



SECCIÓN 6:

NORMATIVA

TÉCNICA Y DE

COMPETICIÓN



CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

ÍNDICE DE LA SECCIÓN:

Portada	Página 1
Índice de la Sección	Página 2
1. Eventos, categorías y niveles a disputar en cada competición Nacional	Página 4
1.1. Campeonato de España de Individuales (Estilo Libre)	Página 4
1.2. Campeonato de España Técnico, de Conjuntos y de Majorettes	Página 5
1.3. Gran Premio FEBD	Página 6
1.4. Torneo Nacional “Twirl for Fun”	Página 7
2. Edades para las categorías de sexo femenino	Página 8
2.1. Edades en el evento de Estilo Libre	Página 8
2.1.1. Diferencia Sénior y Sénior +	Página 8
2.2. Edades en el evento de Solo 1 Bastón	Página 9
2.3. Edades en el evento de Solo 2 y 3 Bastones	Página 9
2.4. Edades en el evento de Artistic Twirl	Página 9
2.5. Edades en el evento de Programa Corto	Página 10
2.6. Edades en el evento de Cuerpo Libre	Página 10
3. Edades para las categorías de sexo masculino	Página 10
3.1. Edades en el evento de Estilo Libre	Página 11
3.1.1. Diferencia Sénior y Sénior +	Página 11
3.2. Edades en el evento de Solo 1 Bastón	Página 11
3.3. Edades en el evento de Solo 2 y 3 Bastones	Página 11
3.4. Edades en el evento de Artistic Twirl	Página 12
3.5. Edades en el evento de Programa Corto	Página 12
3.6. Edades en el evento de Cuerpo Libre	Página 12
4. Edades para las categorías mixtas	Página 13
4.1. Edades en el evento de Pareja	Página 13
4.2. Edades en el evento de Artistic Pair	Página 14
4.3. Edades en el evento de Duet	Página 14
4.4. Edades en el evento de Manos Libres	Página 15

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

4.5. Edades en el evento de Equipo	Página 15
4.6. Edades en el evento de Grupo Artístico	Página 16
4.7. Edades en el evento de Grupo de Majorettes	Página 16
5. Músicas y tiempos	Página 16
5.1. Músicas en el evento de Estilo Libre	Página 16
5.2. Músicas en el evento de Solo 1 Bastón	Página 17
5.3. Músicas en el evento de Solos 2 y 3 Bastones	Página 18
5.4. Músicas en el evento de Artistic Twirl	Página 19
5.5. Músicas en el evento de Programa Corto	Página 20
5.6. Músicas en el evento de Cuerpo Libre	Página 22
5.7. Músicas en el evento de Pareja	Página 23
5.8. Músicas en el evento de Artistic Pair	Página 25
5.9. Músicas en el evento de Duet	Página 25
5.10. Músicas en el evento de Manos Libres	Página 26
5.11. Músicas en el evento de Equipo	Página 27
5.12. Músicas en el evento de Grupo Artístico	Página 28
5.13. Músicas en el evento de Grupo de Majorettes	Página 29
5.14. Fallo en la reproducción	Página 29
6. Vestuario para la competición	Página 29
6.1. Vestuario específico para los eventos de Programa Corto y Cuerpo Libre	Página 30
7. Revisión de vestuario, bastón y edades	Página 31
8. Periodos de prueba de pista oficial	Página 32
9. Entrada y salida del “Área de competición”	Página 32
10. No aparición de los participantes	Página 32
11. Abandonos de pista	Página 33
11.1. Abandono de pista de un ejercicio Individual	Página 33
11.2. Abandono de pista de un ejercicio en Pareja	Página 33
11.3. Abandono de pista de un ejercicio en Conjunto	Página 34
12. Suspensión de un ejercicio	Página 34
13. Restricción técnica para los distintos niveles	Página 36
13.1. Definición de términos	Página 43
A1. Documento “Resumen normativa de vestuario”	Página 44

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

1. EVENTOS, CATEGORÍAS Y NIVELES A DISPUTAR EN CADA COMPETICIÓN NACIONAL

1.1. CAMPEONATO DE ESPAÑA DE INDIVIDUALES (ESTILO LIBRE)

CAMPEONATO DE ESPAÑA INDIVIDUALES (ESTILO LIBRE)									
EVENTO / CATEGORÍA	ALEVÍN	BENJAMÍN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL	JÚNIOR	JOVEN	SÉNIOR	SÉNIOR +
ESTILO LIBRE	-	B	A y B	ÉLITE, A y B	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE	ÉLITE, A y B	ÚNICO
SOLO 1 BASTÓN	-	-	-	-	-	-	-	-	-
SOLO 2-3 BASTONES	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ARTISTIC TWIRL	-	-	-	-	-	-	-	-	-
PROGRAMA CORTO	-	-	-	-	-	-	-	-	-
CUERPO LIBRE	-	-	-	-	-	-	-	-	-
PAREJA	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ARTISTIC PAIR	-	-	-	-	-	-	-	-	-
DUET	-	-	-	-	-	-	-	-	-
MANOS LIBRES	-	-	-	-	-	-	-	-	-
EQUIPO	-	-	-	-	-	-	-	-	-
GRUPO ARTÍSTICO	-	-	-	-	-	-	-	-	-
MAJORETTES	-	-	-	-	-	-	-	-	-

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

1.2. CAMPEONATO DE ESPAÑA TÉCNICO, DE CONJUNTOS Y DE MAJORETTES

CAMPEONATO DE ESPAÑA TÉCNICO, DE CONJUNTOS Y DE MAJORETTES									
EVENTO / CATEGORÍA	ALEVÍN	BENJAMÍN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL	JÚNIOR	JOVEN	SÉNIOR	SÉNIOR +
ESTILO LIBRE	-	-	-	-	-	-	-	-	-
SOLO 1 BASTÓN	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
SOLO 2-3 BASTONES	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
ARTISTIC TWIRL	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
PROGRAMA CORTO	-	-	-	ÉLITE	-	ÉLITE	ÉLITE	ÉLITE	-
CUERPO LIBRE	-	-	-	-	-	-	-	-	-
PAREJA	-	A y B	A y B	ÉLITE, A y B	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE	ÉLITE, A y B	-
ARTISTIC PAIR	-	B	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
DUET	-	B	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
MANOS LIBRES	-	-	-	-	-	-	-	-	-
EQUIPO	-	-	B	A y B	-	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
GRUPO ARTÍSTICO	-	-	-	ÚNICO	-	ÚNICO	-	ÚNICO	-
MAJORETTES	-	-	-	-	ÚNICO	ÚNICO	-	ÚNICO	-

