

Federación Internacional de Deportes de Pole

Campeonatos Artísticos *Sistema de puntuación de pole, aro aéreo, pértiga aérea y telas aéreas 2025*



www.ipsfsports.org

Copyright © 2024 IPSF

Este documento solo debe utilizarse para competiciones avaladas por la Federación Internacional de Deportes de Pole y Aire (IPSF).
Es un delito penal reproducir o utilizar este Código de Puntos sin el permiso expreso de la IPSF.



Índice

INTRODUCCIÓN	5
DIVISIONES.....	5
CATEGORÍAS.....	5
COREOGRAFÍA.....	6
Uso creativo del aparato	6
Interpretación creativa.....	7
Integración de vestuario y/o utilería (si procede).....	7
Interpretación musical	7
Narración (interpretación del tema)	8
Claridad del tema	8
Trabajo de suelo.....	8
Transición creativa	8
EJECUCIÓN	9
Nivel de dificultad del aparato	9
Equilibrio de elementos	9
Habilidades técnicas.....	9
Líneas y ubicación.....	10
Flujo	10
PRESENTACIÓN.....	11
Autenticidad	11
Energía: nivel de rendimiento	11
Resistencia: Rutina sin esfuerzo	11
Proyección, Aplomo y Confianza.....	12
Efectividad visual.....	12
RENDIMIENTO GLOBAL	12
Impacto y memorabilidad	12
Originalidad.....	13
DEDUCCIONES	13
Deslizamiento / Pérdida de equilibrio.....	13
Caída	13
Fallo en el vestuario	13
Avería de hélice	14
DOBLES	14
GRUPOS	14
OTORGANDO PUNTOS	14
RETROALIMENTACIÓN.....	14
TARJETA DE PUNTUACIÓN.....	15
SANCIONES PARA EL JUEZ MAESTRO.....	16
TEMA / FICHA TÉCNICA	18

Normas y regulaciones	20
DEFINICIONES.....	21
ELEGIBILIDAD	21
1. División	21
2. Categorías	22
3. Edad	22
4. Proceso de selección de intérpretes	22
PROCESO DE SOLICITUD	23
5. Solicitud inicial.....	23
6. Elección musical	24
7. Tema / Ficha técnica	24
PROCESO DE REGISTRO.....	24
8. Registro de intérpretes.....	24
INTERPRETACIÓN	25
9. Tiempo de representación	25
10. Tema	25
11. Traje	25
12. Utilería	26
13. Peluquería y maquillaje	27
14. Empuñaduras.....	27
15. Polos	28
16. Aro	28
17. Poste aéreo.....	29
18. Sedas Aéreas	29
19. Rodaje.....	30
Evaluación	30
20. Jueces y sistema de juzgado.....	30
21. Descalificación	31
22. Resultados	31
23. Condecoraciones	31
DERECHOS Y RESPONSABILIDADES.....	32
24. Derechos y responsabilidades de los intérpretes	32
25. Derechos y responsabilidades del organizador	32
26. ENTRENADORES.....	33
QUEJAS	33
27. Quejas generales	33
SISTEMA DE PUNTUACIÓN IPSF.....	34
<u>POLÍTICA DE NO PRESENTACIÓN DE LAS COMPETICIONES IPSF</u>	<u>35</u>

MOVIMIENTOS PROHIBIDOS Y SANCIONES	36
ELEMENTOS/MOVIMIENTOS PROHIBIDOS	37
ELEMENTOS/MOVIMIENTOS LIMITADOS	43

Introducción

El sistema artístico IPSF se divide en cuatro partes: Coreografía, Ejecución, Presentación y Interpretación Global. Los intérpretes serán evaluados en las cuatro secciones. La puntuación final es una combinación de las 4 partes y el intérprete con la puntuación más alta será el ganador. Es importante que un intérprete incorpore todas las secciones en su rutina para obtener la mayor cantidad de puntos. La puntuación mínima global que puede recibir un intérprete es cero y la puntuación más alta es 100. Se otorgan hasta 50 puntos por dificultad y ejecución, y hasta 50 puntos por interpretación.

No hay elementos obligatorios, y se otorgan puntos más altos por habilidades de interpretación que por habilidades técnicas.

Ten en cuenta que todos los jueces de la IPSF están altamente formados en el Sistema de Puntuación Artística de la IPSF; sin embargo, ten en cuenta que, debido a la naturaleza de una actuación artística, la subjetividad no puede eliminarse totalmente. Las puntuaciones de los jueces son finales.

Divisiones

- Amateur
- Semiprofesional
- Profesional

Categorías

- Junior (14 – 17)
- Hombres mayores (18 - 29)
- Hombres Senior (30 - 39)
- Mujeres senior (18 - 29)
- Mujeres senior (30 - 39)
- Hombres Masters 40+
- Masters 40+ Mujeres
- Máster 50+ (puede ser una división de género)
- Dobles 18+
- Dobles junior (14 – 17)
- Grupos 14+ (3 – 6 artistas, independientemente de la edad y el género)

Las categorías ofrecidas en competencias individuales quedan a discreción de la IPSF.

A continuación se presenta un breve resumen de lo que los jueces buscarán. En este documento se incluye un esquema detallado de las cuatro secciones para que los intérpretes puedan organizar una actuación exitosa.

Coreografía

- Ser creativo en el uso del aparato, la interpretación de la interpretación y las transiciones que se emplean a lo largo de la actuación.
- Actuar con ritmo e incorporar el movimiento a la música.
- Tener un tema o asociación con una canción que sea claramente identificable y contar bien la historia de la actuación.

Ejecución

- Para controlar el movimiento de forma eficaz.
- Ejecutar habilidades técnicas al más alto nivel.
- Para presentar las líneas y la colocación del cuerpo de forma eficaz.
- Que funcione con fluidez.
- Para demostrar un nivel de habilidad en el aparato alineado con la división en la que se inscribió.

Presentación

- Actuar con energía.
- Actuar con facilidad y sin esfuerzo.
- Actuar con confianza.
- Para atraer al público y a los jueces a la actuación.
- Realizar una actuación visualmente efectiva.

Presentación general

- Para inspirar.
- Ser original en el Aparato, fuera y alrededor del Aparato.

Por favor, consulte las Normas y Reglamentos para orientaciones sobre música, peinado, maquillaje, vestuario y ayudas para agarrar.

Nota: Los intérpretes serán sancionados por no cumplir con las normas, reglamentos y el Código Ético de Conducta del IPSF. Estas sanciones pueden imponerse antes, durante o después de una actuación, e incluso pueden deducirse tras la finalización de la competición si se considera necesario, lo que puede afectar a la clasificación final.

COREOGRAFÍA

Se puede otorgar un máximo de 40 puntos por la coreografía. Esta sección juzga 8 áreas, a saber:

- Uso creativo del aparato
- Interpretación creativa
- Integración de vestuario y/o utilería
- Interpretación musical
- Narración (Interpretación del tema)
- Claridad del tema
- Trabajo de suelo
- Transición creativa

Los jueces buscarán coreografías que se interpreten con facilidad y elegancia, y de forma creativa dentro y fuera del aparato. Esta sección se divide en las siguientes áreas:

USO CREATIVO DEL APARATO

Definición - Creativo: La creación de trabajos de aparato utilizando ideas imaginativas y originales. Los movimientos se combinan de forma fluida para crear secuencias fluidas utilizando toda la longitud o todos los niveles del aparato. Los intérpretes deben utilizar el aparato de formas nuevas y diferentes para demostrar su dominio artístico del aparato. El intérprete debe utilizar el aparato de manera que lo incorpore a la actuación, en lugar de algo sobre el que se interprete la rutina.

Lo que buscan los jueces:

- Elementos, movimientos, trucos y combinaciones en el aparato que sean diferentes, interesantes u originales.
- Coreografía que incorpora el aparato en la actuación como una extensión del artista o expresión artística
- Movimientos y combinaciones que han sido coreografiados creativamente con la música y reflejan el tema.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

INTERPRETACIÓN CREATIVA

Definición - Creativa: La creación de obras escénicas y/o de aparatos mediante el uso de ideas imaginativas y originales.

Definición - Interpretación: La capacidad de explicar el significado de algo.

La interpretación creativa es un enfoque único e innovador para traducir el tema en una performance visualmente impactante y atractiva. Esto puede lograrse utilizando ideas imaginativas y originales para transmitir un mensaje, sentimiento o historia a través del trabajo escénico y/o de aparatos. El intérprete debe ser capaz de demostrar una comprensión profunda del tema y expresarlo de manera creativa y coherente, mostrando su visión artística y habilidad técnica.

Lo que buscan los jueces:

- La capacidad de traducir el tema a lo largo de la rutina.
- La capacidad de mostrar o comunicar un mensaje, sentimiento, idea o historia de forma original.
- Usar la imaginación para reinterpretar o reimaginar el material original de una manera fresca e innovadora.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

INTEGRACIÓN DE VESTUARIO Y/O UTILERÍA (SI PROCEDE)

Definición: La integración del vestuario y los objetos de utilería es la contribución del vestuario y los objetos de utilería a la comprensión del tema. La rutina debe presentarse como un concepto completo, e incluye la integración del vestuario en el concepto, así como el uso lógico o la interacción con los atrezzo.

Lo que buscan los jueces:

- ¿Fue diseñado y utilizado el vestuario de una manera que contribuya o aporte a la narración?
- Si se usaran atrezzo: ¿Era adecuada la elección de los atrezzo para la rutina?
- Si se usaran utilerías: ¿Se integraron los atrezzo en la actuación de una manera que ayude a entender mejor el tema?

Los artistas que no usen utilería **no** serán penalizados ni puntuados negativamente. En cambio, la integración de su vestuario tendrá un peso mayor.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

INTERPRETACIÓN MUSICAL

Definición: La interpretación musical es la interacción entre la música, el movimiento y la creatividad. La musicalidad en la danza tiene dos componentes principales, a saber, **receptividad y creatividad**.

La receptividad musical es la capacidad de recibir, comprender, ser sensible y tener un conocimiento práctico de conceptos musicales como el ritmo, el tempo, la fraseo y el estado de ánimo.

La creatividad musical (o arte musical) es la capacidad de conectar con la música que acompaña, interpretarla o frasear y añadir dinámicas de movimiento que se relacionen con la música incluso en ausencia de acompañamiento, de una manera única e interesante.

La musicalidad en la danza debe considerarse entonces la medida o grado en que un bailarín es receptivo y creativo en su Traducción o interpretación de la música a través del movimiento. Es un ingrediente clave en la exhibición artística de un bailarín.

Lo que buscan los jueces:

- Interpretación de la música a través del movimiento.
- Interpretación de la música a través de la expresión (incluida la expresión facial).
- Interpretación de la música a través del vestuario.
- Interpretación de la música mediante el uso de un objeto de utilería (si se usa uno).

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

NARRACIÓN (INTERPRETACIÓN DEL TEMA)

Definición - Narración: La actividad de contar historias, transmitiendo un mensaje o significado, práctico o abstracto, mediante una mezcla de movimientos, elementos y combinaciones dentro y fuera del aparato. Toda la rutina debe transmitir el mensaje del intérprete y debe resultar en una comprensión del tema.

Lo que buscan los jueces:

- ¿La historia era clara y centrada?
- ¿La historia fue atractiva durante toda la función?
- ¿Se contó la historia tanto durante el trabajo de aparatos como en el suelo?

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

CLARIDAD DEL TEMA

Definición: Una idea unificadora o dominante que es un elemento recurrente en la obra artística. Un tema debe combinar (de manera coherente) música, vestuario, utilería (si procede), coreografía y movimiento (incluidos los movimientos del aparato) para que el concepto pueda ser comprendido por el público.

Lo que buscan los jueces:

- Una conexión clara entre música, vestuario, atrezzo y coreografía.
- Una comunicación visual del tema a lo largo de toda la actuación. Si se utilizan utilería, estos deben favorecer la comunicación del tema.
- Interpretación del tema a través de los elementos del aparato.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

TRABAJO DE SUELO

Definición: Trabajo de suelo - todo movimiento en el que el aparato no se está utilizando (o cuando el intérprete no tiene contacto con el aparato).

Lo que buscan los jueces:

- Elementos, movimientos, trucos y combinaciones en la pista que sean diferentes, interesantes u originales.
- Coreografía que incorpora el trabajo de suelo en la actuación como una extensión del artista o expresión artística
- Movimientos y combinaciones que han sido coreografiados creativamente con la música y reflejan el tema.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

TRANSICIÓN CREATIVA

Definición: todas las transiciones del aparato al suelo y del suelo al aparato, así como entre elementos, movimientos y componentes.

- Lo que buscan los jueces:
- Combinando creativamente movimientos y secciones coreográficas.
- Formas únicas y originales de pasar entre el suelo y el aparato.
- Conectar todos los componentes de la rutina en una actuación fluida y creativa.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

EJECUCIÓN

Se pueden otorgar un máximo de 25 puntos por ejecución. Esta sección juzga 5 áreas:

- Nivel de dificultad (Apparatus)
- Equilibrio de elementos
- Habilidades técnicas
- Líneas y ubicación
- Flujo

Los jueces buscarán movimientos que se realicen con un alto nivel de ejecución y alineación correcta. Esta sección se divide en las siguientes áreas:

NIVEL DE DIFICULTAD DEL APARATO

Definición: El nivel de dificultad mide la dificultad de los elementos/movimientos en la actuación sobre el aparato. La dificultad en una actuación también se crea conectando combinaciones de diferentes tipos de elementos y movimientos en el aparato.

Lo que buscan los jueces:

- el nivel de dificultad de los elementos, el movimiento y los trucos en el aparato
- El nivel de dificultad de las combinaciones en el aparato
- el nivel de dificultad de las transiciones dentro y fuera de componentes en el

aparato PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

EQUILIBRIO DE ELEMENTOS

Definición - Equilibrio: tener diferentes elementos que sean proporciones iguales o correctas.

Lo que buscan los jueces:

- La capacidad de usar una variedad de elementos y herramientas para contar su historia (por ejemplo, trabajo en el suelo, aéreo, danza, acrobacias y quietud).
- La posibilidad de usar vestuarios, atrezzo y el espacio disponible en el escenario para reforzar el tema / mensaje / historia.
- Utilizar todo el aparato durante toda la rutina
- Utilizando una variedad de elementos y movimientos durante la rutina (por ejemplo, flexibilidad, fuerza, dinamismo, equilibrio, etc.).

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

HABILIDADES TÉCNICAS

Definición: Combinar habilidades y trucos avanzados y/o nuevos a lo largo de toda la rutina tanto en la planta como en todos los niveles del aparato. Se requiere una ejecución limpia y sin esfuerzo durante toda la actuación.

Lo que buscan los jueces:

- Colocación del cuerpo y movimiento fluido dentro y fuera del aparato, que debe ejecutarse con la alineación limpia.
- Limpia la entrada y salida en trucos y combinaciones.
- Transiciones limpias entre niveles de aro y de aro a suelo (y viceversa)
- Técnica limpia y cuerpo comprometido.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

LÍNEAS Y UBICACIÓN

Definición - Líneas: Una línea es un término que describe el contorno del cuerpo completo de un bailarín mientras realiza elementos, movimientos o componentes, tanto dentro como fuera del aparato. Los jueces buscan la apariencia completa del intérprete, desde los dedos de los pies hasta la parte superior de la cabeza y todo lo que hay entre medias. Deben considerarse todas las partes del cuerpo, y especialmente las extremidades. El cuerpo actúa como una sola entidad, y el intérprete es consciente de sus líneas en todo momento.

Definición - Colocación: La colocación se refiere a dónde se sitúa todo el cuerpo o partes del cuerpo durante los elementos realizados y, en general, durante todos los movimientos, tanto dentro como fuera del aparato.

