

GIMNASIA ACROBÁTICA NORMATIVA JUDEX 2026



1. Categoría y modalidades.....	2
2. Programa técnico escolar.....	2
3. Programa técnico base.....	3
4. Desarrollo de la competición.....	7
5. Músicas.....	7
6. Diagrama de dificultad.....	7
7. Clasificación y medallas.....	7
8. Régimen disciplinario.....	7
9. Inscripciones.....	7
10. Transporte.....	8

1. Categoría y modalidades

nivel escolar	nivel base
Alevín: 2019 - 2014	Alevín: 2019 - 2013
Infantil: 2018 - 2013	Infantil: 2018 - 2012
Cadete: 2018 - 2011	Cadete: 2018 - 2010
Junior: 2016 - 2008	Junior: 2016 - 2007
Senior: 2015 o anteriores	Senior: 2014 o anteriores

Se establecen las siguientes modalidades de competición:

1. Parejas
2. Trios
3. Cuartetos

2. Programa técnico escolar

El contenido de los ejercicios debe corresponder con el Programa Técnico de cada una de las categorías que se detalla a continuación:

1. **Escolar alevín, infantil y cadete:**

Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado). La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.

Requisitos especiales para los Grupos

- 3 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 3 elementos de Grupo DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas.
- Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas.

Requisitos especiales para las Parejas

- 3 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 3 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas.
- Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas.

Tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento podrá tener más de 4 valores de dificultad.

El mérito técnico y artístico se valorará de acuerdo al Código FIG vigente.

Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de PAREJAS/GRUPOS (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.

La ausencia de cada requisito se penalizará con 1,0 puntos.

2. Escolar junior y senior:

- Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado). La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.
- No recibirán penalización por diferencia de talla.
- Se realizará un solo ejercicio combinado.
- Se realizará un apoyo invertido de manos o de hombros para cumplir el requisito de ejecutar un apoyo invertido de manos (ver imagen).



- Tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento podrá tener más de 4 valores de dificultad.

Por cada requisito que falte se penalizará con 1.0 punto.

3. Programa técnico base

El contenido de los ejercicios debe corresponder con el Programa Técnico de cada una de las categorías que se detalla a continuación:

1. Base alevín:

Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado). La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.

Requisitos especiales para los Grupos

- 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD Base Alevín.
- Se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO seleccionados de las TOD Base Infantil, de las TOD Alevín o las TOD FIG. Estos elementos opcionales de grupo deberán elegirse de filas diferentes

de los elementos obligatorios de grupo elegidos de las TOD Base Alevín. Los giros horizontales de 360°/540°/720°, SI pueden utilizarse como elementos opcionales.

- Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas.

Requisitos especiales para las Parejas

- 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD Base Alevín.
- Se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO y 1 elemento opcional de Pareja DINÁMICO seleccionado de las TOD Base Infantil, de las TOD Alevín o las TOD FIG. Estos elementos opcionales de pareja deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de pareja elegidos de las TOD Base Alevín.

Tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento podrá tener más de 4 valores de dificultad.

Los elementos individuales y los seleccionados de las TOD Base Infantil, de las TOD Alevín o las TOD FIG, sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.

El mérito técnico y artístico se valorará de acuerdo al Código FIG vigente.

Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de PAREJAS/GRUPOS (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.

La ausencia de cada requisito se penalizará con 1,0 puntos.

2. Infantil base:

Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado). La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.

Requisitos especiales para Grupos

- 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO seleccionados de diferentes filas de las TOD Base Infantil.
- Se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO seleccionados de las TOD Base Cadete, de las TOD Infantil o las TOD FIG. Estos elementos opcionales de grupo deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de grupo elegidos de las TOD Base Infantil. Los giros horizontales de 360°/540°/720°, SI pueden utilizarse como elementos opcionales.
- Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas

Requisitos especiales para Parejas

- 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de diferentes filas de las TOD Base Infantil.
- Se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO y 1 elemento opcional de Pareja DINÁMICO seleccionados de las TOD Base Cadete, de las TOD Infantil o las TOD FIG. Estos elementos opcionales de pareja deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de pareja elegidos de las TOD Base Infantil.