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

1.3. GRAN PREMIO FEBD

GRAN PREMIO FEBD									
EVENTO / CATEGORÍA	ALEVÍN	BENJAMÍN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL	JÚNIOR	JOVEN	SÉNIOR	SÉNIOR +
ESTILO LIBRE	-	-	-	-	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE	ÉLITE, A y B	ÚNICO
SOLO 1 BASTÓN	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
SOLO 2-3 BASTONES	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
ARTISTIC TWIRL	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
PROGRAMA CORTO	-	-	-	-	A	ÉLITE y A	ÉLITE	ÉLITE y A	-
CUERPO LIBRE	-	-	-	-	-	-	-	-	-
PAREJA	-	-	-	-	A y B	ÉLITE, A y B	ÉLITE	ÉLITE, A y B	-
ARTISTIC PAIR	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
DUET	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
MANOS LIBRES	-	-	-	-	-	-	-	-	-
EQUIPO	-	-	-	-	-	ÉLITE, A y B	-	ÉLITE, A y B	-
GRUPO ARTÍSTICO	-	-	-	-	-	ÚNICO	-	ÚNICO	-
MAJORETTES	-	-	-	-	-	ÚNICO	-	ÚNICO	-

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

1.4. TORNEO NACIONAL “TWIRL FOR FUN”

TORNEO NACIONAL “TWIRL FOR FUN”									
EVENTO / CATEGORÍA	ALEVÍN	BENJAMÍN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL	JÚNIOR	JOVEN	SÉNIOR	SÉNIOR +
ESTILO LIBRE	BASE	B y BASE	A, B y BASE	ÉLITE, A, B y BASE	BASE	BASE	-	BASE	-
SOLO 1 BASTÓN	BASE	B y BASE	A, B y BASE	ÉLITE, A, B y BASE	BASE	BASE	-	BASE	-
SOLO 2-3 BASTONES	-	-	-	ÉLITE, A y B	-	-	-	-	-
ARTISTIC TWIRL	-	B y BASE	A, B y BASE	ÉLITE, A, B y BASE	BASE	BASE	-	BASE	-
PROGRAMA CORTO	-	-	A	ÉLITE y A	-	-	-	-	-
CUERPO LIBRE	-	-	-	B	-	B	-	B	-
PAREJA	-	B y BASE	A, B y BASE	ÉLITE, A, B y BASE	BASE	BASE	-	BASE	-
ARTISTIC PAIR	-	B y BASE	A, B y BASE	ÉLITE, A, B y BASE	BASE	BASE	-	BASE	-
DUET	-	B	A y B	ÉLITE, A y B	-	-	-	-	-
MANOS LIBRES	BASE	-	-	-	-	-	-	-	-
EQUIPO	-	-	B y BASE	A, B y BASE	-	BASE	-	BASE	-
GRUPO ARTÍSTICO	-	-	-	ÚNICO	-	-	-	-	-
MAJORETTES	-	-	-	-	-	-	-	-	-

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

2. EDADES PARA LAS CATEGORÍAS DE SEXO FEMENINO

La edad de los deportistas se cuenta en el año natural, es decir, del 1 de enero al 31 de diciembre, sin contar el mes de nacimiento. Ningún ejercicio podrá inscribirse en una categoría que no sea la suya y, en caso de que al detectar un error la categoría ya se haya disputado, quedará descalificado.

2.1. EDADES EN EL EVENTO DE ESTILO LIBRE

ESTILO LIBRE	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			entre 0 y 5
BENJAMÍN	-		6 o 7	6 o 7
INFANTIL	-	8 o 9	8 o 9	8 o 9
CADETE	10 u 11	10 u 11	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	-	entre 12 y 14	entre 12 y 14	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17
JÓVEN	18 o 19	-		
SÉNIOR	20 o más	18 o más	18 o más	18 o más
SÉNIOR +	18 o más (Nivel Único)			

Nota importante. Para la premiación de los Individuales / Estilo Libre Júnior Femenino Nivel Élite se realizarán dos premiaciones según las siguientes edades:

- **Estilo Libre Juvenil Femenino: entre 12 y 14 años.**
- **Estilo Libre Júnior Femenino: entre 15 y 17 años.**

2.1.1. DIFERENCIA SÉNIOR Y SÉNIOR +

La categoría Sénior + es para todos aquellos deportistas que a partir de los 18 o más años deseen competir sin formar parte de los Ránkings Anuales y, por tanto, no deseen disputar en competiciones internacionales.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

2.2. EDADES EN EL EVENTO DE SOLO 1 BASTÓN

SOLOS 1 BASTÓN	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			entre 0 y 5
BENJAMÍN	-		6 o 7	6 o 7
INFANTIL	-	8 o 9	8 o 9	8 o 9
CADETE	10 u 11	10 u 11	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	entre 12 y 14	entre 12 y 14	entre 12 y 14	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 15 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más	18 o más

2.3. EDADES EN EL EVENTO DE SOLO 2 Y 3 BASTONES

SOLOS 2 Y 3 BASTONES	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	10 u 11	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	entre 12 y 14	entre 12 y 14	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 15 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más

2.4. EDADES EN EL EVENTO DE ARTISTIC TWIRL

ARTISTIC TWIRL	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
BENJAMÍN	-		6 o 7
INFANTIL	-	8 o 9	8 o 9
CADETE	10 u 11	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	entre 12 y 14	entre 12 y 14	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 15 y 17	entre 15 y 17	entre 15 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

2.5. EDADES EN EL EVENTO DE PROGRAMA CORTO

PROGRAMA CORTO	NIVEL ÉLITE	NIVEL A
CADETE	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	-	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 15 y 17
JÓVEN	18 o 19	-
SÉNIOR	20 o más	18 o más

2.6. EDADES EN EL EVENTO DE CUERPO LIBRE

CUERPO LIBRE	NIVEL B
BENJAMÍN	6 o 7
INFANTIL	8 o 9
CADETE	10 u 11
JUVENIL	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 15 y 17
SÉNIOR	18 o más

3. EDADES PARA LAS CATEGORÍAS DE SEXO MASCULINO

La edad de los deportistas se cuenta en el año natural, es decir, del 1 de enero al 31 de diciembre, sin contar el mes de nacimiento. Ningún ejercicio podrá inscribirse en una categoría que no sea la suya y, en caso de que al detectar un error la categoría ya se haya disputado, quedará descalificado.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

3.1. EDADES EN EL EVENTO DE ESTILO LIBRE

ESTILO LIBRE	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			entre 0 y 5
CADETE	10 u 11	entre 8 y 11	entre 6 y 11	entre 6 y 11
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17
JÓVEN	18 o 19	-		
SÉNIOR	20 o más	18 o más	18 o más	18 o más
SÉNIOR +	18 o más (Nivel Único)			

3.1.1. DIFERENCIA SÉNIOR Y SÉNIOR +

La categoría Sénior + es para todos aquellos deportistas que a partir de los 18 o más años deseen competir sin formar parte de los Ránkings Anuales y, por tanto, no deseen disputar en competiciones internacionales.