Lo que buscan los jueces:

- Los pies apuntando desde el tobillo hasta la punta en todo momento (excepto cuando se flexionan intencionadamente).
- No hay hoz de los pies.
- Brazos y piernas extendidos o, cuando están doblados, lo hacen intencionadamente.
- Postura correcta, en el sentido de que el core está activado, el pecho levantado, la espalda recta, la cabeza levantada y los hombros alejados de las orejas.
- La colocación del cuerpo entrando y saliendo del movimiento.
- Flujo y control de la colocación del cuerpo.
- Posicionamiento correcto del cuerpo necesario para el movimiento que se está ejecutando.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

FLUJO

Definición: Un buen bailarín tiene fluidez en su movimiento y da la impresión de que es sin esfuerzo.

El flujo se refiere al movimiento suave, continuo y sin esfuerzo del cuerpo de un intérprete a lo largo de una actuación. Se caracteriza por transiciones fluidas entre todos los movimientos y elementos que crean una sensación de fluidez e impulso. Esto incluye el flujo entre el suelo y los aparatos, así como dentro de cada movimiento o secuencia individual. Un flujo bien ejecutado se caracteriza por una progresión suave, natural y elegante de movimientos, sin pausas o interrupciones discernibles.

Lo que buscan los jueces:

- Un control del movimiento, uso del flujo para reflejar/interpretar la música
- Un ritmo bien mantenido y constante durante toda la actuación. Esto incluye:
 - Transiciones fluidas entre pasos.
 - Transiciones fluidas entre movimientos del escenario.
 - Transiciones fluidas entre niveles de aro.
 - Transición fluida en todos los movimientos del aro.
 - El control del flujo.
- Se utiliza el flow para reflejar la música.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

PRESENTACIÓN

Se pueden otorgar un máximo de 25 puntos por la Presentación. Esta sección juzga 5 áreas:

- Autenticidad
- Energía: nivel de rendimiento
- Resistencia: rutina sin esfuerzo
- Proyecciones, serenidad y confianza
- Efectividad visual

Los jueces buscarán una actuación con un alto nivel de confianza, que atraiga al público y a los jueces a la actuación. El intérprete debe ser capaz de mantener un alto nivel de energía a lo largo de su rutina, independientemente de lo rápido o lento que sea el ritmo de la música.

Esta sección se divide en las siguientes áreas:

AUTENTICIDAD

Definición - Autenticidad: sincero, verdaderamente lo que se dice que algo es; genuino.

Lo que buscan los jueces:

- ¿El intérprete transmitió que sentía y creía su historia?
- ¿Estuvo el intérprete comprometido con cada movimiento, gesto y expresión facial? ¿Fueron consistentes durante toda la actuación?
- ¿El intérprete te hizo creer su historia?

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

ENERGÍA: NIVEL DE RENDIMIENTO

Definición: Un elemento de baile que se centra en el peso, textura y fluidez de un movimiento; por ejemplo, flotar, swing, súbito, suave, agudo, percusivo, vibratorio y explosivo son todos necesarios para una actuación exitosa.

Lo que buscan los jueces:

- El poderoso control del movimiento cuando el intérprete controla cada aspecto de su cuerpo en relación con la música. Esto incluye el control de todo el movimiento (incluida la expresión facial) para que la coreografía se interprete de forma limpia.
- Equilibrio y variación a lo largo de la actuación.
- Consistencia en los niveles de energía.
- Control del cuerpo durante toda la actuación.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

RESISTENCIA: RUTINA SIN ESFUERZO

Definición: La capacidad de hacer que la rutina parezca sencilla durante toda la actuación, demostrando altos niveles de energía y resistencia.

Lo que buscan los jueces:

- Gestionar o mantener los mismos niveles de energía durante todo el tiempo.
- Que el intérprete no parezca cansarse en ningún momento durante su actuación. Debe controlar los movimientos de su cuerpo, incluidas las expresiones faciales.
- El control de todos los movimientos para que la coreografía se realice de forma limpia.
- Pérdida de fluidez o musicalidad debido a la falta de resistencia. Los intérpretes deben ser capaces de mantener el ritmo durante toda la actuación.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

PROYECCIÓN, APLOMO Y CONFIANZA

Definición - Proyección: La capacidad de proyectar los sentimientos y emociones interiores del intérprete a través de su actuación.

Definición - Aplomo: La capacidad de mantener la compostura y la gracia durante toda la actuación.

Definición - Confianza: La capacidad de rendir con total facilidad, mostrando un aire de seguridad en sí mismo en cada paso que da.

Lo que buscan los jueces:

- Consistencia de los tres componentes durante toda la función, tanto en el trabajo con aparatos como en el suelo.
- Que el intérprete mantenga la compostura a pesar de cualquier problema que pueda surgir.
- Que el intérprete no muestre nervios, sino que mantenga la gracia durante todo el espectáculo.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

EFFECTIVIDAD VISUAL

Definición: Si una actuación tiene efectividad visual, significa que tiene la capacidad de comunicar la esencia de la actuación de forma sencilla y eficaz.

Lo que buscan los jueces:

- Interesante de ver
- Entretenido
- Conexión emocional con el público
- Luces, música, vestuario, atrezzo, coreografía y habilidad combinados
- Un rendimiento completo y

completo PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS -

5 puntos

RENDIMIENTO GLOBAL

Se otorgará un máximo de 10 puntos por la presentación global de la actuación. Esta sección juzga 2 áreas:

- Impacto y memorabilidad
- Originalidad

Los jueces buscarán una actuación que deje una impresión duradera y/o que sea inspiradora de alguna manera. Esta sección se divide en las siguientes áreas:

IMPACTO Y MEMORABILIDAD

Definición: Una actuación que afecta o influye en los jueces, y deja un recuerdo positivo y duradero.

Lo que buscan los jueces:

- Coreografía que invita a la reflexión.
- Una actuación diferente en un sentido creativo, de trucos, musical y/o coreográfico.
- Algo nuevo o adaptado de forma diferente para dejar una impresión duradera MÁXIMO DE

PUNTOS OTORGADOS – 5 puntos

ORIGINALIDAD

Definición: La creación del escenario y/o el trabajo sobre el aparato con el uso de ideas imaginativas u originales.

Lo que buscan los jueces - Originalidad y/o imaginación en los intérpretes:

- Coreografía.
- Trucos, transiciones y combinaciones en el aparato.
- Uso de vestuario y atrezzo (si procede).
- Composición de toda la rutina.

PUNTOS MÁXIMOS OTORGADOS - 5 puntos

DEDUCCIONES

Se deducen por falta. Esta sección juzga 4 áreas:

- Deslizamientos
- Cascadas
- Fallo en el vestuario
- Avería de hélice

Los jueces deducen por faltas evidentes.

Esta sección se divide en las siguientes áreas:

DESLIZAMIENTO / PÉRDIDA DE EQUILIBRIO

Definición: Un deslizamiento evidente de las manos o las piernas, que provoca una interrupción del flujo de movimiento.

Lo que buscan los jueces:

- Un deslizamiento de pierna o cuerpo que provoca y rompe el flujo.
- Los deslizamientos deben ser evidentes. No se harán deducciones por reajustes.

PUNTOS DESCONTADOS POR TIEMPO - -1pt

CAÍDA

Definición: Una definición de caída es una caída repentina, rápida e incontrolada (aterrizaje) al suelo sobre cualquier parte del cuerpo que no sean los pies. Esto puede ser desde cualquier posición o nivel, dentro o fuera del aparato.

Lo que buscan los jueces:

- Las caídas deben ser evidentes.
- Solo se considerarán caídas o aterrizajes en los que el intérprete no pueda recuperar el equilibrio con movimientos adicionales.

PUNTOS DESCONTADOS POR TIEMPO - -3 puntos

FALLO EN EL VESTUARIO

Definición: Un fallo en el disfraz es cuando una parte del traje se cae, se cae accidentalmente, se vuelve reveladora y/o indecente. El mal funcionamiento del disfraz también incluye el uso defectuoso del traje o partes del traje (según se indica en la hoja técnica del tema).

Lo que buscan los jueces:

- Disfraces que se mantienen fijos.
- No hay exposición de los genitales.
- El uso del disfraz y/o partes del mismo (si es el caso) debe estar controlado.

PUNTOS OTORGADOS POR TIEMPO - -3pt

AVERÍA DE HÉLICE

Definición: Un mal funcionamiento de la hélice es cuando un elemento de utilería falla o se rompe en el escenario

Lo que buscan los jueces:

- Accesorios que funcionan correctamente
- Utilería que se puede retirar fácilmente del área

del escenario **PUNTOS OTORGADOS POR TIEMPO - -1**

punto

DOBLES

Los dobles serán evaluados según los mismos criterios que mencionados anteriormente. Los dobles deben tener en cuenta que ambos serán evaluados en combinación según los criterios.

GRUPOS

Los grupos serán evaluados según los mismos criterios que mencionados anteriormente. Los grupos deben tener en cuenta que todos los intérpretes serán evaluados en combinación según los criterios. Los grupos están formados por 3-6 intérpretes. Un grupo puede seguir compitiendo si un intérprete se retira, siempre que el número de intérpretes no baje de 3. No se permitirán intérpretes sustitutos. No se permite a los grupos usar Accesorios Humanos.

OTORGANDO PUNTOS

En cada sección (con excepción de las deducciones), los intérpretes recibirán puntos basados en la mayoría global de la actuación.

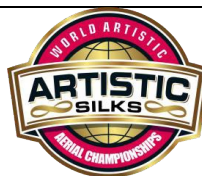
La guía de evaluación es la siguiente:

- 0 = Ausentes
- 1 = Pobre
- 2 = Regular
- 3 = Promedio
- 4 = Bueno
- 5 = Excelente

RETROALIMENTACIÓN

La decisión de los jueces es definitiva y no se harán más discusiones ni comentarios por parte de los jueces ni del organizador de la competición. El resultado dado será una media de las puntuaciones de los jueces, aplicándose cualquier penalización de los Jueces Maestros a esta media antes de calcular la puntuación final.

TARJETA DE PUNTUACIÓN:



TARJETA DE PUNTUACIÓN ARTÍSTICA

Intérpretes:		Fecha:
País:	Región:	Federación:
División:	Categoría:	Nombre del juez:
Criterios de evaluación	Valor técnico	Partitura
0 = Ausente; 1 = Malo; 2 = Medio; 3 = Medio; 4 = Bueno; 5 = Excelente		
COREOGRAFÍA	MÁXIMO: 40 PUNTOS	
Uso creativo de los aparatos	5	
Interpretación creativa	5	
Integración de vestuario y utilería	5	
Interpretación musical	5	
Claridad del tema	5	
Narración (Interpretación del tema)	5	
Trabajo de suelo	5	
Transición creativa	5	
	TOTAL:	
EJECUCIÓN	MÁXIMO: 25 PUNTOS	
Nivel de dificultad (Apparatus)	5	
Equilibrio de elementos	5	
Habilidades técnicas	5	
Líneas y ubicación	5	
Flujo	5	
	TOTAL:	
PRESENTACIÓN	MÁXIMO: 25 PUNTOS	
Autenticidad	5	
Energía: nivel de rendimiento	5	
Resistencia: rutina sin esfuerzo	5	
Proyección, aplomo y confianza	5	
Efectividad visual	5	
	TOTAL:	
RENDIMIENTO GENERAL	MÁXIMO: 10 PUNTOS	
Impacto y memorabilidad	5	
Originalidad	5	
	TOTAL:	
DEDUCCIONES	- PUNTOS	
Deslizamiento / pérdida de equilibrio	-1	
Caída	-3	
Fallo en el vestuario	-3	
Avería de la hélice	-1	
Sanciones para el Juez Maestro		
PUNTOS TOTALES (100 posibles)	TOTAL:	

Sanciones para el Juez Maestro

Un intérprete puede recibir sanciones por decisión del Juez Maestro durante la competición por las siguientes infracciones:

Criterios	Limitaciones	Penalización
Música enviada después del plazo establecido	Entre 1 y 5 días de retraso	-1 por día
	Más de 5 días de retraso pero más de 48 horas antes de la fecha de la competición	-5
	Música recibida dentro de las 48 horas previas a la fecha de la competición	Descalificación
Música que no cumple con las normas y reglamentos	Ver Reglas	-3
Tema / Ficha técnica	No presentado en el idioma que enseña el organizador del concurso (el inglés es el idioma estándar preferido)	-1
	Hoja incorrecta: se envía en PDF o no, la hoja oficial se envía, formulario no completo	-1
	Enviado después del plazo establecido entre 1 y 5 días de retraso	-1 por día
	Recibido con más de 5 días de retraso	Descalificación
	Proporcionar información falsa o inexacta sobre vestuario o utilería	Descalificación
Proporcionar información falsa o inexacta en el formulario de solicitud	Información falsa o inexacta proporcionada	-5 por vez
	Información falsa sobre edad, división o categoría	Descalificación
Llegar tarde al escenario cuando se anunció	Hasta 60 segundos de retraso	-1
	El artista no llega en menos de 1 minuto	Descalificación
Duración de la función	5 segundos o menos fuera del tiempo permitido	-3
	Más de 5 segundos fuera del tiempo permitido	-5
Utilería humana	Exceder el tiempo de asistencia permitido: 45 segundos	-5
	Elevando al intérprete	-5 por vez
	Contacto con el aparato por hélice humana	-5 por vez
Interrupciones	Artistas sorprendidos siendo señalados desde fuera del escenario durante su actuación	-1
	Intérpretes y/o sus entrenadores/representantes acercarse a la mesa de los jueces y/o a la sala o obstruir la vista de los jueces en cualquier momento durante la competición	-3
No empezar ni terminar la rutina en el escenario	No empezar ni terminar la rutina en el escenario	-1 por vez
Montaje / retirada de los accesorios	Superar los 3 minutos	-1 por vez
Coleccionando utilería	Utilería no recogida tras la actuación	-3
Hélices descontroladas	Utilería (incluidos los humanos) tocando el fondo o el sistema de celosía o cayendo fuera del escenario.	-1 por vez
Ayudas de agarre	Aplicar ayuda de agarre directamente sobre el aparato Los limpiadores de aparatos no pueden eliminar los residuos del aparato en el tiempo asignado (2 minutos)	- 5
	Ayuda el uso de agarres prohibidos	Descalificación
Presencia de joyas y accesorios no conforme a las Normas y Reglamentos	Presencia de joyería/piercings (excluyendo pendientes de montana/plugs de color liso)	-3 por intérprete
	Uso de un objeto o objeto que ayude en la actuación que no ha sido aprobado por el Juez Maestro	-5
Coreografía, vestuario, peinado y maquillaje	- Disfraz que no cumple con las normas	-1 por intérprete
	- Palabras promocionales, logotipos, connotaciones religiosas, connotaciones negativas	-3 por intérprete

inapropiados conforme a las Normas y Reglamentos	- Disfraces o coreografías provocativas (incluyendo tejidos como cuero y látex)	-5 por intérprete
	- Coreografía agresivamente provocadora y comportamiento lascivo	Descalificación

Tocar el sistema de celosía durante la actuación	Está estrictamente prohibido tocar o usar el sistema de celosía durante la actuación. Esto incluye tocar el fondo, cualquier iluminación que pueda estar detrás del escenario o salir de los límites. Los intérpretes solo deben tener contacto con el aparato (y los accesorios). Se permite tocar la tela del soporte del aparato (cuando proceda).	-1 por vez
Limitaciones de las rutinas grupales	Más de 3 intérpretes en el aparato (definido como sin contacto con el suelo)	-1 por intérprete adicional
	Interpretando un movimiento dinámico con más de 2 intérpretes El aparato	-5 por intérprete
Chándales	- Chándales que no cumplen con las normas	-1 por intérprete
	- No tener chándal - No llevar chándal mientras esperan los resultados en el programa designado o durante la ceremonia de medallas.	-5 por intérprete
Infracciones generales de las normas	- Infracciones de reglas generales a discreción del Juez Jefe con el acuerdo de un consejo externo de Juez Jefe	El rango es de -1 a -5
	Elementos prohibidos o elementos limitados repetidos	-5 por elemento por intérprete
	- Uso de gestos obscenos, palabrotas o lenguaje irrespetuoso en privado o en público hacia cualquier participante deportivo	-10
	- Intentar golpear o golpear a un oficial, competidor, espectador u otro oficial deportivo que participe intencionadamente o incite a otros artistas y/o espectadores a participar en acciones abusivas o violentas - Consumo de drogas (excepto para fines médicos), consumo de alcohol antes o durante la competición - Exhibir desnudez antes, durante o después de la competición. - Infracciones múltiples o graves de las normas y regulaciones	Descalificación
Ceremonia de inauguración o medalla	- Artistas que no participen en la inauguración oficial o en la ceremonia de medallas sin un permiso escrito del organizador	-1
Registro	- Artistas que no se registran el día oficial de inscripción, sin un permiso escrito del organizador	-1 por atleta

Lesión durante una rutina

Si, en opinión del Juez Maestro, se requiere atención médica para el intérprete, este debe detener el programa si el intérprete no lo ha hecho ya. Si el intérprete puede continuar en un minuto, debe continuar inmediatamente desde el punto de interrupción o, si eso no es posible, permitir un periodo de hasta diez segundos antes de la continuación. Si un intérprete no puede completar el programa, no se otorgarán puntuaciones y se considerará que se retiró. Lo mismo ocurre en la situación en que a un intérprete se le ha dado la oportunidad de continuar el programa desde el punto de interrupción y una vez más no puede completarlo. Solo se permite una interrupción.

