOR MIXTA	5 ¦¦
SÈNIOR FEMENINA	3 ● 2 ○
SÈNIOR MIXTA	3 ● 2 ○
1A CATEGORIA FEMENINA	3 ○ 2 ¦¦
1A CATEGORIA MIXTA	3 ○ 2 ¦¦

9.2. Sistema de competició

La Copa Catalana en la modalitat de conjunts s'organitzarà de la següent manera:

- CCEE Conjunts Nivells 2* i 3** - Dues Fases i un Campionat de Catalunya. (*,**, la competició individual dels nivells 2 i 3 es realitzarà en la mateixa jornada que la competició de conjunt.)

- Copa Catalana Conjunts Tardor Nivells 4, 5, 6 - Dues Fases i un Campionat de Catalunya. En totes les Fases, els clubs podran escollir participar amb un o dos exercicis.

- Copa Catalana Conjunts Tardor Nivell Base – Copa Base i Nivell 7) - Dues fases i un Campionat de Catalunya.

- Copa Catalana Conjunts Tardor Nivell 8, 9 i 10 – Tres fases i un Campionat de Catalunya.

- Copa Catalana Conjunts Primavera Nivells 4, 5, 6, 7, Copa Base i 8 - Tres fases.

Els conjunts de Copa Catalana Conjunts Primavera només poden inscriure dues gimnastes (com a màxim) que estiguin participant simultàniament en la modalitat individual.

En totes les Fases, els clubs podran escollir participar amb un o dos exercicis, si el programa ho permet.

Totes les gimnastes hauran de mantenir la seva llicència durant la temporada primavera o tardor: no podran participar a la vegada als nivells 2, 3 d'individual i als 4, 5, 6, 7 de conjunts. O participar en el nivell Base i a l'Absolut, amb l'excepció que marca la RFEG.

9.3. Campionat de Catalunya

Tots els conjunts inscrits en qualsevol dels nivells de competició de la FCG poden optar a participar en el Campionat de Catalunya del nivell que els hi pertoca.

9.4. Premis

Rebran guardons els tres primers conjunts classificats de cada categoria i nivell i aparell, en el cas que el programa de competició contempli més d'un exercici per nivell i categoria.

A les fases, la classificació dels nivells 8 - 9 i 10 serà conjunta, prenent en consideració la nota obtinguda pel conjunt. S'atorgaran guardons de primer segon i tercer als conjunts del nivell 8.

Els conjunts del nivell 9 o 10 aconseguiran guardó sempre que la seva nota sigui igual o superior a la del conjunt del nivell 8, ocupant el mateix lloc sense que això vagi en detriment del guardó del nivell 8.

10. PARTICIPACIÓ MASCULINA

En totes les competicions de Copa Catalana, tant en la modalitat individual com en la modalitat de conjunts, podran participar indistintament nois i noies, sense limitació.

En totes les competicions, classificatòries o no, s'establiran classificacions de la següent manera:

- Del Nivell 2 al Nivell 7 les classificacions de les/dels gimnastes femenines i masculins seran conjuntes.
- Al Nivell 8-9-10 les classificacions de les/dels gimnastes femenines i masculins seran diferenciades.
- Al Nivell Base les classificacions de les/dels gimnastes femenines i masculins seran diferenciades.

11. COMPETICIONS CLASSIFICATORIES

La FCG organitzarà competicions classificatòries per a les diferents competicions organitzades per la RFEG. Podran participar en aquestes competicions aquells/es gimnastes o conjunts que compleixin les exigències que la RFEG determini en cada cas. La normativa aplicable a aquestes competicions és la fixada per la RFEG en cada cas.

En la MODALITAT INDIVIDUAL

1. Campionat de Catalunya N8 Individual (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual)
2. Campionat de Catalunya N8 d'Equips (classificatori per al Campionat d'Espanya d'Equips)
3. Campionat de Catalunya Individual Base Femení (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual Base)
4. Campionat de Catalunya Individual Base Masculí (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual Base)
5. Campionat de Catalunya Individual Copa Base (classificatori per al Campionat Copa Base Individual)
6. Campionat de Catalunya Individual Masculí (classificatori per al Campionat d'Espanya Individual Masculí)

En la MODALITAT CONJUNTS

1. Campionat de Catalunya de Conjunts N8 (classificatori per al Campionat d'Espanya de Conjunts)
2. Campionat de Catalunya Conjunts Base (classificatori per al Campionat d'Espanya Conjunts Base)
3. Campionat de Catalunya Conjunts Copa Base (classificatori per al Campionat d'Espanya Conjunts Copa Base)

Malgrat el resultat de les competicions classificatòries, el comitè es reserva el dret d'inscripció dels/les gimnastes o conjunts a les competicions nacionals, si es considera que no mostren un nivell tècnic suficient.

