















NIVELL IV COPA CATALANA INDIVIDUAL - 2012







	<i>DIFICULTAT 1</i>	<i>DIFICULTAT 2</i>	<i>ARTÍSTIC</i>	
			<i>EXECUCIÓ</i>	
BENJAMÍ	<p align="center">6 DIF A,B,C,D 1 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 2'40 punts</p>	<p align="center">TOTAL : 0 punts</p>	<p align="center">CODI F.I.G</p> <p align="center">TOTAL: 10,00 punts</p>	M.LL.
ALEVÍ	<p align="center">8 DIF A, B ,C,D 2 de cada G.C.O. TOTAL: 3'20 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p align="center">Total : 4'00 punts</p>	<p align="center">CODI F.I.G</p> <p align="center">TOTAL: 10,00 punts</p>	 (18 cm.)
INFANTIL	<p align="center">8 DIF A, B, C,D,E 2 de cada G.C.O. TOTAL: 4'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p align="center">Total :4'00 punts</p>	<p align="center">CODI F.I.G</p> <p align="center">TOTAL: 10,00 punts</p>	 (80 cm.)
JUNIOR	<p align="center">10 DIF A,B,C,D,E 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 5'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p align="center">Total : 4'00 punts</p>	<p align="center">CODI F.I.G</p> <p align="center">TOTAL: 10,00 punts</p>	 (18 cm.)
SENIOR	<p align="center">10 DIF A,B,C,D,E 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 5'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p align="center">Total : 4'00 punts</p>	<p align="center">CODI F.I.G</p> <p align="center">TOTAL: 10,00 punts</p>	





















NIVELL V COPA CATALANA INDIVIDUAL - 2012

	DIFICULTAT 1	DIFICULTAT 2	ARTÍSTIC	
			CODI F.I.G	EXECUCIÓ
BENJAMÍ	<p>8 DIF A,B,C,D 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 2'40 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p>Total : 5'00 punts</p>	<p>CODI F.I.G</p> <p>TOTAL: 10,00 punts</p>	 <p>(18 cm.)</p>
ALEVÍ	<p>8 DIF A, B, C, D, E 2 de cada G.C.O. TOTAL: 4'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p>Total : 5'00 punts</p>	<p>CODI F.I.G</p> <p>TOTAL: 10,00 punts</p>	
INFANTIL	<p>8 DIF A, B, C, D, E, F 2 de cada G.C.O. TOTAL: 4'80 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p>Total : 5'00 punts</p>	<p>CODI F.I.G</p> <p>TOTAL: 10,00 punts</p>	 <p>(80 cm.)</p>
JUNIOR	<p>10 DIF A,B,C,D,E,F 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 6'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1)</p> <p>Total : 5'00 punts</p>	<p>CODI F.I.G</p> <p>TOTAL: 10,00 punts</p>	 <p>(5m.)</p>
SENIOR	<p>10 DIF A,B,C,D,E,F 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 6'00 punts</p>	<p>Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2)</p> <p>Total : 5'00 punts</p>	<p>CODI F.I.G</p> <p>TOTAL: 10,00 punts</p>	

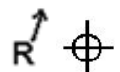
NIVELL VI COPA CATALANA INDIVIDUAL-2012

	DIFICULTAT 1	DIFICULTAT 2	ARTÍSTIC	
			EXECUCIÓ	
BENJAMÍ	8 DIF A,B,C,D 1 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 3'20 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 1) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	 (18 cm.)
ALEVÍ	8 DIF A,B,C,D,E,F 2 de cada G.C.O. TOTAL: 4'80 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	
INFANTIL	8 DIF A,B,C,D,E,F,G 2 de cada G.C.O. TOTAL: 5'60 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	 (80 cm.)
JUNIOR	10 DIF A,B,C,D,E,F,G 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 7'00 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) TOTAL: 10,00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	
SENIOR	10 DIF A,B,C,D,E,F,G 2 de cada G.C.O. mínim TOTAL: 7'00 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) TOTAL: 10,00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	