No se permite reiniciar todo el programa, salvo en casos de música deficiente.

Deducciones de la hoja temática

Se aplicarán deducciones si la hoja temática se rellena incorrectamente. El formulario está dividido en 3 secciones, y un error en cualquiera de estas 3 secciones resultará en una deducción. Esta es una deducción única y no es acumulativa (es decir, la deducción máxima posible para un formulario incorrecto es -1).

- Un error en la parte superior del formulario resultará en una **deducción de -0,2**. La parte superior es la sección del formulario donde el/los intérprete(s) deben indicar nombre, fecha, división, categoría, país, región y federación.
- Un error en la parte inferior del formulario resultará en una **deducción de -0,5**. La parte inferior es la sección del formulario donde el intérprete(s) está obligado(s) a firmar, junto con un entrenador reconocido por la IPSF (si procede) y/o un padre o tutor legal en el caso de los jóvenes deportistas.
- Un error en la parte principal del formulario resultará en una **deducción de -1,0**. El centro del formulario es la sección donde el/los intérprete(s) indican qué planean hacer en su rutina. Si esto es inexacto (ya que no refleja la rutina y los componentes que se interpretan en el escenario, o no se rellena en absoluto), se aplicará esta deducción. Esto también se aplica si no se han marcado las casillas antes de enviar el formulario, o si las casillas

están marcadas pero no se ha presentado todo el material suplementario requerido. Tenga en cuenta que la deducción del juez maestro para utilería no aprobada se aplicará además de esta deducción.

Tema / Ficha técnica

Instrucciones sobre cómo rellenar el Tema / Hoja Técnica: por favor consulte las deducciones del Juez Maestro en caso de hoja tardía y de proporcionar información falsa. Por favor, tenga en cuenta: la hoja debe escribirse en Microsoft Word, usando letra negra. Solo se permite presentar el Tema oficial IPSF / Hoja Técnica; se realiza una deducción de -1 por hoja incorrecta.

Nombrar el formulario para la entrega:

Country_Discipline_Division_Category_Theme Sheet_First name_Last nombre

Intérpretes:

Inserta el nombre completo (nombre y apellido) del artista en caso de singles o los nombres de los intérpretes (nombre y apellido) en caso de dobles. Por favor, indica nombre primero y apellido segundo.

País/Región:

Inserta el país o región de origen del artista. Origen. En competiciones internacionales, el atleta solo debe indicar su país. Para competiciones nacionales, el atleta también debe indicar su región, provincia o condado. Los atletas abiertos solo deben indicar su país y no deben incluir su región.

Por favor, consulte el siguiente enlace para la lista de regiones de su país:

<https://ipsfsports.org/en/federation-membership/federation-membership/ipsf-regions>

División:

Inserta la división en la que compite el intérprete entre las siguientes opciones: Amateur, Semiprofesional y Profesional. Por favor, consulta las Normas y Reglamentos para el desglose completo de la división.

Categoría:

Inserta la categoría en la que compite el intérprete entre las siguientes opciones: Senior18+, Senior 30+, Masters 40+, Masters 50+, Dobles o Junior, y Mixto, Hombres o Mujeres, por ejemplo, Senior 30+ Hombres, Junior Mixto, Dobles Mixto.

Fecha:

Inserta la fecha de presentación de la hoja. Si se envía una nueva hoja, debe insertarse la nueva fecha de envío.

Federación:

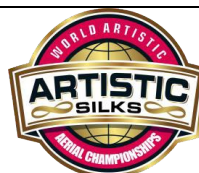
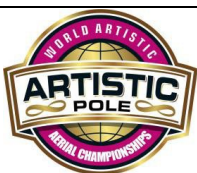
Inserte la Federación Nacional avalada por la IPSF que representa el intérprete. En caso de que aún no se haya establecido una Federación Nacional respaldada por la IPSF, deje este campo en blanco.

Firma de intérprete(s): La hoja debe ser mecanografiada por el/los intérprete(s).

Firma del entrenador: Si el/los intérprete(s) tienen un entrenador avalado por la IPSF, se puede añadir su nombre mecanografiado. En el caso de un intérprete junior, si el intérprete no tiene un entrenador avalado por la IPSF, se requiere el nombre mecanografiado de los padres o tutores legales.

Por favor, consulta el registro de entrenadores para confirmar si tu entrenador está registrado como entrenador reconocido por la IPSF: <https://ipsfsports.org/en/athletes-coaches-info/coaches-info/list-of-all-national-coaches> y <https://ipsfsports.org/en/athletes-coaches-info/coaches-info/list-of-all-worlds-coaches>

TEMA / FICHA TÉCNICA:



TEMA ARTÍSTICO / FICHA TÉCNICA

DISCIPLINA:	Polo ☐ Artístico	Aro ☐ Aéreo Artístico	Poste ☐ Aéreo Artístico	Sedas Artísticas Aéreas ☐
Intérpretes:		Fecha:		
País	Región:	Federación:		
División:		Categoría:		
TEMA: Por favor, dad un breve resumen del tema de vuestra actuación				
UTILERÍA (excepto los humanos): Por favor, proporcione todos los detalles, incluyendo el tamaño de la hélice, el tiempo de instalación y retirada, la asistencia requerida, las necesidades de almacenamiento				
ACCESORIOS HUMANOS: Por favor, den todos los detalles sobre cómo aporta a su historia, cuántas personas serán usadas como atrezzo humano y sus disfraces (con fotos)				
Si vas a quitar parte de tu traje, por favor explica cómo y por qué				
ILUMINACIÓN: Por favor, indique su deseo de iluminación:				
INTRODUCCIÓN: Por favor, indique cómo desea que se presente su pieza:				
SI ES UN POLO ARTÍSTICO: POLOS: Por favor, confirma la configuración de tus postes (girando o estático) DESDE LA PERSPECTIVA DE LOS JUECES O DEL PÚBLICO				
Poste izquierdo :		Poste derecho :		
SI ARO AÉREO ARTÍSTICO: Por favor, confirma las especificaciones de tu aro (altura, tamaño del aro)				
Aro ☐ de 90 cm	Aro ☐ de 95 cm	Aro ☐ de 100 cm	140 cm de altura ☐	170 cm de altura ☐
		Altura ☐ de 200 cm		
Marcando las casillas, yo/nosotros confirmamos que:		Marcando los requisitos, yo/nosotros confirmamos que mi/nuestro rendimiento:		

☐ Yo/nosotros añadimos fotos de mi / nuestro disfraz ☐ Yo/nosotros añadimos fotos de utilería ☐ Yo/nosotros añadimos música		☐ no contiene ninguna desnudez ☐ no contiene armas ni simulación de armas ☐ no contiene nada sexista, racista u homófobo ☐ no contiene violencia ni connotación religiosa ☐ es adecuado para la visita familiar	
Firma de los atletas:		Firma del entrenador reconocido por la IPSF:	
		Firma(s) de los padres (solo u/18):	

Campeonatos Artísticos

NORMAS Y REGULACIONES



www.ipsfsports.org

DERECHOS DE AUTOR© IPSF julio 2024

Este es un documento de trabajo abierto y sujeto a cambios

Definiciones

La categoría se refiere a los grupos de edad y género en cada división.

La competencia se refiere a todas las competencias avaladas por la IPSF.

La división se refiere a los niveles de dificultad dentro de la competición.

El documento se referirá a este documento completo.

La IPSF se refiere a la Federación Internacional de Deportes de Pole y Aéreo.

El organizador debe referirse al organizador de una competición avalada por la IPSF.

La actuación se refiere a la rutina del intérprete desde el principio hasta el final e incluye coreografía, giros, transiciones, invertidos, agarres, poses, trucos, levantamientos, acrobacias, gimnasia, deslizamientos, escaladas, atrapadas, caídas, escarvados y trabajo en suelo. **Intérprete** se refiere a la persona invitada a participar en la competición.

WPAC se referirá al Campeonato Mundial Artístico de Pole y Aéreo.

Elegibilidad

1. DIVISIÓN

- Amateur
- Semiprofesional
- Profesional

1.1. Amateur

Intérpretes con experiencia básica. Ningún solicitante puede entrar en la división Amateur si tiene:

- Actuado en una división semiprofesional o profesional en años anteriores de cualquier competición artística nacional o internacional de la IPSF, compitiendo el aparato en y/o
- Ha quedado dos veces en cualquiera de los tres primeros puestos de una división amateur en los últimos años de una competición artística nacional/internacional IPSF, compitiendo en el Aparato y/o
- Es o ha sido instructor / profesor / formador en el aparato en el que compite, ya sea en deporte, danza o el aparato en general o
- Ha recibido compensación económica por actuaciones o promociones con el aparato en el que compite.

1.2. Semiprofesional

Los intérpretes con buena experiencia pueden solicitar actuar en la división Profesional si son:

- Estudiantes de clases intermedias/avanzadas y/o
- ¿Eres, o has sido? instructores / profesores / formadores y/o
- Intérpretes que no han actuado en una división profesional en ninguno de los años anteriores de la competición artística IPSF con el aparato competido y/o
- Intérpretes que hayan quedado dos veces en cualquiera de los tres primeros puestos de una división semiprofesional en los últimos años de una competición artística nacional/internacional de la IPSF con el aparato compitiendo en y/o
- Intérpretes que han recibido compensación económica por actuaciones o promociones con el aparato en el que compite.

1.3. Profesional

La división Profesional es para los mejores artistas que se esfuerzan por actuar junto a otros grandes y representar a su país. Los profesionales suelen ser:

- Estudiantes de clases avanzadas y/o
- Instructores / profesores / formadores, tanto pasados como presentes y/o
- Intérpretes que hayan actuado en una división profesional en competiciones artísticas nacionales o internacionales anteriores de la IPSF con el aparato competido y/o
- Intérpretes que han quedado dos veces entre los tres primeros puestos en una división semiprofesional en los últimos años de una competición artística nacional/internacional IPSF con el aparato en el que competía.

Ten en cuenta que un instructor se define como alguien que ha enseñado el aparato específico de cualquier manera, incluyendo la enseñanza presencial (independientemente del nivel), clases online, talleres de cualquier tipo (incluyendo rutinas grupales de cualquier tipo) o mediante DVDs tutoriales o instrucción en vídeo. Esto es independientemente de si recibe o no una compensación; es el acto de instruir lo que califica a alguien como instructor. Si un instructor entra en la categoría amateur, será descalificado y vetado de competir durante al menos un año.

2. CATEGORÍAS

Cada una de las siguientes categorías profesionales debe abrirse a nivel nacional para la cualificación WPAC.

- Juniors 14 – 17
- Seniors Mujeres 18 – 29
- Seniors Mujeres 30 – 39
- Seniors Hombres 18 – 29
- Seniors Hombres 30 – 39
- Hombres Masters 40+
- Masters 40+ Mujeres
- Máster 50+ (puede ser una división de género)
- Dobles 18+
- Dobles junior (14 – 17)
- Grupos 14+ (3 – 6 artistas, independientemente de la edad y el género)

Todas las competiciones abiertas ofrecerán la división Profesional en todas las categorías. Las categorías semiprofesionales y amateur no están disponibles para los intérpretes que participen en competiciones abiertas.

3. EDAD

La edad elegible para cada categoría se determina por la edad del participante al final del año competitivo, en la fecha correspondiente

del Campeonato Mundial de Vuelo Artístico.

- Juniors – Edades de 14 a 17 años en la fecha del WPAC
- Seniors - Edades de 18 a 39 años en la fecha del WPAC
- Másteres 40+ - Edad 40+ - 49 años en la fecha del WPAC
- Máster 50+ - Edad 50+ en la fecha del WPAC
- Dobles – 18+ edad en la fecha del WPAC
- Grupos – Edad 14+ en la fecha del WPAC

**Ejemplo: Un artista senior tendrá 39 años para las competiciones regionales y nacionales en su país, pero tendrá 40 años en la fecha del WPAC; el intérprete debe actuar en su categoría tanto en la competición regional como en la nacional para poder participar en su categoría en WPAC.*

4. PROCESO DE ELECCIÓN DE INTÉRPRETES

- 4.1. Todos los solicitantes de competiciones nacionales deben tener la ciudadanía o residencia del país en el que actúan, salvo cuando participan en Campeonatos Abiertos.
- 4.2. Los plazos deben cumplirse estrictamente. Si un intérprete llega tarde a presentar su solicitud para actuar, no se le permitirá actuar. Todos los intérpretes recibirán sanciones por música tardía.
- 4.3. La participación de los intérpretes es mediante la cualificación. El proceso de selección puede ser especificado por el organizador de la competición nacional/internacional.
- 4.4. Los intérpretes deben estar en la categoría de edad correcta.
- 4.5. El orden de carrera del intérprete se determinará mediante un sorteo.

- 4.6. Un intérprete solo puede reiniciar su actuación en los siguientes casos:
- Un fallo técnico en la música.
 - Un fallo de salud y seguridad, por ejemplo, un problema con equipos inseguros como la caída de un aro o el líquido de limpieza en el suelo. Esto no incluye aparatos resbaladizos, ya que esto es subjetivo para cada intérprete.
 - A discreción del Juez Maestro.