3.2. EDADES EN EL EVENTO DE SOLO 1 BASTÓN

SOLOS 1 BASTÓN	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			entre 0 y 5
CADETE	entre 6 y 11	entre 6 y 11	entre 6 y 11	entre 6 y 11
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más	18 o más

3.3. EDADES EN EL EVENTO DE SOLO 2 Y 3 BASTONES

SOLOS 2 Y 3 BASTONES	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	10 u 11	10 u 11	10 u 11
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

3.4. EDADES EN EL EVENTO DE ARTISTIC TWIRL

ARTISTIC TWIRL	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	entre 6 y 11	entre 6 y 11	entre 6 y 11
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 12 y 17	entre 12 y 17
SÉNIOR	18 o más	18 o más	18 o más

3.5. EDADES EN EL EVENTO DE PROGRAMA CORTO

PROGRAMA CORTO	NIVEL ÉLITE	NIVEL A
CADETE	10 u 11	10 u 11
JÚNIOR	entre 12 y 17	entre 12 y 17
JÓVEN	18 o 19	-
SÉNIOR	20 o más	18 o más

3.6. EDADES EN EL EVENTO DE CUERPO LIBRE

CUERPO LIBRE	NIVEL B
CADETE	entre 6 y 11
JÚNIOR	entre 12 y 17
SÉNIOR	18 o más

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

4. EDADES PARA LAS CATEGORÍAS MIXTAS

La edad de los deportistas se cuenta en el año natural, es decir, del 1 de enero al 31 de diciembre, sin contar el mes de nacimiento. Ningún ejercicio podrá inscribirse en una categoría que no sea la suya y, en caso de que al detectar un error la categoría ya se haya disputado, quedará descalificado.

4.1. EDADES EN EL EVENTO DE PAREJA

En este evento se tendrán en cuenta los años del deportista de mayor edad.

PAREJAS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
BENJAMÍN	-		6 o 7	6 o 7
INFANTIL	-	8 o 9**	8 o 9	8 o 9
CADETE	10 u 11*	10 u 11**	10 u 11	10 u 11
JUVENIL	-	entre 12 y 14**	entre 12 y 14	entre 12 y 14
JÚNIOR	entre 12 y 17*	entre 15 y 17**	entre 15 y 17	entre 15 y 17
JÓVEN	18 o 19*		-	
SÉNIOR	20 o más*	18 o más**	18 o más	18 o más

*El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 10 años.

**El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 8 años.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

4.2. EDADES EN EL EVENTO DE ARTISTIC PAIR

En este evento se tendrán en cuenta los años del deportista de mayor edad.

ARTISTIC PAIR	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	10 u 11*	8 a 11	6 a 11
JÚNIOR	entre 12 y 17*	entre 12 y 17	entre 12 y 17
SÉNIOR	18 o más*	18 o más	18 o más

*El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 10 años.

4.3. EDADES EN EL EVENTO DE DUET

En este evento se tendrá en cuenta la suma de los años de los dos deportistas.

DUETS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	entre 20 y 23*	entre 16 y 23	entre 12 y 23
JÚNIOR	entre 24 y 35*	entre 24 y 35	entre 24 y 35
SÉNIOR	36 o más*	36 o más	36 o más

*El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 10 años.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

4.4. EDADES EN EL EVENTO DE MANOS LIBRES

En este evento se tendrá en cuenta la media de edad de todos los componentes. Los reservas no pueden modificar la categoría de edad.

MANOS LIBRES	NIVEL BASE
ALEVÍN	entre 0 y 8*

*El deportista de mayor edad deberá tener, como máximo, 8 años.

4.5. EDADES EN EL EVENTO DE EQUIPO

En este evento se tendrá en cuenta la media de edad de todos los componentes. Los reservas no pueden modificar la categoría de edad.

EQUIPOS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
INFANTIL	-	-	entre 6 y 9,99	entre 6 y 9,99
CADETE	-	entre 10 y 11,99*	entre 10 y 11,99	entre 10 y 11,99
JÚNIOR	-	entre 12 y 17,9*	entre 12 y 17,9	entre 12 y 17,9
SÉNIOR	-	18 o más*	18 o más	18 o más
ÚNICA	12 o más*	-	-	-

*El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 8 años.

Nota importante. Para la premiación de los Equipos Nivel Élite (categoría única) se realizarán dos premiaciones según las siguientes edades:

- Equipos Júnior: entre 12 y 17,9 años de media de edad.
- Equipos Sénior: 18 o más años de media de edad.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

4.6. EDADES EN EL EVENTO DE GRUPO ARTÍSTICO

En este evento se tendrá en cuenta la media de edad de todos los componentes. Los reservas no pueden modificar la categoría de edad.

GRUPOS ARTÍSTICOS	NIVEL ÚNICO
JÚNIOR	entre 8 y 17,9*
SÉNIOR	18 o más*

*El deportista de menor edad deberá tener, al menos, 8 años.

4.7. EDADES EN EL EVENTO DE GRUPO DE MAJORETTES

Ver todas las descripciones en la Sección específica para el evento de Grupos de Majorettes.

5. MÚSICAS Y TIEMPOS

5.1. MÚSICAS EN EL EVENTO DE ESTILO LIBRE

La música de cada ejercicio la escogerá el entrenador y/o deportista ya que es de elección libre. Es importante que se adapte a las cualidades artísticas del atleta.

Los participantes iniciarán su ejercicio con la primera nota musical y terminarán con la última nota de ésta. Cualquier movimiento ejecutado fuera del tiempo establecido o después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Las músicas podrán contener una señal acústica, como aviso del inicio de la pieza musical. Será cronometrada.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Todos los ejercicios tendrán 10 segundos de tiempo de tolerancia, tanto por defecto como por exceso del tiempo oficial. En caso de no llegar o sobrepasar los límites de tiempo establecidos, contabilizando los 10 segundos de tolerancia, el ejercicio será penalizado según lo establecido en la Sección correspondiente.