Es recorda que l'article 46 de la normativa de competicions diu "*serà responsabilitat dels clubs o entitats realitzar la inscripció dels/les gimnastes al nivell que els hi correspongui per les seves qualitats i capacitacions tècniques/esportives*".

12. COMPETICIONS CLASSIFICATORIES

DESIGNACIÓ DIRECTA A COMPETICIONS RFEG O INTERNACIONALS

- COMPETICIONS INTERNACIONALS (amb participació de la FCG):

La designació dels conjunts o gimnastes individuals que han de participar en aquestes competicions serà decisió del Comitè Tècnic de la FCG. De la mateixa manera, serà la FCG la que designarà la persona o persones que han d'acompanyar les gimnastes. Aquestes seran preferentment equip tècnic de la FCG.

- COMPETICIONS NACIONALS (amb participació com a representants de la FCG):

La designació dels conjunts o gimnastes individuals que han de participar en aquestes competicions serà decisió del Comitè Tècnic de la FCG.

Modalitat individual:

En el cas que no es completin les inscripcions amb les o els esportistes designats pel Comitè Tècnic, la designació es farà mitjançant un control.

El control es realitzarà dins una competició o en una sessió organitzada a tal efecte i la designació de les jutges serà a càrrec de la FCG.

La classificació final, un cop preses en consideració totes les notes i les limitacions en la composició dels equips que poden afectar a la participació, determinarà les o els esportistes que poden participar-hi. Les o els esportistes millor classificats o classificades en aquest control, seran els que formaran l'equip representant a la FCG, sempre tenint en conte les condicions particulars que puguin existir (nombre màxim o mínim d'exercicis per aparell, participació d'esportistes estrangers/eres i altres condicionants de la normativa de la competició per a la que es fa la designació). El Comitè Tècnic, conjuntament amb l'equip tècnic del CAR determinarà la composició final dels equips, atenent a totes les consideracions anteriors. Poden participar en aquests controls les o els esportistes de nivell 8 o superiors.

Modalitat de conjunt:

La designació d'un conjunt representant a la FCG en alguna de les competicions serà decisió del Comitè Tècnic.

En el cas de que el Comitè Tècnic no designi directament un conjunt participant, la designació es farà mitjançant un control en una de les competicions organitzades per la FCG. Els conjunts participants en aquest control han de ser obligatòriament de nivell 8 i han de presentar un exercici amb les exigències de la RFEG en la categoria a la que pertanyen.

El conjunt o els conjunts participants seran els millors classificats en el control.

Les despeses originades per aquesta competició, així com la designació del o la tècnic que acompanyi el conjunt correran a càrrec del club participant.

En el cas de la modalitat de conjunt, el control es realitzarà en dues passades; en la modalitat individual únicament es realitzarà una passada per cada un dels aparells (si l'aparell està inclòs en el programa de la competició, serà la pròpia nota de la competició la que es prendrà en consideració).

Les despeses d'aquestes competicions són a càrrec de la FCG (a excepció de les originades en la modalitat de conjunt). De la mateixa manera, serà la FCG la que designarà la persona o persones que han d'acompanyar les esportistes (a excepció de les originades en la modalitat de conjunt). Aquestes seran preferentment personal de la FCG.

Aquestes competicions són: Campionat d'Espanya en Edat Escolar Individual i Conjunt, Copa de la Reina Individual i Copa d'Espanya Individual Masculí.

- COMPETICIONS NACIONALS (amb participació com a representants dels clubs i amb limitació de participació):

La designació dels conjunts o esportistes individuals que han de participar en aquestes competicions serà decisió del Comitè Tècnic de la FCG i, en el cas que el nombre de participants superi les possibilitats de les inscripcions a aquestes competicions nacionals, aquesta designació es farà mitjançant un control.

En el cas de la modalitat de conjunt, el control es realitzarà en dues passades.

El control es realitzarà dins una competició o en una sessió organitzada a tal efecte i la designació de les jutges serà a càrrec de la FCG.

La classificació final, un cop preses en consideració totes les notes i les limitacions en la composició dels equips que poden afectar a la participació, determinarà les o els esportistes que poden participar-hi.

Les despeses dels i les esportistes i dels tècnics d'aquestes competicions són a càrrec dels clubs classificats.

Aquestes competicions són: Copa d'Espanya Conjunts.