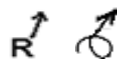
BASE (R.F.E.G.)	NIVELL VII COPA CATALANA INDIVIDUAL-2012			
	DIFICULTAT 1	DIFICULTAT 2	ARTÍSTIC	
			EXECUCIÓ	
PRE-BENJAMÍ	6 DIF A,B,C,D,E,F <i>1 de cada G.C.O. mínim / 2 màxim</i> TOTAL: 3'60 punts	TOTAL : 0 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	M.LL.
BENJAMÍ	8 DIF A,B,C,D,E,F <i>1 de cada G.C.O. mínim / 2 màxim</i> TOTAL: 4'80 punts	TOTAL : 0 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	M.LL.
ALEVÍ	8 DIF A,B,C,D,E, F,G <i>1 de cada G.C.O. mínim / 2 màxim</i> TOTAL: 5'60 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	 (70 cm.)
INFANTIL	8 DIF A,B,C,D,E, F,G,H <i>3 girs / 3 equil / 1 dif de GCNO</i> TOTAL: 6'40 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	
CADET	8 DIF A,B,C,D,E,F,G,H <i>3 girs / 3 salts / 1 dif de GCNO</i> TOTAL: 6'40 punts	Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 6'00 punts	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	 (5m.)
SENIOR (F.C.G.)	CODI F.I.G. (exigències tècniques nivell VIII)	CODI F.I.G. (exigències tècniques nivell VIII)	CODI F.I.G TOTAL: 10,00 punts	  

INDIVIDUAL "A" i EQUIPS	NIVELL VIII, IX i X COPA CATALANA INDIVIDUAL - 2012				
R.F.E.G.	DIFICULTAT 1	DIFICULTAT 2	ARTÍSTIC		
			EXECUCIÓ	1ª FASE	2ª FASE
BENJAMI	8 DIF A,B,C,D,F,G TOTAL: 5'60 punts <i>M.LL.:1 de cada G.C.O. mín/2 màx</i> <i>PILOTA:3 flex/ 3 salts/1 dif GCNO</i>	M.LL. Total : 0 Punts Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 7'00 punts	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	M.LL.	 (Mínim 18 cm.)
ALEVÍ	8 DIF A,B,C,D,F,G,H TOTAL: 6'40 punts <i>PILOTA:3 flex/ 3 salts/1 dif GCNO</i> <i>CORDA:3 girs/ 3 salts/1 dif GCNO</i> <i>M.LL/ARO:1 d cada G.C.O. mín /2 màx</i>	M.LL. Total : 0 Punts Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 7'00 punts	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	 	 M.LL.
INFANTIL	10 DIF A,B,C,D,F,G,H,I,J TOTAL: 7'00 punts <i>6 GCO mín (3+3) / Màx. 4 GCNO</i> <i>M.LL/ARO: 2 GCO mín (de 8 a 10 dif)</i> <i>M.LL/ARO: 1 GCO mín (7dif ó menys)</i>	M.LL. Total : 0 Punts Maestria sense llanç. Maestria amb llanç. Elements de risc (MÀXIM 2) Total : 10'00 punts	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	M.LL.  	  (4'5 m.)
JUNIOR	CODI F.I.G (junior)	CODI F.I.G (junior)	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	 	  (5 m.)
SENIOR	CODI F.I.G.	CODI F.I.G.	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	 	 
1ª CATEGORIA	CODI F.I.G.	CODI F.I.G.	CODI F.I.G. Total : 10'00 punts	 	 

ELEMENTS DE RISC (NIVELL IV - V - VI DE COPA CATALANA)



VALOR 0'10 : LLANÇAMENT + UNA ROTACIÓ A L'EIX VERTICAL



VALOR 0'20 : LLANÇAMENT + UNA ROTACIÓ A L'EIX HORIZONTAL



VALOR 0'30 : SEGONS CODI F.I.G.

AL MOMENT DEL LLANÇAMENT I AL MOMENT DE LA RECOLLIDA ES PODEN
APLICAR TOTS ELS CRITERIS DE MAESTRIA QUE REFLEXA EL CODI F.I.G. 2009.