Los tiempos de las músicas en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

ESTILO LIBRE	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			0.45 a 1.00
BENJAMÍN	-		1.00 a 1.30	1.00
INFANTIL	-	1.00 a 1.30	1.00 a 1.30	1.00
CADETE	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00 a 1.30	1.00
JUVENIL	-	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00
JÚNIOR	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00
JÓVEN	1.30 a 2.00	-		
SÉNIOR	2.00 a 2.30	2.00 a 2.30	2.00 a 2.30	1.00
SÉNIOR +	2.00 a 2.30 (Nivel Único)			

5.2. MÚSICAS EN EL EVENTO DE SOLO 1 BASTÓN

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la WBTF o de la IBTF según la distribución de las Competiciones Internacionales.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

SOLOS 1 BASTÓN	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
ALEVÍN	-			máx. 1.44
BENJAMÍN	-		máx. 1.44	máx. 1.44
INFANTIL	-	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44
CADETE	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44
JUVENIL	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44
JÚNIOR	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44
SÉNIOR	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44	máx. 1.44

5.3. MÚSICAS EN LOS EVENTOS DE SOLOS 2 Y 3 BASTONES

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la WBTF o de la IBTF según la distribución de las Competiciones Internacionales.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Los tiempos de la música de las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

SOLOS 2 Y 3 BASTONES	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
CADETE	máx. 1,29	máx. 1,29	máx. 1,29
JUVENIL	máx. 1,29	máx. 1,29	máx. 1,29
JÚNIOR	máx. 1,29	máx. 1,29	máx. 1,29
SÉNIOR	máx. 1,29	máx. 1,29	máx. 1,29

5.4. MÚSICAS EN EL EVENTO DE ARTISTIC TWIRL

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la IBTF.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

ARTISTIC TWIRL	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
BENJAMÍN	-		máx 1.45
INFANTIL	-	máx 1.45	máx 1.45
CADETE	máx 1.45	máx 1.45	máx 1.45
JUVENIL	máx 1.45	máx 1.45	máx 1.45
JÚNIOR	máx 1.45	máx 1.45	máx 1.45
SÉNIOR	máx 1.45	máx 1.45	máx 1.45

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

5.5. MÚSICAS EN EL EVENTO DE PROGRAMA CORTO

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la WBTF. Es importante recordar que en el Nivel A se realizan los movimientos del Programa Corto sin la utilización de ninguna música.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Existe una diferencia clara entre la música de las categorías femeninas y las masculinas. El título de cada una de las músicas es la siguiente:

- Título de la música femenina: “Into the Splendid World”.
- Título de la música masculina: “Challenge to the Future”.

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

PROGRAMA CORTO	NIVEL ÉLITE	NIVEL A
CADETE	1.17	Sin música
JUVENIL	-	Sin música
JÚNIOR	1.17	Sin música
JÓVEN	1.17	-
SÉNIOR	1.17	Sin música

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Se debe tener en cuenta que en este evento todos los movimientos obligatorios deben realizarse en los tiempos estipulados tal y como se detalla a continuación:

Tiempo	Contenido (<i>Júnior realiza únicamente los movimientos obligatorios</i>)
8	Introducción (material accesorio)
8	
8	1. Lanzamiento desplazado (lanzamiento vertical MD, doble paso, zancada, recogida MD simple)
8	Material accesorio
8	2. Lanzamiento vertical 1 ½ giro, recogida nuca, MD bucle vertical de cara
8	Material accesorio
8	3. 4 rolados de codo con apertura lateral (obl. nº7)
8	Material accesorio
8	4. 2 ½ rolados de nuca horizontales (obl. nº8)
8	Material accesorio
8	5. Lanzamiento horizontal ME, 1 ½ giro a derecha, recogida espalda MD, bucle vertical MD cara
8	Material accesorio
8	6A. Serie de material de contacto en vertical
8	Material accesorio
8	6B. Serie de material de contacto en horizontal
8	Material accesorio
8	7. Lanzamiento vertical MD, ilusión al revés, recogida MD simple
8	Material accesorio
8	8. Lanzamiento vertical MD, 2 giros a izquierda, recogida MI (obl. nº9)
8	Final (material accesorio)

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

5.6. MÚSICAS EN EL EVENTO DE CUERPO LIBRE

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la WBTF para el evento de Programa Corto.

Existe una diferencia clara entre la música de las categorías femeninas y las masculinas. El título de cada una de las músicas es la siguiente:

- Título de la música femenina: “Into the Splendid World”.
- Título de la música masculina: “Challenge to the Future”.

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

CUERPO LIBRE	NIVEL B
BENJAMÍN	1.17
INFANTIL	1.17
CADETE	1.17
JUVENIL	1.17
JÚNIOR	1.17
SÉNIOR	1.17

Se debe tener en cuenta que en este evento todos los movimientos obligatorios deben realizarse en los tiempos estipulados tal y como se puede ver en el “Video de Ejemplo de Cuerpo Libre” de la Comisión Twirling de la FEBD y como se detalla a continuación:

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Tiempo	Contenido
8	Preparación
8	
8	1. Lanzamiento desplazado (lanzamiento vertical MD, doble paso, zancada, recogida MD simple)
8	Preparación
8	2. Lanzamiento vertical 1 ½ giro, recogida nuca, MD bucle vertical de cara
8	Preparación
8	3. 4 rolados de codo con apertura lateral (obl. nº7)
8	Preparación
8	4. 2 ½ rolados de nuca horizontales (obl. nº8)
8	Preparación
8	5. Lanzamiento horizontal ME, 1 ½ giro a derecha, recogida espalda MD, bucle vertical MD cara
8	Preparación
8	6A. Serie de material de contacto en vertical
8	Preparación
8	6B. Serie de material de contacto en horizontal
8	Preparación
8	7. Lanzamiento vertical MD, ilusión al revés, recogida MD simple
8	Preparación
8	8. Lanzamiento vertical MD, 2 giros a izquierda, recogida MI (obl. nº9)
8	Saludo final

5.7. MÚSICAS EN EL EVENTO DE PAREJA

La música de cada ejercicio la escogerá el entrenador y/o deportistas ya que es de elección libre. Es importante que se adapte a las cualidades artísticas de los atletas.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Los participantes iniciarán su ejercicio con la primera nota musical y terminarán con la última nota de ésta. Cualquier movimiento ejecutado fuera del tiempo establecido o después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Las músicas podrán contener una señal acústica, como aviso del inicio de la pieza musical. Será cronometrada.

Todos los ejercicios tendrán 10 segundos de tiempo de tolerancia, tanto por defecto como por exceso del tiempo oficial. En caso de no llegar o sobrepasar los límites de tiempo establecidos, contabilizando los 10 segundos de tolerancia, el ejercicio será penalizado según lo establecido en la Sección correspondiente.

Los tiempos de las músicas en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

PAREJAS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
BENJAMÍN	-		1.00 a 1.30	1.00
INFANTIL	-	1.00 a 1.30	1.00 a 1.30	1.00
CADETE	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00
JUVENIL	-	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00
JÚNIOR	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.30 a 2.00	1.00
JÓVEN	1.30 a 2.00	-		
SÉNIOR	2.00 a 2.30	2.00 a 2.30	2.00 a 2.30	1.00

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

5.8. MÚSICAS EN EL EVENTO DE ARTISTIC TWIRL

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la IBTF.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

ARTISTIC PAIR	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
BENJAMÍN	-	-	máx.1.45
INFANTIL	-	máx.1.45	máx.1.45
CADETE	máx.1.45	máx.1.45	máx.1.45
JUVENIL	máx.1.45	máx.1.45	máx.1.45
JÚNIOR	máx.1.45	máx.1.45	máx.1.45
SÉNIOR	máx.1.45	máx.1.45	máx.1.45

5.9. MÚSICAS EN EL EVENTO DE DUET

La música **obligatoria** a utilizar será la oficial de la IBTF.