**Por favor, tenga en cuenta: Si un intérprete decide continuar su actuación independientemente del fallo técnico (por ejemplo, música), no podrá reiniciar su actuación.*

- 4.7. Todas las categorías profesionales deben celebrarse para permitir que los intérpretes de esa categoría puedan competir por un puesto en la WPAC; aunque solo se presente 1 intérprete.
- 4.8. Los ganadores son los intérpretes con la puntuación más alta en su categoría de interpretación. Si dos intérpretes tienen la misma puntuación final, el intérprete con la puntuación más alta en la coreografía será declarado ganador. Si dos intérpretes tienen la misma puntuación final en coreografía, el intérprete con la puntuación más alta en la presentación será declarado ganador.
- 4.9. El título de Campeón Nacional o Mundial Artístico 20XX o Campeón Artístico Abierto 20XX (si procede) en todas las categorías será un título vitalicio, específico del aparato en el que se compita.
- 4.10. Todos los intérpretes que hayan quedado 1º en la categoría Profesional en una competición artística nacional avalada por la IPSF serán automáticamente invitados a competir en el WPAC. Si el intérprete que quede en primer lugar no puede competir en el WPAC por cualquier motivo, se invitará al segundo clasificado (segundo clasificado) como suplente. El IPSF se reserva el derecho de implementar criterios adicionales de clasificación, que se anunciarán antes del WPAC. No se invitará a los reservas si un intérprete se retira tras el cierre de las inscripciones para el WPAC.
- 4.11. Los artistas de países que no cuentan con una competición nacional pueden participar en una competición abierta para clasificarse para el WPAC. El intérprete con la puntuación más alta por país será automáticamente incluido en el Ranking Mundial IPSF. El artista de ese país con la puntuación más alta al final de la temporada de competición será invitado al WPAC.

Proceso de solicitud

5. SOLICITUD INICIAL

El incumplimiento de lo siguiente puede resultar en la descalificación de la competición.

- 5.1. Todos los intérpretes que cumplan los requisitos deben:
- Descarga un formulario de solicitud desde la web de los organizadores, rellénalo, llénalo, firme y devuelva el formulario al correo electrónico de los organizadores antes de la fecha límite. Si no está disponible en la web, por favor contacta con el organizador para solicitar un formulario de solicitud. Esto también se aplica a los artistas que participan en una competición abierta.
 - Paga la tasa de solicitud, que no es reembolsable. Las tasas de solicitud y los detalles de pago se pueden encontrar en el formulario de solicitud.
 - Envía su música en formato mp3 a la dirección de correo electrónico indicada en el paquete de solicitud antes de la fecha límite indicada
 - Envía su Hoja Temática / Técnica antes de la fecha límite establecida por el organizador. (Véase las penalizaciones del Juez Maestro). Los intérpretes pueden cambiar su Hoja Temática / Técnica entre las preliminares y las finales. Las nuevas hojas deben entregarse en un plazo de una hora tras la conclusión de las preliminares o en una hora establecida por el organizador de la competición
- *Tenga en cuenta: No se aceptarán formularios manuscritos salvo que el organizador lo especifique en caso de cambios de hoja entre preliminares y finales. Se pueden escribir firmas.*
- Proporciona información sobre su género legal. Debe presentarse una copia de su certificado de nacimiento previa solicitud.
- 5.2. Todas las solicitudes deben completarse en el idioma nacional del país anfitrión. Todas las solicitudes para concursos abiertos deben completarse en inglés.
- 5.3. Todos los artistas deben estar en forma, sanos y no estar embarazados conscientemente. A petición, el artista puede tener que presentar documentación de un médico como confirmación de su buen nivel de salud y condición física.

Toda la información se conservará confidencialmente.

- 5.4. Los intérpretes solo pueden actuar en una competición nacional si tienen ciudadanía y/o residencia permanente en ese país. En caso de doble nacionalidad, los intérpretes solo pueden representar a un país en el WPAC. Los intérpretes que deseen cambiar su país de representación deben permitir que pase un año competitivo antes del cambio.
- 5.5. Las solicitudes no se procesarán completamente sin cumplir todos los requisitos anteriores dentro de los plazos establecidos.

6. ELECCIÓN MUSICAL

- 6.1. Los intérpretes tienen una elección personal de música; esto puede ser una mezcla de diferentes músicas y artistas, y tener letras.
- 6.2. La música no puede tener connotación religiosa o despectiva. Las palabrotas (independientemente del idioma) están prohibidas.
- 6.3. La música debe presentarse dentro de los plazos establecidos o se aplicará una penalización. Si la música no se ha recibido 48 horas antes del inicio de la competición, el intérprete será descalificado.
- 6.4. La música debe presentarse en formato MP3 antes de la fecha límite establecida al organizador del concurso, y debe ser nombrada usando el nombre y la categoría del intérprete.
- 6.5. Una copia en formato CD o USB debe estar claramente etiquetada con el nombre y la categoría del intérprete, y entregada en el momento del registro. No hacerlo puede resultar en que el intérprete no actúe.

7. TEMA / FICHA TÉCNICA

- 7.1. Los intérpretes deben cumplir las siguientes normas:
- Los intérpretes deben completar la Hoja Temática / Técnica dentro de los plazos establecidos y en el idioma especificado por el organizador del concurso.
 - La hoja debe completarse en letra negra y mecanografiada; no se aceptarán copias manuscritas salvo que el organizador de la competición especifique lo contrario.
 - Los intérpretes deben firmar cada formulario; los coaches avalados también pueden añadir su firma.
 - Se impondrá una penalización de -1 por cada día que el formulario se retrase, hasta un máximo de -5 puntos; tras lo cual el jugador será descalificado.
 - La hoja debe completarse con tinta negra y ser mecanografiada en los documentos de Microsoft Word según lo proporcionado; cualquier otro formato recibirá deducción. Las firmas deben ser mecanografiadas.
 - Las hojas deben entregarse al organizador del concurso antes de los plazos establecidos.
 - El formulario debe completarse en su totalidad, y la música, el vestuario y los accesorios deben entregarse al mismo tiempo que la hoja de temática. Si no se completan las casillas, el formulario se considera incompleto y conllevará una penalización. Si la música, el vestuario y los accesorios no se envían simultáneamente, la hoja de temática se considera incompleta.

Proceso de registro

8. INTÉRPRETE REGISTRATION

En caso de que un artista no se presente al registro sin una razón legítima, será expulsado de todas las competiciones avaladas por la IPSF en todo el mundo durante un año. Los nombres de los artistas prohibidos se publicarán en www.ipsfsports.org. Los artistas solo podrán cancelar la participación sin ser sancionados con un mínimo de 21 días laborables antes de la competición. Se hacen excepciones por motivos médicos y emergencias, en las que la documentación médica y el justificante del billete de viaje deben ser presentados al Organizador para su confirmación con un mínimo de un día de antelación a la competición. Los artistas que no se presenten el día de la inscripción debido a una emergencia tendrán un máximo de siete días tras finalizar la competición para presentar la documentación necesaria. No se harán excepciones. Véase también: *Política de No Presentación de la IPSF (adjunto abajo)*.

- 8.1. Todos los artistas deben llegar e inscribirse a la hora designada por el Organizador, salvo que se obtenga permiso por escrito.

8.2. Todos los artistas, incluidos los dobles, deben aportar prueba de ciudadanía o residencia si el organizador lo solicita.

- 8.3. Todos los intérpretes deben firmar una confirmación de lo siguiente en el momento del registro:
- Se leyeron y aceptaron las Normas y Reglamentos.
 - Se leyó, aceptó el Código de Ética de la IPSF y el intérprete acepta comportarse de manera acorde a un deportista profesional.
 - Todos los gastos incurridos por el artista son responsabilidad del artista y no del Organizador.
 - Renuncia a todos los derechos de imagen y al acuerdo de que las imágenes puedan ser utilizadas para la promoción de deportes aéreos en todo el mundo por la IPSF y/o las Federaciones Nacionales pertenecientes a la IPSF. Los artistas no recibirán ninguna compensación por las fotos y vídeos tomados durante el evento.
 - Ser entrevistado, filmado y/o fotografiado por los medios aprobados por el Organizador.
 - Participar en los Campeonatos Nacionales o Abiertos bajo su propia responsabilidad. Cualquier lesión o accidente que pueda ocurrir es responsabilidad del artista y no del Organizador ni de la IPSF.
 - Respetar y seguir los horarios de ensayo y representación.
 - Estar presente en la ceremonia de medallas salvo que haya ocurrido una emergencia médica.
 - Si un participante no asiste a la ceremonia de medallas sin una excusa legítima (pruebas antidopaje, emergencia médica o fallecimiento de un familiar directo) y queda entre los tres primeros, será descalificado y su medalla se otorgará al siguiente atleta.
 - Si un participante tiene una excusa legítima para no asistir a la ceremonia de medallas (pruebas antidopaje, emergencia médica o fallecimiento de un familiar directo), un compañero de equipo o un entrenador reconocido por IPSF puede sustituirle en la ceremonia y se espera que cumpla con las normas y reglamentos del chándal.
- 8.4. En caso de que se cause interrupciones en la competición, los participantes serán descalificados.

Interpretación

Estas reglas se aplican a los regionales, preliminares y finales.

9. TIEMPO DE REPRESENTACIÓN

Los intérpretes deben cumplir las siguientes normas:

- 9.1. La duración de la función no debe ser inferior a 3,30 minutos ni más larga de 4:00 minutos.
- 9.2. La música se desvanece después de 4 minutos.

10. TEMA

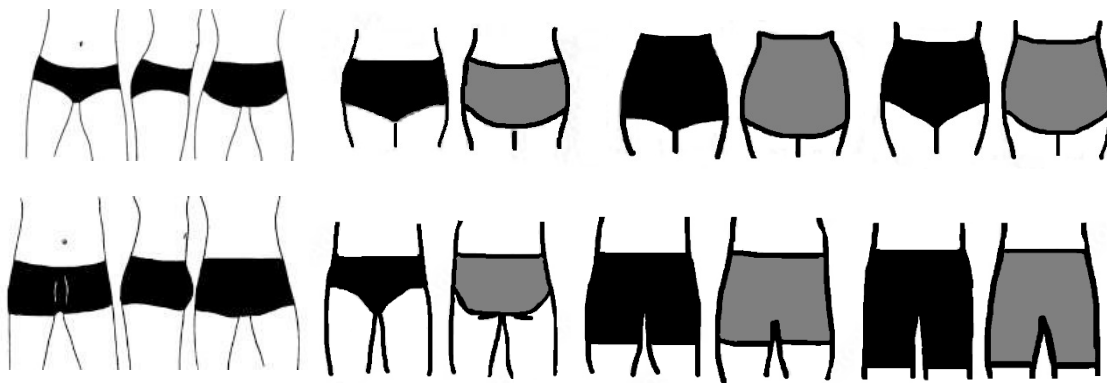
Todos los temas deben ser aprobados por el Juez Maestro dos (2) semanas antes de la competición, salvo que el organizador especifique lo contrario. Los temas que se consideren inapropiados o contrarios a las directrices éticas de la IPSF serán anulados. Os pedimos que recordéis que esta es una competición familiar, con jóvenes competidores, y que puede haber espectadores sensibles en el público; por favor, aseguraos de que el tema sea apropiado.

11. TRAJE

Los vestuarios deben ser apropiados para una competición artística. Deben cubrir completamente la zona de pelvis y glúteos para todos los intérpretes y el área del pecho para las intérpretes. Los vestuarios deben ser revisados por el Juez Maestro dos (2) semanas antes de la competición. Los intérpretes serán descalificados si no cumplen con los siguientes requisitos de vestuario:

- 11.1. Se permite un leotardo de dos piezas o un body cortado para todos los artistas; un fondo de una sola pieza solo para hombres.
- 11.2. La parte superior debe cubrir completamente la zona del pecho para las mujeres y no mostrar escote añadido o innecesario.
- 11.3. El corte de la parte inferior no debe estar más alto que el pliegue de la cadera delantera (donde se encuentran el muslo y la cadera), y debe cubrir completamente los huesos pélvicos. Deben cubrir completamente los glúteos.

11.4. Los pantalones cortos deben cubrir los glúteos. Algunos ejemplos de cobertura adecuada son los siguientes:



- 11.5. Se pueden llevar pantalones cortos largos, leggings o pantalones, y también se permiten faldas. Se permiten recortes en leggings a lo largo de la pierna para mayor seguridad en el agarre.
- 11.6. Calzado: el artista puede actuar descalzo o con protectores de suela de gimnasia/baile/zapatillas de ballet/zapatillas. No se permiten tacones ni botas. Otros calzado pueden usarse a discreción del juez principal.
- 11.7. Los disfraces no deben incluir:
- Ropa interior.
 - Prendas transparentes que no cubran el pecho, la pelvis y la zona glútea. Están prohibidas prendas que den la ilusión de ropa interior o desnudez.
 - Se permiten las telas de encaje y malla siempre que no impliquen desnudez ni den la ilusión de ropa interior.
 - Piezas metálicas.
 - Cualquier cosa que interfiera con el rendimiento o pueda considerarse un problema de salud y seguridad.
 - Aceite o crema en cualquier parte del cuerpo.
- 11.8. Los trajes exteriores como chaquetas, capas y sombreros pueden retirarse, siempre que el competidor vaya adecuadamente vestido debajo. El incumplimiento de estas normas puede resultar en la descalificación.
- 11.9. Los disfraces deben estar libres de logotipos de patrocinadores.
- 11.10. No se permiten tatuajes ofensivos: símbolos de supremacía y racismo, o imágenes ofensivas de violencia. Los tatuajes inapropiados deben estar cubiertos con una venda sencilla. No se permite el maquillaje de tatuaje.
- 11.11. No se permiten bolsos ni bolsos de ningún tipo en el escenario durante la ceremonia de entrega de medallas. Se debe llevar chándal durante la ceremonia de medallas.
- 11.12. Todos los intérpretes y sus entrenadores registrados en la IPSF deben llevar chándal conforme a los requisitos establecidos a continuación:
- Los chándales nacionales para su uso durante el WPAC deben seguir las normas establecidas en el Apéndice de Chándal, publicado como un documento independiente. Por favor, consulte este documento para conocer todas las normas y regulaciones de chándal.

12. UTILERÍA

Los utilería deben ser revisados por el Juez Maestro dos (2) semanas antes de la competición. Los accesorios deben servir al tema artístico general de la pieza. Los intérpretes disponen de 3 minutos para montar y retirar los atrezzo. Se concederá una deducción de 1 para la instalación y limpieza que se realicen fuera de este plazo. Los intérpretes serán descalificados si no cumplen con los siguientes requisitos de utilería:

- 12.1. No se permiten todos los accesorios o accesorios que puedan poner en peligro la seguridad del artista o el equipo. En caso de duda, por favor contacte con los organizadores.
- 12.2. Los accesorios recibirán un -1 por fallos, roturas, etc.