Como requisito especial, tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento podrá tener más de 6 valores de dificultad.

Los elementos individuales y los seleccionados de las TOD Base Cadete, de las TOD Infantil o las TOD FIG, sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.

El mérito técnico y artístico se valorará de acuerdo al Código FIG vigente.

Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de PAREJAS/GRUPOS (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así). Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.

La ausencia de cada requisito se penalizará con 1,0 puntos.

3. Cadete base:

Se realizará un solo ejercicio de competición (combinado). La duración máxima del ejercicio será de 2 minutos.

Requisitos especiales para Grupos

- 1 elemento de Grupo de EQUILIBRIO y 2 elementos de Grupo DINÁMICO seleccionados de diferentes filas de las TOD Base Cadete
- Además, se incluirán 1 elemento opcional de Grupo de EQUILIBRIO (valor entre 1-12 puntos) y 1 elemento opcional de Grupo DINÁMICO (valor entre 1-8 puntos) seleccionados de las TOD Age Group 11-16 o de las TOD FIG. Estos elementos opcionales de grupo deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de grupo elegidos de las TOD Base Cadete. Los giros horizontales de 360°/540°/720°, NO pueden utilizarse como elementos opcionales.
- Los elementos de dificultad de equilibrio deben ser construcciones separadas.

Requisitos especiales para Parejas

- 2 elementos de Pareja de EQUILIBRIO y 2 elementos de Pareja DINÁMICO, seleccionados de las TOD Base Cadete.
- Se incluirán 1 elemento opcional de Pareja de EQUILIBRIO (mantenido 3'' de valor entre 1 – 6 puntos) y 1 elemento opcional de

- Pareja DINÁMICO (de valor entre 1 y 8 puntos) seleccionados de las TOD Age Group 11-16o de las TOD FIG. Estos elementos opcionales de pareja deberán elegirse de filas diferentes de los elementos obligatorios de pareja elegidos de las TOD Base Cadete.

Como requisito especial, tanto en Parejas como en Grupos, los gimnastas también deberán presentar en su ejercicio 3 elementos individuales, ejecutados de manera simultánea y seleccionados de las TOD 11-16 o TOD FIG. Es obligatorio realizar un elemento de Tumbling. Ningún elemento deberá tener más de 8 valores de dificultad.

Tanto los elementos individuales como los seleccionados de las TOD FIG sirven para cumplir con los requisitos especiales, pero no se añade su valor a la dificultad del ejercicio.

El mérito técnico y artístico se valorará de acuerdo con el Código FIG vigente.

En los elementos opcionales elegidos de Parejas/Grupos se deberán tener en cuenta las directrices establecidas en el código FIG Age Group 11-16, y se aplicarán las penalizaciones correspondientes a tal efecto en caso de incumplimiento.

Se debe asistir al compañero en las recepciones al suelo de todos los elementos dinámicos de Parejas/Grupos (incluso si en el pictograma de las correspondientes TOD no viene reflejado así).

Cada vez que no se asista a un compañero en una recepción al suelo se penalizará con 0,5 puntos.

La ausencia de cada requisito se penalizará con 1,0 puntos.

4. Junior y senior base:

Para las categorías Júnior y Sénior regirá el Código de Puntuación, newsletters y actualizaciones vigentes de la Federación Internacional de Gimnasia:

La categoría BASE Junior y Senior se regirán por la normativa FIG correspondiente a dichos grupos de edad, con las siguientes consideraciones:

- No recibirán penalización por diferencia de talla.
- Se realizarán dos ejercicios, uno de equilibrio y otro dinámico. El resultado final se obtendrá de la suma de la nota de los dos ejercicios.
- Se permitirá realizar hasta 5 dismounts para asignar valor de dificultad.
- Se realizará un apoyo invertido de manos o de hombros para cumplir el requisito de ejecutar un apoyo invertido de manos (ver imagen).