No existe un tiempo mínimo límite pero los deportistas deberán finalizar su ejercicio antes de la última nota musical después de haber iniciado con la primera de ellas. Cualquier movimiento ejecutado después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Los tiempos de la música en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

DUETS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B
BENJAMÍN	-		máx. 2.00
INFANTIL	-	máx. 2.00	máx. 2.00
CADETE	máx. 2.00	máx. 2.00	máx. 2.00
JUVENIL	máx. 2.00	máx. 2.00	máx. 2.00
JÚNIOR	máx. 2.00	máx. 2.00	máx. 2.00
SÉNIOR	máx. 2.00	máx. 2.00	máx. 2.00

5.10. MÚSICAS EN EL EVENTO DE MANOS LIBRES

La música de cada ejercicio la escogerá el entrenador y/o deportistas ya que es de elección libre. Es importante que se adapte a las cualidades artísticas de los atletas.

Los participantes iniciarán su ejercicio con la primera nota musical y terminarán con la última nota de ésta. Cualquier movimiento ejecutado fuera del tiempo establecido o después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Las músicas podrán contener una señal acústica, como aviso del inicio de la pieza musical. Será cronometrada.

Todos los ejercicios tendrán 10 segundos de tiempo de tolerancia, tanto por defecto como por exceso del tiempo oficial. En caso de no llegar o sobrepasar los límites de tiempo establecidos, contabilizando los 10 segundos de tolerancia, el ejercicio será penalizado según lo establecido en la Sección correspondiente.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Los tiempos de las músicas en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

MANOS LIBRES	NIVEL BASE
ALEVÍN	1.00 a 2.00

5.11. MÚSICAS EN EL EVENTO DE EQUIPO

La música de cada ejercicio la escogerá el entrenador y/o deportistas ya que es de elección libre. Es importante que se adapte a las cualidades artísticas de los atletas.

Los participantes iniciarán su ejercicio con la primera nota musical y terminarán con la última nota de ésta. Cualquier movimiento ejecutado fuera del tiempo establecido o después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Las músicas podrán contener una señal acústica, como aviso del inicio de la pieza musical. Será cronometrada.

Todos los ejercicios tendrán 10 segundos de tiempo de tolerancia, tanto por defecto como por exceso del tiempo oficial. En caso de no llegar o sobrepasar los límites de tiempo establecidos, contabilizando los 10 segundos de tolerancia, el ejercicio será penalizado según lo establecido en la Sección correspondiente.

Todos los Equipos disponen de 1 minuto para entrar en el área de competición y así mismo disponen de 1 minuto para abandonarla una vez finalizada la última nota musical.

Los tiempos de las músicas en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

EQUIPOS	NIVEL ÉLITE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL BASE
INFANTIL	-	-	2.00 a 2.30	1.30 a 2.00
CADETE	-	3.00 a 3.30	2.30 a 3.00	1.30 a 2.00
JÚNIOR	-	3.00 a 3.30	3.00 a 3.30	1.30 a 2.00
SÉNIOR	-	3.00 a 3.30	3.00 a 3.30	1.30 a 2.00
ÚNICA	3.00 a 3.30	-	-	-

5.12. MÚSICAS EN EL EVENTO DE GRUPO ARTÍSTICO

La música de cada ejercicio la escogerá el entrenador y/o deportistas ya que es de elección libre. Es importante que se adapte a las cualidades artísticas de los atletas.

Los participantes iniciarán su ejercicio con la primera nota musical y terminarán con la última nota de ésta. Cualquier movimiento ejecutado fuera del tiempo establecido o después de la última nota musical no será contabilizado por los jueces.

Las músicas podrán contener una señal acústica, como aviso del inicio de la pieza musical. Será cronometrada.

Todos los ejercicios tendrán 10 segundos de tiempo de tolerancia, tanto por defecto como por exceso del tiempo oficial. En caso de no llegar o sobrepasar los límites de tiempo establecidos, contabilizando los 10 segundos de tolerancia, el ejercicio será penalizado según lo establecido en la Sección correspondiente.

Todos los Grupos disponen de 1 minuto para entrar en el área de competición y así mismo disponen de 1 minuto para abandonarla una vez finalizada la última nota musical.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Los tiempos de las músicas en las categorías en las que se disputa este evento serán los siguientes:

GRUPOS ARTÍSTICOS	NIVEL ÚNICO
JÚNIOR	3.00 a 3.30
SÉNIOR	3.00 a 3.30

5.13. MÚSICAS EN EL EVENTO DE GRUPO DE MAJORETTES

Ver todas las descripciones en la Sección específica para el evento de Grupos de Majorettes.

5.14. FALLO EN LA REPRODUCCIÓN

En el supuesto que hubiera un fallo en las reproducciones de las músicas por problemas técnicos (interrupción del fluido eléctrico, por ejemplo) los participantes podrán volver a repetir su ejercicio inmediatamente al final de su categoría y será el técnico del Club afectado el que decida si quiere que se le valore desde el inicio o a partir del momento del accidente.

6. VESTUARIO PARA LA COMPETICIÓN

El vestuario es totalmente libre, pero los participantes deberán recordar que es un evento DEPORTIVO. Se permite cualquier tejido y color. Se permite llevar cualquier ornamento exceptuando alambres o sujetadores con alambres.

Las zapatillas podrán ser de Twirling, gimnasia, jazz o danza y de cualquier color.

En el cabello se permite el uso de cualquier aplique. No se permiten lacas de colores.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

En la cabeza no se permite el uso de gorras o gorros y capuchas así como tampoco objetos que cubran la cara.

Está prohibido el uso de relojes, pulseras, cadenas, anillos...

Únicamente se permiten los pendientes tales como piedras, perlas, o similares en el Solo 1 Bastón, Solo 2 Bastones, Artistic Twirl, Artistic Pair y en el evento de Duet. No se permiten los que cuelguen y quedan totalmente prohibidos en los eventos de Estilo Libre, Programa Corto, Cuerpo Libre, Parejas, Manos Libres, Equipos y Grupos Artísticos.

No se permite el maquillaje de fantasía en la cara (lentejuelas, piedras o dibujos).

Anexado a esta Sección podéis encontrar el Documento “Resumen normativa de vestuario”.