- 12.3. Si se utilizan humanos como atrezzo, el intérprete debe presentar en el Tema / Hojas Técnicas hasta qué punto lo usará y cómo aporta a la historia que está contando. No se deben usar más de 3 personas además del intérprete como 'accesorio'. No se permite que los utilería humana toquen el aparato durante la actuación. Los accesorios humanos pueden ayudar al intérprete(s) sin contacto con el aparato ni levantar al artista(s) y el tiempo de asistencia está limitado a 45 segundos sin penalización (véanse penalizaciones del Mater Judge). El tiempo de asistencia se define como cualquier momento en que al menos un utilería humana se mueve en el escenario, ya sea que ese movimiento tenga interacción directa con el/los intérprete(s) o no. El Master Judge se reserva el derecho de prohibir utilería humana si dicha utilería humana no contribuye activamente a la historia. Los utilería humana deben tener al menos 10 años el primer día del WPAC correspondiente. No se permite a los grupos usar utilería humana. Los accesorios humanos deben cumplir con las mismas normas y reglamentos de vestuario que los intérpretes.
- 12.4. No se permiten armas ni accesorios que imiten armas como accesorios. No se permiten representaciones de armas (es decir, no se permiten armas de juguete, arco y flechas, etc.). Sin embargo, las armas pueden representarse usando solo el cuerpo humano.
- 12.5. No se permiten líquidos: se puede usar agua siempre que esté en un recipiente sellado e irrompible (plástico).
- 12.6. Considerando los objetos de 'espejo': Debe presentarse una imagen del espejo al Juez Maestro para su aprobación con el tema / hoja técnica. El espejo debe ser un espejo soportado con marco que pueda sostenerse por sí solo —no apoyado en una pared, etc.— y debe proporcionarse una explicación sobre la función del espejo en la pieza, además de una descripción del material del espejo (porcelana, vidrio, estructura de madera, etc.).
- 12.7. No está permitido:
- Vidrio
 - Confeti
 - Cañones de purpurina
 - Sustancias que requieren tiempo para limpiarse o que pueden suponer un escenario inseguro para los artistas que lo siguen.
 - No hay atrezzo que requiera conexión al sistema eléctrico del recinto
- 12.8. El único aparato aéreo permitido en el escenario es el que se compite. No se permite ningún otro aparato aéreo. Un aparato aéreo se define como cualquier pieza de equipo que permita a un intérprete suspenderse en el aire de alguna manera. Ejemplos de aparatos aéreos que no pueden usarse como accesorio incluyen (pero no se limitan necesariamente a):
- "Fabpole"
 - "Poste de piruleta"
 - "Bucles" o "Bucles de circo"
 - Hamaca o sedas, etc.
 - Boquilla o "Mandíbula de Hierro"
 - Cualquier tipo de aparato colgante (por ejemplo, colgar el pelo)

13. PELUQUERÍA Y MAQUILLAJE

- 13.1. El pelo puede estar en cualquier estilo.
- 13.2. El maquillaje puede ser cualquier estilo que refleje la actuación.

14. GRIPS

- 14.1. Se puede usar cualquier producto de agarre excepto la lista de prohibidos disponible en la web de la IPSF. Por favor, ten en cuenta que NO se deben aplicar productos al aparato. Las ayudas de agarre solo pueden aplicarse al cuerpo del intérprete. Por favor, consulta la página web de la IPSF para la lista completa y actualizada.
- 14.2. Las ayudas de agarre a base de resina solo están permitidas para Aerial Silks.

15. Polos

- 15.1. Los postes de competición son de latón de 45 mm, con cuatro (4) metros de altura útil y hechos de una sola pieza.
- 15.2. Todos los intérpretes pueden elegir la configuración de los postes. Esto debe indicarse al aplicarse.
- 15.3. Limpieza de los postes:
 - Todos los postes serán limpiados antes de que cada artista actúe con un mínimo de dos (2) limpiadores de postes (uno o dos por poste). Los postes se limpiarán por completo; primero con un quitagras y luego con una toalla o paño seco.
 - Los artistas pueden revisar los postes antes de actuar y pueden solicitar una segunda limpieza.
 - Los artistas pueden limpiar los postes ellos mismos si lo prefieren, pero deben usar los productos de limpieza proporcionados por el organizador.
 - A los artistas se les prohíbe limpiar los postes con sus propios productos de limpieza. La excepción a la norma son alergias graves, en las que se debe proporcionar documentación médica.
 - Toda la información relacionada con el arte será comunicada por el organizador del concurso.

16. ARO

- 16.1. Los aros aéreos de competición están hechos de tubos metálicos con un diámetro de 25 mm.
- 16.2. Hay 3 diámetros para el aro proporcionados por el organizador que el intérprete puede elegir para su actuación: 90 cm, 95 cm y 100 cm.
- 16.3. El peso mínimo para el aro aéreo es de 4,7 kg.
- 16.4. La superficie del aro debe estar recubierta con polvo. No se deben usar cinta de agarre u otras ayudas de agarre sobre la superficie del aro. El aro se limpiará antes de cada intérprete.
- 16.5. Las opciones de altura proporcionadas por el organizador serán 140 cm, 170 cm y 200 cm, medidas desde el suelo hasta el punto más bajo de la barra inferior. El atleta/artista debe proporcionar la altura y el tamaño del aro requeridos en su solicitud de competición (y en la hoja temática para los artistas artísticos). En el ensayo organizado, el intérprete confirmará la altura para la actuación. El aro debe estar a una altura mínima del nivel de la barbilla del intérprete, medida desde el suelo. Para dobles y grupos, se considera la altura de la barbilla del atleta más alto.
- 16.6. El aro se colgará desde dos puntos de aparejo con correas de 80 cm de longitud hasta un punto de aparejo. Por favor, consulte las últimas normas de aparatos IPSF para obtener la información más actualizada sobre el aparejo.
- 16.7. Toda la información relacionada con el aro será comunicada por el organizador de la competición.
- 16.8. Limpieza del aro:
 - El aro se limpiará antes de que cada intérprete compita. El aro se limpiará completamente; primero con un quitagrasas y luego con una toalla o paño seco.
 - Los artistas pueden comprobar el aro y su altura antes de competir, y pueden solicitar una segunda limpieza o corrección de la altura.
 - Los artistas pueden limpiar el aro ellos mismos si lo prefieren, pero deben usar los productos de limpieza proporcionados por el organizador.
 - A los artistas se les prohíbe limpiar el aro con sus propios productos de limpieza. La única excepción a la norma son las alergias graves, en las que se debe proporcionar documentación médica.
- 16.9. A los artistas se les prohíbe limpiar el aro con sus propios productos de limpieza. La excepción a la norma son alergias graves, en las que se debe proporcionar documentación médica.
- 16.10. Toda la información relacionada con el arte será comunicada por el organizador del concurso.
- 16.11. Preparación para aro aéreo: El escenario tiene un mínimo de tres (3) metros de altura libre delante, lateral y detrás del aro.

17. POSTE AÉREO

- 17.1. Los postes aéreos de competición son postes de 45 mm recubiertos con caucho o silicona de neopreno, hechos de no más de dos piezas y tienen tres (3) metros de altura útil.
- 17.2. El poste aéreo se colgará de un punto de aparejo, con una correa de 40 cm de longitud. Por favor, consulte las últimas normas de aparatos IPSF para obtener la información más actualizada sobre aparejo.
- 17.3. El Poste Aéreo se colgará de un punto de aparejo. Por favor, consulte las últimas normas de aparatos IPSF para obtener la información más actualizada sobre el aparejo.
- 17.4. Limpieza del poste aéreo:
 - El Poste Aéreo se limpiará antes de que cada competidor compita. El Poste Aéreo se limpiará completamente; primero con un quitagras y luego con una toalla o paño seco.
 - Los participantes pueden comprobar el poste aéreo y su altura antes de competir, y pueden solicitar una segunda limpieza.
 - Los artistas pueden limpiar el Poste Aéreo ellos mismos si lo prefieren, pero deben usar los productos de limpieza proporcionados por el organizador.
- 17.5. A los artistas se les prohíbe limpiar el Poste Aéreo con sus propios productos de limpieza. La excepción a la norma son alergias graves, en las que se debe proporcionar documentación médica.
- 17.6. Toda la información relacionada con el poste aéreo y artística será comunicada por el organizador de la competición.

18. SEDAS AÉREAS

- 18.1. Las sedas aéreas de competición miden entre 10 m y 12 m de largo y 150 cm – 180 cm de ancho.
- 18.2. La seda aérea se colgará de un punto de aparejo. Por favor, consulte las últimas normas de aparatos IPSF para la información más actualizada sobre el aparejo, así como información detallada sobre el tejido, etc.
- 18.3. Los intérpretes pueden traer sus propias sedas del color y la extensión que prefieran. Debe tenerse en cuenta lo siguiente:
 - Los intérpretes deben proporcionar una figura de ocho certificada de aleación de aluminio para montar las sedas. Los intérpretes deben aportar prueba de la certificación de la figura de ocho. La figura de ocho se revisará en cada competición para asegurarse de que está en condiciones (no desgastada ni agrietada).
 - Las sedas se revisarán en cada competición para asegurarse de que son aptas para su uso (no rasgadas, que la tela es adecuada (estiran en múltiples direcciones como en la tela trilóbal), que están correctamente anudadas alrededor de la figura de ocho y que la longitud y el ancho son correctos).
 - El intérprete deberá firmar un aviso legal que exima a la IPSF y a su Federación Nacional de cualquier responsabilidad sobre su propio equipo.
- 18.4. Los organizadores de la competición proporcionarán sedas en un color sólido de su elección en caso de que un artista no pueda traer sus propias sedas o no tenga sedas que cumplan con los requisitos establecidos anteriormente. Los organizadores de la competición rotarán las sedas durante la competición para permitir tiempo suficiente para la limpieza de las sedas.
- 18.5. Limpieza de las Sedas Aéreas proporcionada por los organizadores del concurso:
 - La Seda Aérea se limpiará después de cada competidor. La Seda Aérea se limpiará completamente con un spray antibacteriano y se dejará secar al aire antes del siguiente uso.
- 18.6. A los artistas se les prohíbe limpiar las Sedas Aéreas proporcionadas por los organizadores de la competición con sus propios productos de limpieza. La excepción a la norma son las alergias graves, en cuyo caso debe proporcionarse documentación médica.
- 18.7. Todas las telas aéreas y la información relacionada con el arte serán comunicadas por el organizador del concurso.

19. RODAJE

- 19.1. Todos los intérpretes confirman, participando en cualquier Campeonato IPSF, que renuncian a todos los derechos de filmación y fotografía y no recibirán ninguna compensación por las fotos y vídeos tomados durante el evento. Todos los artistas deben aceptar que sus imágenes puedan ser utilizadas con fines publicitarios, formativos, promocionales y comerciales por la IPSF y/o las Federaciones Nacionales pertenecientes a la IPSF.
- 19.2. Todos los intérpretes aceptan ser entrevistados, filmados y/o fotografiados por medios aprobados por la IPSF.
- 19.3. Todos los intérpretes deben aceptar filmar o fotografiar en cualquier evento en el que participen antes, durante o después de la competición, que esté relacionado con la competición (como talleres, entrevistas, actuaciones, etc.).
- 19.4. No se permite filmar ni fotografiar en las zonas de cambio salvo con permiso expreso del organizador.
- 19.5. Toda la fotografía y el metraje siguen siendo propiedad del Organizador.

Evaluación

20. JUECES Y SISTEMA DE JUZGADO

- 20.1. El juicio se suma mediante un colador.
- 20.2. Las puntuaciones se dan al final de la competición.
- 20.3. Los jueces deben estar separados de los intérpretes y espectadores en todo momento.
- 20.4. Los jueces y los intérpretes serán descalificados si se les encuentra discutiendo cualquier asunto juntos en cualquier momento durante la competición.
- 20.5. Los jueces no pueden competir el mismo año en que están evaluando. De manera similar, los jueces no pueden ser entrenadores reconocidos por la IPSF en competiciones del mismo año en que están juzgando. Los organizadores de competiciones o miembros del comité de la federación no pueden competir, juzgar ni ser entrenadores reconocidos por la IPSF en la competición que organizan (salvo que se presenten circunstancias atenuantes por escrito al ejecutivo de la IPSF).

	Intérprete	Entrenador	Acompañante	Juez	Juez Principal	Competición Organizador	Federación Presidente
Atleta	X	X	X				
Entrenador	X	X	X				
Acompañante	X	X	X				
Juez				X	X		
Juez Principal				X	X		
Organizador de la competición						X	X
Presidente de la Federación						X	X

El calendario anterior te dará una visión general de lo que es aceptable hacer el cruce (en VERDE), lo que no es aceptable cruzar en absoluto (NEGRO), sujeto a discusión por parte del ejecutivo de la IPSF y las advertencias siguientes (ROJO).

- 20.6. El presidente de la Federación puede competir SI el Ejecutivo de la IPSF es informado a más tardar 3 meses antes de la competición, y se cumplen las siguientes salvedades:
 - El presidente de la Federación no debe tener interacción con jueces ni intérpretes
 - El presidente de la Federación no debe tener ninguna interacción con las formas de los intérpretes, la música o el vestuario ni tener información confidencial relacionada con esto
 - El presidente de la Federación no debe anunciar ni representar visualmente a la federación en tu competición
 - El presidente de la Federación debe competir primero para poder asistir durante el resto del fin de semana
 - El presidente de la Federación debe aportar pruebas de la existencia de un comité organizador que interactúe con los jueces y artistas
 - El presidente de la Federación debe aportar pruebas de que el organizador real de la competición está completamente a cargo de todo lo relacionado con la competición

Si se incumplen estas normas, se enfrentarán a una sanción y posible suspensión.

- 20.7. El panel de jueces estará compuesto por un mínimo de 3 jueces (2 jueces y un Juez Maestro), pero puede estar formado por más jueces siempre que el panel esté formado por un número impar de jueces.
- 20.8. En caso de que haya 5 o más jueces en el jurado, los jueces eliminarán las puntuaciones más bajas y altas para evitar sesgos, a menos que

una de las puntuaciones otorgadas pertenece al Juez Maestro. Si 2 puntuaciones son iguales, solo se eliminará 1.

21. DESCALIFICACIÓN

Un intérprete puede ser descalificado por el Master Judge a su discreción durante la competición por lo siguiente (véase la lista completa de Penalizaciones para Master Judge):

- 21.1. No se tolerará ninguna apropiación cultural o religiosa.
- 21.2. No se permitirán groserías.
- 21.3. No se permitirán armas ni utilería que se utilicen para indicar armas. No se permitirá violencia en el escenario.
- 21.4. No se permitirá el fuego. Tampoco está permitido hacer estallar un extintor como atrezzo.
- 21.5. Ten en cuenta que todos los recintos de competición IPSF son espacios para no fumadores. Por tanto, no se permitirá fumar en un radio de 100 m alrededor del recinto.
- 21.6. No se permiten sustancias prohibidas o reguladas.
- 21.7. Incumplir las normas, regulaciones y código de ética.
- 21.8. Proporcionar información falsa o inexacta en el formulario de solicitud.
- 21.9. Tocar intencionadamente el sistema de armaduras durante la actuación. Esto incluye tocar intencionadamente el fondo del escenario en cualquier momento durante la rutina, las pancartas/caídas laterales y el faldeado alrededor del escenario (la demarcación del escenario).
- 21.10. Coreografía y vestuario inapropiados.
- 21.11. Llegar tarde a la inscripción y ensayos sin acuerdo previo, o no participar en el desfile de apertura (sin la aprobación previa del organizador del concurso).
- 21.12. Llegar tarde entre bastidores antes de actuar.
- 21.13. Llegar tarde o no subir al escenario cuando se anunció.
- 21.14. Comportamiento antideportivo o desprestigiar a la competencia, al organizador o a la IPSF.
- 21.15. Amenazar la vida o la salud de un artista, organizador, juez o espectador.
- 21.16. Usar agarres prohibidos.
- 21.17. Contactar directamente con el jurado para discutir la competición, o influir directa o indirectamente en la decisión del jurado antes o durante la competición.
- 21.18. Usando lenguaje vulgar o gestos hacia cualquier funcionario de la IPSF.
- 21.19. No entregar su Tema / Ficha Técnica antes de 5 días antes del concurso.

22. RESULTADOS

- 22.1. Todos los resultados se recopilan por ordenador.
- 22.2. Las puntuaciones se anunciarán al final del evento. A los intérpretes se les dará un desglose de sus puntuaciones por sección únicamente. Es responsabilidad del intérprete recoger su tira de puntuación. Todas las tiras de puntuación que no se hayan recogido al final de una competición serán destruidas.
- 22.3. Todos los resultados se publicarán en la página web de los organizadores en un plazo de veinticuatro (24) horas desde la entrega de los premios.
- 22.4. Todos los intérpretes que cumplan los requisitos para WPAC aparecerán en la página web del IPSF en un plazo de veinticuatro (24) horas.