Portor

Solo se concederá un bonus de 0,30 puntos en la nota final con arreglo a las siguientes características

- ejercicio EQUILIBRIO realizara mounts DV>9 puntos y realizar elementos de la categoría handstands en manos altas.
- ejercicio DINAMICO realizar elementos con 6/4 o más de rotación transversal (mortales) y realizar 360° o más en mínimo 4/4 de rotación transversal (piruetas).

Para que se reconozca su valor, los elementos sujetos a bonificación deberán figurar en las hojas de Tarifa rodeando el recuadro donde se ubica escribiendo la palabra BONUS
Por cada requisito que falte se penalizará con 1.0 punto.

4. Desarrollo de la competición

En la temporada de 2025 se realizará una única competición donde participarán todos los niveles y categorías.

5. Músicas

Las músicas deberán ser enviadas a la FEXG mínimo 5 días antes de la fecha de realización de la competición al correo electrónico musicas@fexgimnasia.es

6. Diagrama de dificultad

Los diagramas de dificultad (tariff sheet) deberán ser enviados debidamente cumplimentados por los clubes a la FEXG con 7 días de antelación al inicio de la competición, al correo electrónico info@fexgimnasia.es y en formato pdf o excel.

Todas las categorías y modalidades deberán presentar estos diagramas. Previamente a la competición se informará sobre las posibles correcciones en estos diagramas así como de la dinámica de competición.

7. Clasificación y medallas

- 1) Se entregarán medallas a los componentes de los tres primeros clasificados de cada categoría y nivel.
- 2) Todas las categorías con menos de dos inscritos tendrán que unirse entre sí siempre que pertenezcan a la misma categoría de edad (alevín, infantil, cadete, junior y senior) y se agruparán por modalidad en el grupo con menor número de inscritos (parejas con parejas y tríos con cuartetos).

- 3) En caso de haber empates, estos no se desharán y los implicados compartirán clasificación.

8. Régimen disciplinario

Se registrá por la Normativa General de Competiciones de la FEXG, por los Estatutos de la FEXG y por el Reglamento Disciplinario en todo lo referente a la tipificación de faltas, sanciones y órganos disciplinarios.

9. Inscripciones

Todos los participantes deberán ajustarse a la Normativa General FEXG 2026 y estar inscritos en los JUDEX, según las normas establecidas por la FEXG.

Las inscripciones a JUDEX se podrán hacer del 1 de Enero al 1 de Febrero de 2026

Para realizar las inscripciones JUDEX hay que seguir las indicaciones facilitadas por la FEXG.

Las inscripciones a la FEXG se realizarán siguiendo las edades según Normativa Nacional:

nivel escolar	nivel base
Alevín: 2019 - 2014	Alevín: 2019 - 2013
Infantil: 2018 - 2013	Infantil: 2018 - 2012
Cadete: 2018 - 2011	Cadete: 2018 - 2010
Junior: 2016 - 2008	Junior: 2016 - 2007
Senior: 2015 o anteriores	Senior: 2014 o anteriores

Para la inscripción de cada fase de competición JUDEX serán las propias de cada nivel.

Solo podrán participar en JUDEX técnicos con titulación acreditada acorde a la Ley de profesiones del deporte en Extremadura:

- Grado o Licenciatura en Ciencias del Deporte.
- Magisterio por Educación Física.
- TAFAD.
- Diplomas de Entrenadores de cualquier nivel, expedidos por la FEXG o la RFEG

No podrán acceder a pista personas no inscritas en JUDEX. Se recuerda que hay que cumplir las normas generales de competición JUDEX.

Las inscripciones a cada fase de competición JUDEX se realizarán a través de una hoja de



inscripción siguiendo las edades propias de cada nivel hasta la fecha indicada como límite de inscripción en el Calendario de competiciones Judex.

Se podrán hacer inscripciones a JUDEX fuera de plazo hasta 2 días antes de la competición pagando una penalización de 10€ por inscrito.

10. Transporte

Para todas las competiciones el transporte será gratuito exclusivamente para los participantes que aparezcan en las inscripciones, siempre y cuando se cumplan las condiciones que aparecen en la normativa general de competiciones.

Los clubes deberán solicitar el número de plazas de autobús junto con la inscripción a cada fase de competición.

Se comunicará lugar y hora de recogida.