6.1. VESTUARIO ESPECÍFICO PARA LOS EVENTOS DE PROGRAMA CORTO Y CUERPO LIBRE

Para las categorías femeninas será un maillot sin ningún ornamento (se exceptúa el escudo del club o localidad), de color negro o del color/colores del escudo, bandera o eslogan del Club o su localidad.

Las categorías masculinas incorporarán un pantalón largo y en la parte superior se permite el uso de maillot o camiseta con el escote en forma de “V” o de “U”.

Las zapatillas serán de color beige, negro o blanco, de twirling, gimnasia, jazz o danza y, únicamente para las categorías masculinas, podrán ser además de cualquier otro color pero siempre del mismo color que el pantalón.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

En las categorías femeninas no se permiten calcetines, solo medias de color carne y sin costuras visibles.

El maquillaje no está permitido (únicamente base y raya de los ojos en negro).

El cabello estará recogido en un moño. En el caso de los chicos, únicamente si es largo.

No se permite ningún aplique o adorno en el cabello.

7. REVISIÓN DE VESTUARIO, BASTÓN Y EDADES

Será obligación de los participantes hacer el repaso de bastón, vestuario y de edades unos minutos antes de su actuación.

Esta revisión se realizará por parte del Juez de Pista en el momento de acceso al “Área de Calentamiento”. Para hacer tal comprobación **se podrá solicitar** al deportista o entrenador y justo en ese momento, el DNI, el pasaporte, el libro de familia o una fotocopia compulsada de alguno de estos documentos en dónde se pueda comprobar la fecha de nacimiento del deportista.

Si un participante, intencionadamente, no repara la infracción notificada por el Juez de Pista, en caso de que la haya, éste lo notificará al Presidente del Jurado o al Director Técnico para su descalificación inmediata.

Una vez el participante haya pasado el repaso por parte del Juez de Pista, y este no haya visto ninguna infracción y el deportista ya haya iniciado su ejercicio, el atleta no podrá ser sancionado.

8. PERÍODOS DE PRUEBA DE PISTA OFICIAL

Todos los eventos y categorías en competición dispondrán de un tiempo concreto en el que los participantes podrán probar la pista. Éstos podrán estar acompañados de sus entrenadores siempre que dispongan de la titulación de técnico.

Durante estos períodos ningún participante al que no le corresponda podrá acceder a la pista.

9. ENTRADA Y SALIDA DEL ÁREA DE COMPETICIÓN

La entrada a pista se efectuará desde el “Área de Calentamiento”

Ningún acompañante podrá entrar en el área de competición.

Se permite que el entrenador/a esté en pista, fuera del área de competición, durante los ejercicios de las categorías Benjamín e Infantil en los Niveles B y Base.

Una vez termine el ejercicio, el o los deportistas se dirigirán al “Área de puntuaciones” o “Kiss and cry”, en la que podrán estar acompañados/as por hasta 2 entrenadores.

Obtenida la puntuación, los deportistas y entrenadores deberán abandonar la pista lo más rápido posible antes de que el siguiente deportista o deportistas inicien sus ejercicios.

10. NO APARICIÓN DE LOS PARTICIPANTES

Si un participante o conjunto no se presenta tras ser anunciado por el “speaker” antes de 1 minuto, y sin justificar su ausencia, será directamente descalificado.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

Si un participante no puede competir en el lugar que le corresponde por causas mayores **ocurridas momentos antes del inicio de la categoría** lo comunicará al Director Técnico antes del inicio de la competición y será éste quien determinará si puede retrasar su actuación. **Los demás competidores serán informados debidamente.**

11. ABANDONOS DE PISTA

11.1. ABANDONO DE PISTA DE UN EJERCICIO INDIVIDUAL

Si un deportista, en cualquier evento Individual, está realizando su ejercicio y abandona el área de competición sin motivos justificados, será descalificado inmediatamente. Si está realizando su actuación y abandona el área de competición por motivos de salud y el ejercicio ha llegado al mínimo de tiempo establecido, el ejercicio será juzgado y no repetirá su actuación. En caso de no llegar al tiempo mínimo establecido y si el deportista puede retomar la competición, el ejercicio será repetido al final de su categoría y será juzgado a partir del momento del accidente. Si no se ha llegado a ejecutar el tiempo mínimo la puntuación será 0.

11.2. ABANDONO DE PISTA DE UN EJERCICIO EN PAREJA

Si un componente de una Pareja que esté realizando su actuación abandona el área de competición sin motivos justificados la Pareja será descalificada inmediatamente. Si está realizando su actuación abandona el área de competición por motivos de salud y la Pareja ha llegado al mínimo de tiempo establecido el ejercicio será juzgado y no repetirá su actuación. En caso de no llegar al tiempo mínimo establecido, y si el deportista puede retomar la competición, el ejercicio será repetido al final de su categoría y será juzgado a partir del momento del accidente.

11.3. ABANDONO DE PISTA DE UN EJERCICIO EN CONJUNTO

Si un conjunto con el mínimo de componentes (5 en el caso de los Equipos / 10 en el de los Grupos Artísticos y Grupos de Majorettes) que esté realizando su actuación abandona el área de competición sin motivos justificados, el conjunto será descalificado inmediatamente, disponga o no de reservas.

En el caso de que uno de los componentes del Conjunto abandone el área de competición y el resto de los miembros del Equipo, Grupo o Grupo de Majorettes, sumen, como mínimo, 5 o 10 deportistas respectivamente, el Conjunto podrá seguir compitiendo sin parar de ejecutar el ejercicio en ningún momento.

Si un Conjunto que esté realizando su actuación abandona el área de competición por motivos de salud de uno de sus componentes y el Conjunto ha llegado al mínimo de tiempo establecido, será juzgado por lo realizado hasta el momento y no repetirá su actuación. En caso de no alcanzar el mínimo de tiempo establecido podrán optar por actuar de nuevo con el deportista afectado al final de la Categoría y se les valorará lo ejecutado la primera vez hasta el momento del accidente y el final ejecutado en la segunda actuación o por actuar de nuevo con el reserva también al final de la categoría y se les valorará, igualmente, lo ejecutado por la primera vez hasta el momento del accidente y el final ejecutado en la segunda actuación.

12. SUSPENSIÓN DE UN EJERCICIO

Solo podrán tomar la decisión de suspender un ejercicio el Director Técnico y el Presidente del Jurado bajo acuerdo y deberá ser por alguno de los siguientes motivos:

1. Problemas técnicos con la música (mal funcionamiento del lector de CD, interrupción del fluido eléctrico, etc.).
2. Por problemas de iluminación (que las luces sufran un bajón o apagón).