23. CONDECORACIONES

- 23.1. En los Campeonatos Nacionales, cada intérprete compite por el título de Campeón Artístico Nacional 20XX en relación con el aparato específico en el que compite. En los Campeonatos Abiertos, cada intérprete compite por el título de Campeón Artístico Abierto 20XX en relación con el aparato específico en el que compite. En el Campeonato Mundial, cada intérprete compite por el título de Campeón Artístico Mundial 20XX según el aparato específico en el que compite.
- 23.2. Solo se permite llevar zapatillas deportivas, calcetines o pies descalzos en el escenario durante la ceremonia de medallas.

Derechos y responsabilidades

24. DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DE LOS INTÉRPRETES

- 24.1. Todos los artistas deben leer las normas, reglamentos y cualquier actualización.
- 24.2. Todos los intérpretes deben comportarse conforme a las normas, reglamentos y Código de Ética de la IPSF.
- 24.3. Todos los intérpretes deben firmar el código de ética de la IPSF y comportarse en consecuencia.
- 24.4. Todos los intérpretes están obligados a llevar documentos de identificación para la competición.
- 24.5. Todos los intérpretes son plenamente responsables de su estado de salud personal y de su capacidad para actuar. Para evitar lesiones, no todos los intérpretes deben realizar trucos o combinaciones en los que no estén completamente seguros y seguros.
- 24.6. Todos los participantes participan en los campeonatos IPSF bajo su propio riesgo y entienden que cualquier lesión o accidente que pueda ocurrir es su responsabilidad.
- 24.7. El uso de alcohol o sustancias prohibidas o controladas antes o durante la competición está estrictamente prohibido.
- 24.8. Todos los gastos incurridos por el artista son responsabilidad del artista y no del Organizador. La confirmación de esto requerirá una firma en el momento del registro.
- 24.9. Los participantes que participen en cualquier campeonato IPSF deben comprar/obtener el visado correspondiente para entrar en el país donde se celebra la competición. Si el intérprete necesita ayuda, por favor contacte con el organizador de la competición.
- 24.10. Todos los intérpretes tienen derecho a recibir toda la información pública disponible sobre el sistema de puntuación o sobre la competición en general, que puede encontrarse en la página web de la IPSF: www.polesports.org.
- 24.11. Durante las preliminares y finales:
 - Todos los intérpretes deben actuar con su misma categoría de género, salvo en el caso de dobles y si una categoría es mixta.
 - Los artistas deben salir del escenario y esperar a ser anunciados antes de subir.
- 24.12. En última instancia, es responsabilidad del atleta/intérprete asegurarse de que se cumplan todas las normas y reglamentos. Si se incumple una norma pero no se detecta durante el proceso de revisión del Juez Principal/Juez Maestro, el atleta o intérprete aún puede ser deducido por esta infracción en la competición.

25. DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DEL ORGANIZADOR

La IPSF y/o el Organizador se reservan el derecho a lo siguiente:

- 25.1. Modificar las normas y reglamentos de la competición o sus anexos en cualquier momento. Cualquier cambio se anunciará inmediatamente el www.ipsfsports.org.
- 25.2. Remitir al Juez Maestro a cualquier intérprete que incumpla las normas y reglamentos o el código de ética para la consideración de sanciones o descalificaciones.
- 25.3. Para remitir al Juez Maestro cualquier juez que incumpla las normas y reglamentos o el código de ética para la consideración de la inhabilitación.
- 25.4. Decidir cualquier decisión que no haya sido ya contemplada en las normas, reglamentos y código de ética antes o durante la competición.
- 25.5. El Organizador proporcionará primeros auxilios básicos en caso de incidente o accidente y asistencia médica en caso de una lesión más grave. El representante médico tiene la decisión final sobre si la lesión del intérprete debe impedirle participar o continuar con la competición.
- 25.6. La IPSF y el Organizador no pueden ser responsables de la pérdida o daño a los objetos de los intérpretes o funcionarios.

El Organizador está obligado a:

- 25.7. Publica todos los criterios de la competición tal como se indica anteriormente.
- 25.8. Anuncia todos los cambios relacionados con la competición en la página web de los organizadores.
- 25.9. Proporcionar salas para que los artistas se cambien y calienten, con instalaciones de aseo separadas de las que usan los jueces y los espectadores.
- 25.10. Revisa la instalación de los aros y pruébalos.
- 25.11. Da a los intérpretes la oportunidad de practicar con los aros antes de que empiece la competición.

- 25.12. Organiza la limpieza de los aros antes de cada actuación.
- 25.13. Proporciona a los jueces toda la información necesaria sobre la competición.

- 25.14. Proporcionar primeros auxilios provisionales en caso de incidente o accidente.
- 25.15. Consulta las Hojas Técnicas / Temas y pide al artista que demuestre que el vestuario, el atrezzo, el calzado o cualquier componente de la actuación no dañará el aro ni el escenario. Entonces es prerrogativa del Organizador discutir estos detalles con el Juez Maestro.

26. ENTRENADORES

- 26.1. Para ser un entrenador registrado en la IPSF, el entrenador debe haber completado al menos un curso de Código de Puntos específico para el aparato y el año en que está entrenando (por ejemplo, si entrena Aro Aéreo, debe completar el Código de Puntos de Aro Aéreo dentro del año de competición), así como una cualificación en Anatomía (que incluye calentamiento y enfriamiento, e incluye un examen incorporado en el curso; puede ser un curso universitario o el curso de Anatomía, Fisiología y Biomecánica de la IPSF). También se recomienda encarecidamente un curso de coaching. El entrenador debe entonces presentar estas cualificaciones a la IPSF y deberá pagar una cuota de inscripción. Esta tasa es aplicable por año. La IPSF actualizará a los entrenadores si se requieren cambios y proporcionará tiempo y oportunidad de sobra para completar cualquier cualificación adicional.
- 26.2. Todos los entrenadores que firmen las hojas temáticas artísticas de los atletas deben estar registrados en la IPSF. Solo el entrenador reconocido por la IPSF que firme los formularios será considerado entrenador del atleta, y por tanto solo este entrenador tendrá los privilegios asociados al título. Los entrenadores solo pueden firmar formularios en las disciplinas en las que se hayan certificado como entrenadores registrados en la IPSF (por ejemplo, si un entrenador está registrado como entrenador de aro aéreo, no puede firmar los formularios para una competición de barra o poste aéreo).

Quejas

27. QUEJAS GENERALES

- 27.1. No se permite a los intérpretes apelar sus puntuaciones; las puntuaciones de los jueces son finales.
- 27.2. Cualquier otro asunto debe presentarse por escrito a la organización del concurso en un plazo de 7 días laborables.
- 27.3. Para más información, por favor contacte con el organizador del concurso.

Sistema de puntuación IPSF

Esta sección contiene información para intérpretes y entrenadores sobre el sistema de puntuación utilizado en los Campeonatos Nacionales, y explicará cómo se darán las puntuaciones, cuándo se anunciarán los resultados finales y información adicional que podrías necesitar saber.

Puntuaciones personales

Vuestras puntuaciones totales se anunciarán al final de todas las funciones. No se mantendrá ninguna otra comunicación con el jurado.

Resultados de la competición

Los resultados de todas las categorías el día de la final se anunciarán en la ceremonia de entrega de premios (estos se repartirán a lo largo del día o se celebran al final de cada día de competición; por favor, confirme con el organizador de la competición cuándo tendrá lugar la ceremonia de entrega si no está seguro). Se espera que los intérpretes estén listos para subir al escenario cuando sean llamados, aproximadamente 15 minutos después de que el último artista haya actuado. Cada categoría será invitada al escenario y los ganadores se anunciarán con su puntuación total. Todas las puntuaciones totales también se publicarán en la web del concurso y los intérpretes que se clasificarán WPAC en el ranking artístico mundial IPSF.

Orientación sobre tus puntuaciones

Por favor, consulte la hoja de puntuación y las normas correspondientes.

POLÍTICA DE NO PRESENTACIÓN DE LAS COMPETICIONES IPSF

Propósito

Esta política describe el enfoque de la Federación Internacional de Deportes de Pole (IPSF) hacia los artistas que solicitan participar en competencias tanto a nivel nacional e internacional y no asiste a los eventos.

Contexto

Esta política se ha introducido debido a la frecuencia de ocasiones en las que los competidores no asisten ni actúan en competencias en las que han participado sin informar a los organizadores de la competición. Esta política ayudará a eliminar los siguientes problemas:

- Impedir que otros artistas participen en competencias
- Provocando retrasos a los organizadores
- Decepcionando a aficionados y espectadores deportivos
- Alteración de los calendarios de competencias
- Crear dificultades con los patrocinadores

Expectativas para informar a los organizadores de competencias

Los artistas que no puedan asistir a las competencias en las que han participado deben cumplir al menos **una** de las siguientes expectativas según el motivo de la ausencia y el tiempo que tarden en cancelar su asistencia:

1. Se espera que los artistas informen a los organizadores nacionales e internacionales de la competición de que no asistirán. El plazo para esto es **de tres semanas** antes de la fecha de la competición. Es responsabilidad del artista conocer la fecha límite.
2. Los artistas que tengan que cancelar su asistencia después de la fecha límite **deben** informar a los organizadores del concurso lo antes posible (es aceptable que alguien lo haga en su nombre). Debe presentarse un certificado médico (con una copia traducida al inglés si el certificado original no está en inglés) al organizador del concurso.
3. Los artistas que no tengan una razón médica para no asistir con poca antelación deberán presentar sus motivos al organizador del concurso para que sean evaluados por el Comité Ejecutivo de la IPSF y así decidir si el motivo es aceptable. Si no, las sanciones a continuación se registrarán a nombre del artista.

Procedimientos de notificación IPSF

1. Los artistas disponen de hasta **siete días** después de la fecha de la competición para presentar los documentos correspondientes indicados anteriormente.
2. Si no se presenta un formulario después **de siete días**, la IPSF escribirá al intérprete explicando que ahora está siendo registrado como **no presentante**.
3. Si no hay respuesta, la IPSF registrará al artista como no presente con las sanciones vigentes (detalladas más abajo).
4. Para presentar una apelación, el intérprete debe hacerlo en un **plazo de siete días** desde la recepción de su registro como no presentante. La apelación será evaluada por el Comité Ejecutivo de la IPSF.

Sanciones

Los intérpretes que no cumplan los criterios de no asistencia a una competición nacional o internacional de la IPSF serán registrados como artistas sin presentaciones y serán excluidos de todas las competencias regionales, nacionales e internacionales durante un año desde la fecha de la competición. Todos los detalles (nombres y competición) se publicarán en las páginas web nacionales e internacionales de la IPSF.

ANEXO 1

Movimientos prohibidos y sanciones

- Están prohibidos todo tipo de levantamientos y equilibrios con brazos extendidos y cuando el compañero de levantamiento esté en posición vertical y no tenga contacto con el aparato. Están prohibidos todos los levantamientos en los que el compañero sea levantado y sostenido por encima del nivel del hombro sin contacto con el aparato.
- Están prohibidos todos los levantamientos que usan el aparato como ayuda y fijan la posición de elevación. Estos levantamientos solo están permitidos si se usan como transición al aro sin fijar una posición.
- El compañero de levantamiento no puede moverse de ninguna manera al realizar un levantamiento aprobado, incluidos los levantamientos con contacto con el aparato.
- Está prohibido lanzar a un compañero al aire y atraparlo sin contacto con el aparato.
- Están prohibidos los saltos con giro y dos o más saltos consecutivos sin contacto con el aro. Un giro se define como un cambio de dirección del cuerpo mientras se está a mitad del salto, es decir, el intérprete gira sobre dos ejes en lugar de uno
- No se permiten movimientos de rotación, incluidos saltos, pivotes y piruetas, con más de 720° en un punto.

Penalización: si no se cumplen las reglas anteriores, el juez principal impondrá una penalización de -5 por cada infracción, y no se otorgará valor de dificultad.

Ten en cuenta que se permitirá un máximo de 3 intérpretes en el aparato al mismo tiempo (definido como que los intérpretes no tengan contacto con el suelo). Si hay más de 2 intérpretes en el aparato en un momento dado, entonces los movimientos dinámicos están prohibidos. Si se realiza un movimiento dinámico cuando hay más de 2 intérpretes en el aparato, se aplicará una deducción de -5 por cada intérprete que esté en el aparato.

ELEMENTOS/MOVIMIENTOS PROHIBIDOS

Estos elementos y movimientos están completamente prohibidos y son adicionales a los movimientos y elementos prohibidos mencionados anteriormente. Esta prohibición está sujeta a un acuerdo con la FIG sobre la coexistencia de ambos organismos, y proviene directamente del Código de Puntos de Gimnasia Aeróbica de la FIG (junto con las estipulaciones relativas a otros códigos de gimnasia ya mencionados en este documento). Por favor, tenga en cuenta las sanciones que se aplicarán por infracción. En caso de duda, visite la página web de la IPSF para acceder a enlaces a los vídeos de estos elementos (o utilice los enlaces a continuación).

ELEMENTOS/MOVIMIENTOS PROHIBIDOS		
CÓDIGO NR.	NOMBRE	ENLACE
A 184	ESTRUCTURA EXPLOSIVA EN FORMA DE FORMA A	https://www.fig-aerobic.com/A-184-EXPLOSIVE-A-FRAME_a600.html
A 186	EXPLOSIVO A-FRAME DE MEDIA VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/A-186-EXPLOSIVE-A-FRAME-TURN_a602.html
A 194	EXPLOSIVO CUADRO EN FORMA DE A PARA LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-194-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO-SPLIT_a1144.html
A 196	EXPLOSIVO DE MEDIO GIRO EN EL MARCO EN A PARA LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-196-EXPLOSIVE-A-FRAME-TURN-TO-SPLIT_a1042.html
A 198	FOTOGRAMA EXPLOSIVO EN A-1/2 VUELTA 1/2 VUELTA HACIA EL SOPORTE TRASERO	https://www.fig-aerobic.com/A-198-EXPLOSIVE-A-FRAME-TURN-TWIST-TO-BACK-SUPPORT_a1145.html
A 205	EXPLOSIVO EN EL MARCO EN FORMA A A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-205-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO-WENSON_a601.html
A 206	EXPLOSIVO EN MARCO EN FORMA A A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-206-EXPLOSIVE-A-FRAME-TO-LIFTED-WENSON_a1146.html
A 207	EXPLOSIVO GIRO DE MEDIA A A A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-207-EXPLOSIVE-A-FRAME-TURN-TO-WENSON_a603.html
A 208	GIRO EXPLOSIVO DE MEDIA CÁMARA A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-208-EXPLOSIVE-A-FRAME-TURN-TO-LIFTED-WENSON_a604.html
A 215	CORTE DE ESTRÉS	https://www.fig-aerobic.com/A-215-STRADDLE-CUT_a607.html
A 216	CORTE STRADDLE A SOPORTE L	https://www.fig-aerobic.com/A-216-STRADDLE-CUT-TO-L-SUPPORT_a608.html
A 217	CORTE DE STRADDLE A STRADDLE V-SUPPORT	https://www.fig-aerobic.com/A-217-STRADDLE-CUT-TO-STRADDLE-V-SUPPORT_a1147.html
A 218	CORTE DE STRADDLE A SOPORTE EN V	https://www.fig-aerobic.com/A-218-STRADDLE-CUT-TO-V-SUPPORT_a609.html
A 219	CORTE DE STRADDLE 1/2 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/A-219-STRADDLE-CUT-TWIST-TO-PUSH-UP_a610.html
A 220	STRADDLE CORTÓ MEDIO GIRO A WENSON O LEVANTÓ WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-220-STRADDLE-CUT-TWIST-TO-WENSON-OR-LIFTED-WENSON_a611.html
A 225	ALTO SOPORTE EN V A DIVISIÓN FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/A-225-HIGH-V-SUPPORT-TO-FRONTAL-SPLIT_a1149.html

A 226	CORTE INVERSO CON SOPORTE EN V ALTO HACIA LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-226-HIGH-V-SUPPORT-REVERSE-CUT-TO-SPLIT_a614.html
A 227	SOPORTE EN V ALTO MEDIA VUELTA A DIVISIÓN FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/A-227-HIGH-V-SUPPORT-TURN-TO-FRONTAL-SPLIT_a615.html
A 228	SOPORTE EN V ALTO CORTE INVERSO DE MEDIA VUELTA PARA LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-228-HIGH-V-SUPPORT-REVERSE-CUT-TURN-TO-SPLIT_a1150.html

A 237	SOPORTE EN V ALTO GIRO DE 1/2 PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/A-237-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-TO-PUSH-UP_a620.html
A 239	V ALTO - SOPORTE 1/HALF TWIST A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-239-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-TO-WENSON_a618.html
A 240	V ALTO - SOPORTE DE MEDIO GIRO A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-240-HIGH-V-SUPPORT-TWIST-TO-LIFTED-WENSON_a619.html
A 309	FLAIR 1/1 TWIST AÉREO A PU	https://www.fig-aerobic.com/A-309-FLAIR-1-1-TWIST-AIRBORNE-TO-PU_a1160.html
A 310	FLAIR 1/2 VUELTA, 1/1 GIRO EN EL AIRE A PU (PIMPA) O A WENSON (KIM)	https://www.fig-aerobic.com/A-310-FLAIR-TURN-1-1-TWIST-AIRBORNE-TO-PU-PIMPA-OR-TO-WENSON-KIM_a1161.html
A 326	FLAIR A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-326-FLAIR-TO-WENSON_a625.html
A 327	GIRO DE FLAIR 1/2 A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-327-FLAIR-TURN-TO-WENSON_a626.html
A 328	GIRO DE FLAIR 1/1 A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-328-FLAIR-1-1-TURN-TO-WENSON_a627.html
A 329	EJE FLAIR 1/1 A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-329-FLAIR-1-1-SPINDLE-TO-WENSON_a1044.html
A 337	FLAIR A LIFTED WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-337-FLAIR-TO-LIFTED-WENSON_a629.html
A 338	GIRO DE FLAIR 1/2 A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-338-FLAIR-TURN-TO-LIFTED-WENSON_a630.html
A 339	GIRO DE FLAIR 1/1 A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-339-FLAIR-1-1-TURN-TO-LIFTED-WENSON_a631.html
A 364	HELICÓPTERO	https://www.fig-aerobic.com/A-364-HELICOPTER_a637.html
A 365	HELICÓPTERO A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-365-HELICOPTER-TO-WENSON_a641.html
A 366	HELICÓPTERO A ELEVADO WENSON A AMBOS LADOS	https://www.fig-aerobic.com/A-366-HELICOPTER-TO-LIFTED-WENSON-BOTH-SIDE_a1282.html
A 368	HELICÓPTERO 1/1 TWIST EN VUELO A PU	https://www.fig-aerobic.com/A-368-HELICOPTER-1-1-TWIST-AIRBORNE-TO-PU_a1163.html
A 374	HELICÓPTERO A PARTIR	https://www.fig-aerobic.com/A-374-HELICOPTER-TO-SPLIT_a640.html
A 375	HELICÓPTERO MEDIO GIRO A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-375-HELICOPTER-1-2-TURN-TO-SPLIT_a1162.html
B 104	SOPORTE DE LA ESTRUCTURA DE 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-104-STRADDLE-SUPPORT-1-1-TURN_a650.html
B 106	SOPORTE DE STRADLE 2/1 VUELTA O MÁS	https://www.fig-aerobic.com/B-106-STRADDLE-SUPPORT-2-1-TURN-OR-MORE_a652.html
B 114	1 SOPORTE DE BRAZO PARA LA BANDA	https://www.fig-aerobic.com/B-114-1-ARM-STRADDLE-SUPPORT_a653.html
B 115	SOPORTE DE STRADDLE DE 1 BRAZO Y MEDIA VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-115-1-ARM-TURN-STRADDLE-SUPPORT_a654.html
B 116	SOPORTE DE CABALLAJE DE 1/1 VUELTA (LACATUS)	https://www.fig-aerobic.com/B-116-1-ARM-1-1-TURN-STRADDLE-SUPPORT-LACATUS_a655.html
B 117	SOPORTE DE UN BRAZO PARA EL STRADDLE DE 1 Y 1/2	https://www.fig-aerobic.com/B-117-1-ARM-1-1-2-TURN-STRADDLE-SUPPORT_a656.html

	VUELTA	
--	--------	--

B 124	STRADDLE / SOPORTE EN L 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-124-STRADDLE-L-SUPPORT-1-1-TURN_a1180.html
B 126	STRADDLE / SOPORTE EN L 2/1 GIRO (MOLDAVIO)	https://www.fig-aerobic.com/B-126-STRADDLE-L-SUPPORT-2-1-TURN-MOLDOVAN_a1181.html
B 134	SOPORTE EN L 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-134-L-SUPPORT-1-1-TURN_a664.html
B 136	SOPORTE EN L 2/1 VUELTA O MÁS	https://www.fig-aerobic.com/B-136-L-SUPPORT-2-1-TURN-OR-MORE_a666.html
B 145	SOPORTE EN V A CABALLÓN DE UN GIRO	https://www.fig-aerobic.com/B-145-STRADDLE-V-SUPPORT-1-1-TURN_a672.html
B 147	APOYO EN V A AMBOS LADOS 2/1 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/B-147-STRADDLE-V-SUPPORT-2-1-TURN_a674.html
B 157	SOPORTE EN V 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-157-V-SUPPORT-1-1-TURN_a677.html
B 159	SOPORTE EN V 2/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-159-V-SUPPORT-2-1-TURN_a679.html
B 170	ALTO SOPORTE EN V 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/B-170-HIGH-V-SUPPORT-1-1-TURN_a1187.html
B 186	LARGADOR DE PASO	https://www.fig-aerobic.com/B-186-STRADDLE-PLANCHE_a695.html
B 187	STRADDLE PLANCHE PARA SUBIR	https://www.fig-aerobic.com/B-187-STRADDLE-PLANCHE-TO-PUSH-UP_a696.html
B 200	PLANCHE A ELEVADO WENSON DE NUEVO A LA PLANCHE DE CABALLAMIENTO	https://www.fig-aerobic.com/B-200-PLANCHE-TO-LIFTED-WENSON-BACK-TO-STRADDLE-PLANCHE_a1262.html
B 208	STRADDLE PLANCHE A WENSON LEVANTADO A AMBOS LADOS	https://www.fig-aerobic.com/B-208-STRADDLE-PLANCHE-TO-LIFTED-WENSON-BOTH-SIDES_a1190.html
B 210	TRAMA LA PLANCHA A LEVANTÓ A WENSON A AMBOS LADOS PARA QUE QUEDARA A HORCAJADAS	https://www.fig-aerobic.com/B-210-STRADDLE-PLANCHE-TO-LEVANTÓ-WENSON-AMBOS-LADOS-DE-NUEVO-PARA-MONTAR-PLANCHE_a1191.html
B 218	PLANCHE	https://www.fig-aerobic.com/B-218-PLANCHE_a699.html
B 219	DE PLANCHE A FLEXIONES	https://www.fig-aerobic.com/B-219-PLANCHE-TO-PUSH-UP_a700.html
B 220	PLANCHE A WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/B-220-PLANCHE-TO-LIFTED-WENSON_a701.html
C 108	GIROS DE AIRE 3/1	https://www.fig-aerobic.com/C-108-3-1-AIR-TURNS_a769.html
C 118	2 GIROS DE AIRE Y MEDIO PARA SEPARARSE	https://www.fig-aerobic.com/C-118-2-AIR-TURNS-TO-SPLIT_a774.html
C 119	GIRO DE AIRE 3/1 A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-119-3-1-AIR-TURN-TO-SPLIT_a775.html
C 153	GAINER DE MEDIO GIRO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-153-GAINER-TWIST-TO-SPLIT_a792.html
C 156	GAINER 1 1/2 GIRO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-156-GAINER-1-TWIST-TO-SPLIT_a793.html
C 159	GAINER 2 1/2 GIRO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-159-GAINER-2-TWIST-TO-SPLIT_a1210.html

C 144	GAINER 1/2 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/C-144-GAINER-TWIST_a789.html
C 147	GAINER 1 1/2 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/C-147-GAINER-1-TWIST_a790.html

C 150	GIRO GAINER DE 2 1/2	https://www.fig-aerobic.com/C-150-GAINER-2-TWIST_a1209.html
C 193	TUCK SALTO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-193-TUCK-JUMP-TO-SPLIT_a807.html
C 194	SALTO TUCK DE 1/2 VUELTA A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-194-TURN-TUCK-JUMP-TO-SPLIT_a808.html
C 325	SALTO A RAYA PARA DIVIDIR	https://www.fig-aerobic.com/C-325-STRADDLE-JUMP-TO-SPLIT_a863.html
C 326	SALTO DE 1/2 GIRO A LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-326-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-SPLIT_a864.html
C 327	SALTO DE 1/1 DE VUELTA A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-327-1-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-SPLIT_a865.html
C 328	SALTO A RAYA DE 1 1/2 VUELTA PARA SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-328-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-SPLIT_a1224.html
C 336	SALTO A CABALLÓN PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-336-STRADDLE-JUMP-TO-PUSH-UP_a866.html
C 337	SALTO DE 1/2 VUELTA A CABALLÓN PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-337-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-PUSH-UP_a867.html
C 338	SALTO DE 1/1 VUELTA A LA IZQUIERDA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-338-1-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-PUSH-UP_a868.html
C 339	SALTO A CABALLÓN DE 1 1/2 VUELTA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-339-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TO-PUSH-UP_a1225.html
C 347	SALTO DE STRADDLE MEDIO GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-347-STRADDLE-JUMP-TWIST-TO-PUSH-UP_a869.html
C 348	1/2 VUELTA A CABALLÓN DE SALTO 1/2 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-348-TURN-STRADDLE-JUMP-TWIST-TO-PUSH-UP_a870.html
C 349	1/1 GIRO SALTO A CABALLÓN 1/1 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-349-1-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TWIST-TO-PUSH-UP_a1226.html
C 350	1 1/2 GIRO A HORCAJADAS SALTO 1/2 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-350-1-TURN-STRADDLE-JUMP-TWIST-TO-PUSH-UP_a1227.html
C 365	SALTO FRONTAL DIVIDIDO A FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-365-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a877.html
C 366	SALTO FRONTAL DIVIDIDO DE MEDIA VUELTA A PARTIDO FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-366-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a878.html
C 367	SALTO FRONTAL DIVIDIDO DE 1/1 GIRO A PARTIDO FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-367-1-1-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a879.html
C 368	SALTO FRONTAL DIVIDIDO DE 1 1/2 GIRO A PARTIDO FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-368-1-1-2-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a1234.html
D 250	BALANCE DE VUELTAS DE 3/1 A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-250-BALANCE-3-1-TURNS-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a1202.html

C 376	SALTO FRONTAL DIVIDIDO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA (SHUSHUNOVA)	https://www.fig-aerobic.com/C-376-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TO-PUSH-UP-SHUSHUNOVA_a880.html
C 377	SALTO FRONTAL DIVIDIDO MEDIO GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-377-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TWIST-TO-PUSH-UP_a881.html
C 378	1/2 GIRO SALTO FRONTAL SPLIT 1/2 GIRO A PU	https://www.fig-aerobic.com/C-378-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP-1-2-TWIST-TO-PU_a882.html
C 379	1/1 GIRO SALTO FRONTAL SPLIT 1/2 GIRO A PU	https://www.fig-aerobic.com/C-379-1-1-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP-TWIST-TO-PU_a1235.html

C 395	SALTO DIVIDIDO A PARTIDO	https://www.fig-aerobic.com/C-395-SPLIT-JUMP-TO-SPLIT_a896.html
C 396	SALTO DIVIDIDO DE MEDIA VUELTA A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-396-TURN-SPLIT-JUMP-TO-SPLIT_a897.html
C 397	SALTO DIVIDIDO DE 1/1 GIRO A PARTIDO	https://www.fig-aerobic.com/C-397-1-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO-SPLIT_a898.html
C 398	1 Y MEDIO GIRO SALTO DIVIDIDO A PARTIDO	https://www.fig-aerobic.com/C-398-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO-SPLIT_a1020.html
C 406	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-406-SPLIT-JUMP-SWITCH-TO-SPLIT_a899.html
C 407	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO DE MEDIA VUELTA A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-407-TURN-SPLIT-JUMP-SWITCH-TO-SPLIT_a1237.html
C 408	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO DE 1/1 TURNO	https://www.fig-aerobic.com/C-408-1-1-TURN-SPLIT-JUMP-SWITCH-TO-SPLIT_a900.html
C 409	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO DE 1 1/2 VUELTA A SPLIT (ENGEL)	https://www.fig-aerobic.com/C-409-1-TURN-SPLIT-JUMP-SWITCH-TO-SPLIT-ENGEL_a1238.html
C 416	SALTO DIVIDIDO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-416-SPLIT-JUMP-TO-PUSH-UP_a903.html
C 417	SALTO DIVIDIDO DE 1/2 VUELTA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-417-TURN-SPLIT-JUMP-TO-PUSH-UP_a904.html
C 418	SALTO DIVIDIDO DE 1/1 VUELTA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-418-1-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO-PUSH-UP_a905.html
C 419	SALTO DIVIDIDO DE 1 1/2 VUELTA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-419-1-TURN-SPLIT-JUMP-TO-PUSH-UP_a1239.html
C 435	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-435-SWITCH-SPLIT-LEAP-TO-SPLIT_a908.html
C 436	CAMBIAR SALTO DIVIDIDO 1/2 GIRO A SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/C-436-SWITCH-SPLIT-LEAP-TURN-TO-SPLIT_a909.html
C 446	CAMBIAR SALTO DIVIDIDO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-446-SWITCH-SPLIT-LEAP-TO-PUSH-UP_a910.html
C 476	TIJERAS SALTO A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-476-SCISSORS-LEAP-TO-SPLIT_a947.html
C 477	TIJERAS SALTAN MEDIO GIRO PARA SEPARARSE	https://www.fig-aerobic.com/C-477-SCISSORS-LEAP-TURN-TO-SPLIT_a916.html
C 478	Las tijeras saltan 1/1 VUELTA PARA SEPARARSE	https://www.fig-aerobic.com/C-478-SCISSORS-LEAP-1-1-TURN-TO-SPLIT_a917.html
C 487	TIJERAS SALTAN MEDIO GIRO INTERRUPTOR A DIVISIÓN (MARCHENKOV)	https://www.fig-aerobic.com/C-487-SCISSORS-LEAP-TURN-SWITCH-TO-SPLIT-MARCHENKOV_a918.html
C 488	TIJERAS SALTAN 1/1 GIRO INTERRUPTOR A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-488-SCISSORS-LEAP-1-1-TURN-SWITCH-TO-SPLIT_a1241.html
C 497	SALTO DE TIJERA PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-497-SCISSORS-LEAP-TO-PUSH-UP_a919.html