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

3. Presencia de personas u objetos en la pista.
4. Accidente sobre sí mismo que ocasione daños físicos a la persona.
5. Rotura o incidente del vestuario que provoque la muestra de partes íntimas del deportista o rotura del bastón.

El ejercicio deberá volver a ser valorado desde el inicio.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

13. RESTRICCIÓN TÉCNICA PARA LOS DISTINTOS NIVELES

TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO NIVEL BASE	
ESTILO LIBRE, SOLO 1 BASTÓN, ARTISTIC TWIRL, ARTISTIC PAIR, PAREJAS Y CONJUNTOS	
MOVIMIENTOS	NIVEL BASE
<u>GIROS</u>	1 Giro: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.
<u>GIMNASIA</u>	MOVIMIENTOS PERMITIDOS SIN LANZAMIENTO: - Rueda con dos manos - Paloma con dos manos - Spagat (suelo o aéreo) - Equilibrios sobre una pierna (incluida la ilusión) - Agarres y/o lanzamientos de piernas
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	Se permite la utilización de un movimiento MENOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Bajar al suelo de rodillas, spagat en el suelo. <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.
<u>RECOGIDAS CON DIFICULTAD</u>	Se permite la ejecución de un lanzamiento simple (sin ningún elemento de cuerpo bajo el lanzamiento): <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción sin restricción.
<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	No permitidos.
<u>ROLADOS</u>	SIMPLES: - Puños / Brazos (Derecho y revés) - Codo / Codo + mano (Derecho y revés) - Cintura / Rodillas / Piernas (Horizontales y/o verticales) Estos rolados no podrán ser combinados entre ellos.
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	- Figuras 8 (Ruedas, Fouettés, etc) - Pretzels FLIPS (sin ningún elemento de cuerpo bajo el flip): - Lanzamiento sin restricción. - Recogida sin restricción.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

**TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO NIVELES B Y A
INDIVIDUALES ESTILO LIBRE, SOLO 1 BASTÓN, ARTISTIC TWIRL, ARTISTIC PAIR**

MOVIMIENTOS	NIVEL B	NIVEL A
<u>GIROS</u>	<p>1 Giro y 2 Giros (únicamente en Juvenil, Júnior y Sénior) <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p> <p>3 Giros (únicamente en Juvenil, Júnior y Sénior) 2 Giros (en Benjamín, Infantil y Cadete) <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>	<p>1 Giro, 2 Giros y 3 Giros (únicamente en Juvenil, Júnior y Sénior) <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p> <p>4 Giros (únicamente en Juvenil, Júnior y Sénior) 3 Giros (en Infantil y Cadete) <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>
<u>GIMNASIA AERIA</u> <u>SIN MANOS</u>	No permitida.	<p>ÚNICAMENTE se permite la RUEDA sin manos bajo el lanzamiento. Ruedas sin manos no pueden ser combinadas con otros movimientos de cuerpo. No está permitido cualquier otro movimiento de gimnasia aérea. <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p>
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	<p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos) <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p> <p>+ Se permite la utilización de un movimiento MENOR (*) bajo el lanzamiento. <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción Recepción sin restricción <u>Cuerpo</u> Sin restricción</p>	<p>+ Se permite la combinación de 2 GIROS + 1 movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. 2 giros + Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos). <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p> <p>+ Se permite la combinación de 1 GIRO + movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. 1 giro + Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos). <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción Recepción sin restricción <u>Cuerpo</u> Sin restricción</p> <p>+ Se permite la combinación de Grand Jeté + movimiento MAYOR (*). <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar Recepción estándar <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p> <p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) con una o dos manos bajo el lanzamiento. <u>Bastón:</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo:</u> Sin restricción.</p>

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	No permitidos.	Se permite la combinación de dos movimientos MAYORES (*) bajo el lanzamiento. Ej. 2 Palomas/Ruedas/Ilusiones Ej. 1 Ilusión + Rueda / Paloma Ej. 1 Rueda + Paloma <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.
<u>ROLADOS</u>	FREESTYLE: Sin restricción. SOLO 1 BASTÓN, ARTISTIC TWIRL Y ARTISTIC PAIR: - No se permite el rolado libre de garganta “gola” con o sin manos. - No se permite rolado en forma de 8 ni frontal ni nuca. - No se permiten “Monsters” ni totales ni parciales.	Sin restricción.
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	Sin restricción.	Sin restricción.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

**TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO NIVELES B Y A
SOLOS 2 BASTONES**

MOVIMIENTOS	NIVEL B	NIVEL A
<u>GIROS</u>	<p>1 Giro: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p>	<p>2 Giros: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p>
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	<p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos) <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>	<p>+ Se permite la combinación de 1 GIRO + 1 movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. 1 giro + Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos). <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>
<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	<p>No permitidos.</p>	<p>Se permite 1 lanzamiento con la combinación de dos movimientos MAYORES (*) bajo el lanzamiento. Ej. 2 Palomas/Ruedas/Ilusiones Ej. 1 Ilusión + Rueda / Paloma Ej. 1 Rueda + Paloma <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>
<u>ROLADOS</u>	<p>- No se permite el rolado libre de garganta "gola" con o sin manos. - No se permite rolado en forma de 8 ni frontal ni nuca. - No se permiten "Monsters" ni totales ni parciales.</p>	<p>- Se permite el "Montser" parcial, haciendo una rotación de 360 grados sobre un brazo.</p>
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	<p>Sin restricción.</p>	<p>Sin restricción.</p>

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO NIVELES B Y A SOLOS 3 BASTONES

MOVIMIENTOS	NIVEL B	NIVEL A
<u>GIROS</u>	<p>1 Giro: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p>	<p>2 Giros: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p>
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	<p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos) <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Sin restricción. Se permite un triple lanzamiento (lanzar los 3 bastones antes de coger el primero).</p>	<p>+ Se permite la combinación de 1 GIRO + 1 movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. 1 giro + Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos). <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Sin restricción. Se permiten dos triple lanzamientos (lanzar los 3 bastones antes de coger el primero).</p>
<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	No permitidos.	No permitidos.
<u>ROLADOS</u>	<ul style="list-style-type: none"> - No se permite el rolado libre de garganta "gola" con o sin manos. - No se permite rolado en forma de 8 ni frontal ni nuca. - No se permiten "Monsters" ni totales ni parciales. 	- Se permite el "Montser" parcial, haciendo una rotación de 360 grados sobre un brazo.
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	Sin restricción.	Sin restricción.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

**TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO NIVELES B Y A
PAREJAS Y EQUIPOS**

MOVIMIENTOS	NIVEL B	NIVEL A
<u>GIROS</u>	<p>1 Giro: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p> <p>2 Giros: <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>	<p>1-2 Giros: <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p> <p>3 Giros: <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p>
<u>GIMNASIA AERIA SIN MANOS</u>	No permitida a ningún componente.	No permitida a ningún componente.
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	<p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos) <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción.</p> <p>+ Se permite la utilización de un movimiento MENOR (*) bajo el lanzamiento. <u>Bastón</u> Lanzamiento sin restricción Recepción sin restricción <u>Cuerpo</u> Sin restricción</p>	<p>+ Se permite la combinación de 1 GIRO + movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. 1 giro + Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos). <u>Bastón</u> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <u>Cuerpo</u> Sin restricción</p> <p>+ Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) con una o dos manos bajo el lanzamiento. <u>Bastón:</u> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <u>Cuerpo:</u> Sin restricción.</p>
<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	No permitidos a ningún componente.	No permitidos a ningún componente.
<u>ROLADOS</u>	Sin restricción.	Sin restricción.
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	Sin restricción.	Sin restricción.