C 498	Las tijeras saltan medio giro para empujar hacia arriba	https://www.fig-aerobic.com/C-498-SCISSORS-LEAP-TWIST-TO-PUSH-UP_a920.html
C 500	TIJERAS SALTAN 1/1 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA (NEZEZON)	https://www.fig-aerobic.com/C-500-SCISSORS-LEAP-1-1-TWIST-TO-PUSH-UP-NEZEZON_a921.html

C 505	LAS TIJERAS PATEAN MEDIO GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-505-SCISSORS-KICK-TWIST-TO-PUSH-UP_a923.html
C 506	1/2 VUELTA DE TIJERA PATADA 1/2 GIRO PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-506-TURN-SCISSORS-KICK-TWIST-TO-PUSH-UP_a924.html
C 555	1/2 GIRO FUERA DEL EJE SALTO A DIVISIÓN FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-555-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a1246.html
C 556	1/1 GIRO FUERA DEL EJE SALTO A LA DIVISIÓN FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-556-1-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a1247.html
C 558	1 1/2 SALTO DE EJE DE GIRO A DIVISIÓN FRONTAL	https://www.fig-aerobic.com/C-558-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-FRONTAL-SPLIT_a1248.html
C 566	1/2 SALTO DE GIRO FUERA DEL EJE PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-566-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-PUSH-UP_a1249.html
C 567	1/1 SALTO DE GIRO FUERA DEL EJE PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-567-1-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-PUSH-UP_a1250.html
C 569	1 1/2 SALTO DE GIRO FUERA DEL EJE PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-569-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-PUSH-UP_a1251.html
C 570	2/1 SALTO DE GIRO FUERA DEL EJE PARA EMPUJAR HACIA ARRIBA	https://www.fig-aerobic.com/C-570-2-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP-TO-PUSH-UP_a931.html
C 584	MARIPOSA	https://www.fig-aerobic.com/C-584-BUTTERFLY_a932.html
C 587	BUTTERFLY 1/1 TWIST	https://www.fig-aerobic.com/C-587-BUTTERFLY-1-1-TWIST_a933.html
C 590	BUTTERFLY 2/1 TWIST	https://www.fig-aerobic.com/C-590-BUTTERFLY-2-1-TWIST_a934.html
D 146	VUELTAS 3/1	https://www.fig-aerobic.com/D-146-3-1-TURNS_a715.html
D 157	GIROS 3/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-157-3-1-TURNS-TO-VERTICAL-SPLIT_a720.html
D 168	3/1 VUELTAS A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-168-3-1-TURNS-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a725.html
D 189	3/1 VUELTAS CON LA PIERNA HORIZONTAL	https://www.fig-aerobic.com/D-189-3-1-TURNS-WITH-LEG-AT-HORIZONTAL_a1197.html
D 200	3/1 VUELTAS CON LA PIERNA EN LA DIVISIÓN HORIZONTAL A VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-200-3-1-TURNS-WITH-LEG-AT-HORIZONTAL-TO-VERTICAL-SPLIT_a1198.html
D 228	BALANCE 3/1 TURNOS	https://www.fig-aerobic.com/D-228-BALANCE-3-1-TURNS_a1050.html
D 239	GIROS DE BALANCE DE 3/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-239-BALANCE-3-1-TURNS-TO-VERTICAL-SPLIT_a1200.html

ELEMENTOS/MOVIMIENTOS LIMITADOS

Los siguientes elementos y movimientos son limitados, lo que significa que no pueden realizarse más de una vez por rutina y son adicionales a los movimientos y elementos prohibidos mencionados anteriormente. Esto significa que los intérpretes pueden realizar cada movimiento no más de una vez por rutina. Esta limitación está sujeta a un acuerdo con la FIG sobre la coexistencia de ambos cuerpos, y proviene directamente del Código de Puntos de Gimnasia Aeróbica de la FIG (junto con estipulaciones relativas a otros códigos de gimnasia ya listados en este documento). Por favor, tenga en cuenta las sanciones que se aplicarán por infracción.

Además de los elementos siguientes, los siguientes también están limitados a uno de cada tipo de movimiento por rutina únicamente:

- Pivotes (como en gimnasia rítmica, específicamente horizontal, de actitud y de aguja)
- Walkovers (hacia adelante y hacia atrás, incluyendo empezar en el suelo)
- Movimientos de capoeira
- Volteretas de cualquier tipo
- Rondas

Como regla general, no se permiten elementos o movimientos con un giro superior a 720°.

Si tienes dudas, por favor visita la página web de la IPSF para enlaces a los vídeos de estos elementos (o utiliza los enlaces a continuación).

Si se realiza más de un elemento limitado de un tipo, este elemento adicional se considera un elemento prohibido y resultará en una deducción de -5 por parte del juez principal.

ELEMENTOS LIMITADOS		
CÓDIGO NR.	NOMBRE	ENLACE
A 265	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO (1 O 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-265-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-OR-2_a622.html
A 266	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO A WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-266-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-TO-WENSON_a1152.html
A 267	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO 1/2 GIRO HACIA WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-267-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-2-TWIST-TO-WENSON_a623.html
A 268	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO 1/1 GIRO HACIA WENSON	https://www.fig-aerobic.com/A-268-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-1-TURN-TO-WENSON_a1153.html
A 277	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO HACIA WENSON LEVANTADO	https://www.fig-aerobic.com/A-277-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-TO-LIFTED-WENSON_a1154.html
A 278	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO 1/2 GIRO HACIA WENSON ELEVADO	https://www.fig-aerobic.com/A-278-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-2-TURN-TO-LIFTED-WENSON_a1155.html
A 279	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO 1/1 GIRO A WENSON ELEVADO	https://www.fig-aerobic.com/A-279-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-1-TURN-TO-LIFTED-WENSON_a1156.html
A 285	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO HASTA LA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/A-285-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-TO-SPLIT_a1157.html
A 287	DOBLE PIERNA 1/1 CÍRCULO 1/1 GIRO PARA DIVIDIR	https://www.fig-aerobic.com/A-287-DOUBLE-LEG-1-1-CIRCLE-1-1-TURN-TO-SPLIT_a1158.html
A 305	FLAIR (1 O 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-305-FLAIR-1-OR-2_a624.html
A 315	FLAIR PARA SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/A-315-FLAIR-TO-SPLIT_a633.html
A 317	CURVA 1/1 PARA SPLIT	https://www.fig-aerobic.com/A-317-FLAIR-1-1-TURN-TO-SPLIT_a634.html

A 319	Distintivo + FLAIR DE AIRE (1 O 2)	https://www.fig-aerobic.com/A-319%Ef%BC%9AFLAIR-AIR-FLAIR-1-OR-2_a635.html
-------	-------------------------------------	---

A 320	Distintivo + FLAIR DE AIRE (1 O 2) + DISTINTIVO	https://www.fig-aerobic.com/A-320-%EF%BC%9AFLAIR-AIR-FLAIR-1-O-2-FLAIR_a636.html
A 330	FLAIR EN AMBOS LADOS	https://www.fig-aerobic.com/A-330-FLAIR-BOTH-SIDES_a628.html
C 103	GIRO DE AIRE DE 1/1	https://www.fig-aerobic.com/C-103-1-1-AIR-TURN_a765.html
C 105	GIROS DE AIRE 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-105-2-1-AIR-TURNS_a767.html
C 113	GIRO DE AIRE A LA DIVISIÓN DE MEDIO AIRE	https://www.fig-aerobic.com/C-113-1-2-AIR-TURN-TO-SPLIT_a770.html
C 114	1/1 GIRO DE AIRE A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-114-1-1-AIR-TURN-TO-SPLIT_a771.html
C 115	1 GIRO DE AIRE Y MEDIO A DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-115-1-AIR-TURN-TO-SPLIT_a772.html
C 116	2/1 GIROS DE AIRE PARA DIVISIÓN	https://www.fig-aerobic.com/C-116-2-1-AIR-TURNS-TO-SPLIT_a773.html
C 182	SALTO DE RECOGIDA	https://www.fig-aerobic.com/C-182-TUCK-JUMP_a802.html
C 184	SALTO TUCK DE 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/C-184-1-1-TURN-TUCK-JUMP_a804.html
C 186	SALTO DE PLEGADO EN 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-186-2-1-TURNS-TUCK-JUMP_a806.html
C 223	SALTO COSACO	https://www.fig-aerobic.com/C-223-COSSACK-JUMP_a816.html
C 225	SALTO COSACO DE 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/C-225-1-1-TURN-COSSACK-JUMP_a818.html
C 227	SALTO COSACO DE 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-227-2-1-TURNS-COSSACK-JUMP_a820.html
C 264	SALTO DE PIQUERA	https://www.fig-aerobic.com/C-264-PIKE-JUMP_a836.html
C 266	SALTO DE PICHE DE 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/C-266-1-1-TURN-PIKE-JUMP_a838.html
C 268	SALTO CON PICO EN 2/1 VUELTAS	https://www.fig-aerobic.com/C-268-2-1-TURNS-PIKE-JUMP_a1219.html
C 314	SALTO DE STRADLE	https://www.fig-aerobic.com/C-314-STRADDLE-JUMP_a859.html
C 316	SALTO A CABALLÓN DE 1/1 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/C-316-1-1-TURN-STRADDLE-JUMP_a861.html
C 318	SALTO A HORCAJADAS 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-318-2-1-TURNS-STRADDLE-JUMP_a1223.html
C 354	SALTO FRONTAL DIVIDIDO	https://www.fig-aerobic.com/C-354-FRONTAL-SPLIT-JUMP_a875.html
C 356	SALTO FRONTAL DIVIDIDO DE 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/C-356-1-1-TURN-FRONTAL-SPLIT-JUMP_a1229.html
C 358	SALTO FRONTAL DIVIDIDO 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-358-2-1-TURNS-FRONTAL-SPLIT-JUMP_a1230.html

C 384	SALTO EN DIVISIÓN.	https://www.fig-aerobic.com/C-384-SPLIT-JUMP_a892.html
C 386	SALTO DIVIDIDO DE 1/1 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/C-386-1-1-TURN-SPLIT-JUMP_a894.html
C 388	SALTO DIVIDIDO 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-388-2-1-TURNS-SPLIT-JUMP_a1236.html
C 424	CAMBIO DE SALTO DIVIDIDO	https://www.fig-aerobic.com/C-424-SWITCH-SPLIT-LEAP_a906.html
C 465	TIJERAS SALTAN	https://www.fig-aerobic.com/C-465-SCISSORS-LEAP_a912.html
C 466	TIJERAS SALTAN MEDIO GIRO	https://www.fig-aerobic.com/C-466-SCISSORS-LEAP-TURN_a913.html
C 467	TIJERAS SALTAN 1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/C-467-SCISSORS-LEAP-1-1-TURN_a914.html
C 545	SALTO DE EJE DE 1/2 GIRO FUERA DEL EJE	https://www.fig-aerobic.com/C-545-1-2-TWIST-OFF-AXIS-JUMP_a1244.html
C 546	SALTO TUCK TWIST OFF AXIS 1/1	https://www.fig-aerobic.com/C-546-1-1-TWIST-OFF-AXIS-TUCK-JUMP_a925.html
C 548	SALTO DE EJE CON GIRO Y MEDIO	https://www.fig-aerobic.com/C-548-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP_a1245.html
C 549	SALTO DE EJE 2/1	https://www.fig-aerobic.com/C-549-2-1-TWIST-OFF-AXIS-JUMP_a928.html
D 142	1/1 VUELTA	https://www.fig-aerobic.com/D-142-1-1-TURN_a710.html
D 144	2/1 VUELTAS	https://www.fig-aerobic.com/D-144-2-1-TURNS_a713.html
D 153	GIRO DE 1/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-153-1-1-TURN-TO-VERTICAL-SPLIT_a716.html
D 155	GIROS 2/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-155-2-1-TURNS-TO-VERTICAL-SPLIT_a718.html
D 164	1/1 GIRO A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-164-1-1-TURN-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a721.html
D 166	GIROS 2/1 A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-166-2-1-TURNS-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a723.html
D 185	1/1 GIRO CON LA PIERNA HORIZONTAL	https://www.fig-aerobic.com/D-185-1-1-TURN-WITH-LEG-AT-HORIZONTAL_a737.html
D 187	VUELTAS 2/1 CON LA PIERNA HORIZONTAL	https://www.fig-aerobic.com/D-187-2-1-TURNS-WITH-LEG-AT-HORIZONTAL_a739.html
D 196	1/1 VUELTA CON LA PIERNA EN LA DIVISIÓN HORIZONTAL A VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-196-1-1-TURN-CON-PIERNA-EN-HORIZONTAL-A-VERTICAL-SPLIT_a740.html
D 198	VUELTAS 2/1 CON LA PIERNA EN LA DIVISIÓN HORIZONTAL A VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-198-2-1-TURNS-CON-PIERNA-EN-HORIZONTAL-A-VERTICAL-SPLIT_a745.html
D 207	1/1 VUELTA CON LA PIERNA EN HORIZONTAL A VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-207-1-1-TURN-CON-PIERNA-EN-HORIZONTAL-A-VERTICAL-LIBRE-SPLIT_a742.html

D 209	VUELTAS DE 2/1 CON LA PIERNA EN LA DIVISIÓN HORIZONTAL A VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-209-2-1-TURNS-CON-PIERNA-EN-HORIZONTAL-A-VERTICAL-LIBRE-SPLIT_a744.html
D 224	BALANCE 1/1 GIRO	https://www.fig-aerobic.com/D-224-BALANCE-1-1-TURN_a727.html
D 226	BALANCE 2/1 VUELTAS	https://www.fig-aerobic.com/D-226-BALANCE-2-1-TURNS_a729.html
D 235	GIRO DE EQUILIBRIO DE 1/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-235-BALANCE-1-1-TURN-TO-VERTICAL-SPLIT_a730.html
D 237	GIROS DE BALANCE 2/1 A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-237-BALANCE-2-1-TURNS-TO-VERTICAL-SPLIT_a732.html
D 246	BALANCE 1/1 GIRO A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-246-BALANCE-1-1-TURN-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a733.html
D 248	BALANCE DE GIROS 2/1 A SPLIT VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-248-BALANCE-2-1-TURNS-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a735.html
D 264	ILUSIÓN	https://www.fig-aerobic.com/D-264-ILLUSION_a746.html
D 265	DE LA ILUSIÓN A LA DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-265-ILLUSION-TO-VERTICAL-SPLIT_a747.html
D 266	DE LA ILUSIÓN A LA DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-266-ILLUSION-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a748.html
D 276	DOBLE ILUSION	https://www.fig-aerobic.com/D-276-DOUBLE-ILLUSION_a753.html
D 277	DE DOBLE ILUSIÓN A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-277-DOUBLE-ILLUSION-TO-VERTICAL-SPLIT_a754.html
D 278	DOBLE ILUSIÓN A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-278-DOUBLE-ILLUSION-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a755.html
D 285	ILUSION LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-285-FREE-ILLUSION_a749.html
D 286	DE ILUSIÓN LIBRE A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-286-FREE-ILLUSION-TO-VERTICAL-SPLIT_a750.html
D 287	DE ILUSIÓN LIBRE A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-287-FREE-ILLUSION-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a751.html
D 297	DOBLE ILUSIÓN GRATUITA	https://www.fig-aerobic.com/D-297-FREE-DOUBLE-ILLUSION_a756.html
D 298	DOBLE ILUSIÓN GRATUITA A DIVISIÓN VERTICAL	https://www.fig-aerobic.com/D-298-FREE-DOUBLE-ILLUSION-TO-VERTICAL-SPLIT_a757.html
D 299	DOBLE ILUSIÓN LIBRE A DIVISIÓN VERTICAL LIBRE	https://www.fig-aerobic.com/D-299-FREE-DOUBLE-ILLUSION-TO-FREE-VERTICAL-SPLIT_a758.html