CÓDIGO DE COMPETICIÓN ESPECIALIDAD TWIRLING

TABLA DE RESTRICCIÓN DEL CONTENIDO GRUPOS ARTÍSTICOS

MOVIMIENTOS	NIVEL ÚNICO
<u>GIROS</u>	<p>1 Giro: <i>Bastón</i> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción. <i>Cuerpo</i> Lanzamiento sin restricción. Recepción sin restricción.</p> <p>2 Giros: <i>Bastón</i> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <i>Cuerpo</i> Sin restricción.</p>
<u>GIMNASIA AERIA SIN MANOS</u>	No permitida a ningún componente, ni con ni sin bastón.
<u>ESTACIONARIOS Y DESPLAZADOS</u>	<p>Se permite la utilización de UN ÚNICO movimiento MAYOR (*) bajo el lanzamiento. Ej. Ilusión, Rueda o Paloma (con una o dos manos)</p> <p><i>Bastón</i> Lanzamiento estándar. Recepción estándar. <i>Cuerpo</i> Sin restricción.</p>
<u>DOBLES ELEMENTOS</u>	No permitidos a ningún componente.
<u>ROLADOS</u>	<ul style="list-style-type: none"> - No se permite el rolado libre de garganta “gola” con o sin manos. - No se permite rolado en forma de 8 ni frontal ni nuca. - No se permiten “Monsters” ni totales ni parciales.
<u>MATERIAL DE CONTACTO</u>	Sin restricción.

DEFINICIÓN DE TÉRMINOS:

- **Recogida Estándar** – se refiere al tipo de recogida. Recogida Vertical o Horizontal MD – MI (mano Derecha/Izquierda).
- **Lanzamiento estándar**- lanzamiento con dedo (flip) Vertical MD o MI. Lanzamiento mano abierta Vertical MD o MI o lanzamiento Horizontal MD o MI. En los 2 y 3 Bastones, lanzar ambos bastones a mano abierta también es lanzamiento estándar.
- **Movimientos mayores de cuerpo**: Un movimiento que requiere de un control, flexibilidad, fuerza, amplitud y extensión significativa. Cualquier movimiento de cuerpo que para ejecutarlo se precisen **tres pasos**: rueda, paloma, remontado, ilusión, agarre de pierna, bajada al suelo “croqueta”, voltereta, attitude, spagat, grand jeté, tour jeté...
- **Movimientos menores de cuerpo**: un movimiento que no requiere un control, flexibilidad, fuerza, amplitud o extensión significativos y, además, no requiere rotaciones corporales o maniobrar el cuerpo boca abajo. Estos movimientos tendrán **2 pasos** de ejecución. Esta clasificación incluye movimientos como: bajadas al suelo de rodillas, bajadas al suelo spagat (frontal o lateral), lanzamientos de piernas...

ANEXO 1.

RESUMEN

NORMATIVA DE

VESTUARIO

RESUMEN NORMATIVA DE VESTUARIO

	EVENTOS TÉCNICOS	PROGRAMA CORTO	ESTILO LIBRE / PAREJA EQUIPO / GRUPO
VESTUARIO	<p>Vestuario libre (cualquier tejido y color).</p> <p>NO permitidos alambres o sujetadores con alambres.</p>	<p>FEMENINO: Maillot sin ornamentos (excepto el escudo del club o localidad). Negro o del color del escudo o bandera del club o la localidad. No se permiten calcetines, solo medias color carne y sin costuras visibles.</p> <p>MASCULINO: Pantalón largo. En la parte superior, uso de maillot o camiseta con escote "V" o "U". Negro o del color del escudo o bandera del club o la localidad.</p>	<p>Vestuario libre (cualquier tejido y color).</p> <p>NO permitidos alambres o sujetadores con alambres.</p>
ZAPATILLAS	<p>Twirling, gimnasia, jazz o danza. Permitido cualquier color.</p>	<p>Twirling, gimnasia, jazz o danza. F: beige, negro o blanco. M: beige, negro, blanco o del color del pantalón.</p>	<p>Twirling, gimnasia, jazz o danza. Permitido cualquier color.</p>
CABEZA	<p>Permitido el uso de apliques. NO permitido el uso de gorras, capuchas ni objetos que cubran la cara. NO permitida laca de color en el cabello.</p>	<p>F: Cabello recogido en un moño. M: Cabello, si es largo, recogido en una coleta. NO se permite el uso de apliques o adornos en el cabello.</p>	<p>Permitido el uso de apliques. NO permitido el uso de gorras, capuchas ni objetos que cubran la cara.</p>
COMPLEMENTOS	<p>NO permitido el uso de relojes, pulseras, cadenas y anillos. Se permiten pendientes como piedras o perlas. NO se permite el uso de pendientes que cuelguen.</p>	<p>NO permitido el uso de relojes, pulseras, cadenas, anillos y pendientes de cualquier tipo.</p>	<p>NO permitido el uso de relojes, pulseras, cadenas, anillos y pendientes de cualquier tipo.</p>
MAQUILLAJE	<p>NO se permite el uso de maquillaje de fantasía (lentejuelas, piedras o dibujos).</p>	<p>NO permitido (únicamente base y raya de los ojos en negro).</p>	<p>NO se permite el uso de maquillaje de fantasía (lentejuelas, piedras o dibujos).</p>
PIERCINGS	<p>Los piercings NO están permitidos en ninguna de las modalidades en competición. Tampoco está permitido cubrirlos con cinta adhesiva.</p>		
BASTÓN	<p>La cinta (que será opcional) solo podrá cubrir la mitad del bastón sin contar el Tip y el Ball, dividida de manera equitativa des del centro del bastón. Podrá ponerse en espiral o sólida y solo podrá ser de un color. Ninguna otra aplicación podrá ponerse en el bastón, excepto una cinta similar como ayuda visual. Los componentes de una pareja, equipo o grupo, deberán usar el mismo color y formato de cinta.</p>		