

# REGLAMENTO DE COMPETENCIA DE GRUPOS DE ANIMACIÓN MODALIDAD ACROBATICO

Actualizado por:

David Rubio González

Comisionado Técnico Nacional Modalidad Acrobático

ITESO

[davidrubio@iteso.mx](mailto:davidrubio@iteso.mx)

(33)13485443

2020-2021

Autorizado por:

Lic. Efrén Sánchez Díaz de León

Secretario Técnico Nacional

[secretariatecnica@conadeip.org](mailto:secretariatecnica@conadeip.org)

55 29 0031 11



## **REGLAMENTO DE COMPETENCIA PARA GRUPOS DE ANIMACIÓN MODALIDAD ACROBÁTICO**

El grupo que se declare como representante, debe cumplir con el Reglamento General y Estatutos de La CONADEIP y el reglamento de competencia para grupos de animación modalidad acrobático.

### ***C A P Í T U L O 1***

#### **MIEMBROS INSTITUCIONALES**

Los miembros institucionales que podrán participar dentro de la competencia nacional de la CONADEIP, son todas aquellas instituciones educativas afiliadas a la misma, que cuenten con el registro de sus participantes de acuerdo a lo estipulado en el reglamento general de la CONADEIP.

#### **DE LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES**

- A) Al ser miembros institucionales aceptan y se obligan al cumplimiento del presente reglamento y de las especificaciones de las convocatorias nacionales y en su caso regionales.
- B) Al ser miembros institucionales se obligan a entregar documentación en el tiempo establecido, con datos fidedignos y comprobables.

#### **EQUIPOS**



Los equipos que participen en cualquiera de las divisiones o categorías podrán estar integrados por personas que pertenezcan a la institución educativa que representan

## **1.1. CATEGORÍAS**

### **Infantil**

Grupos femeninos y mixtos con estudios de Primaria y Secundaria.

### **Superior y Posgrado**

Grupos femeninos y mixtos con estudios de preparatoria, licenciatura o posgrado.

## **1.2. INTEGRACIÓN**

Los equipos deberán estar conformados por mínimo 8 participantes, máximo 28. Las modalidades abrirán competencia con tres equipos mínimo, en caso que no se complete la modalidad, deberá fusionarse con su modalidad más cercana.

## **1.3. MODALIDAD**

La modalidad acrobática es aquella donde los participantes realizan pirámides, ejercicios gimnásticos, levantamientos, elevaciones, lanzamientos y movimientos coreográficos, combinados con juegos de brazos; la precisión y la fuerza son básicas para la ejecución de la misma.

Los elementos que tomarán en cuenta los jueces en los campeonatos en esta modalidad son:

a) Habilidades acrobáticas (Building): pirámides, parejas, subidas, baskets

- b) Habilidades gimnásticas (Tumbling): gimnasia de parado, gimnasia en línea y saltos
- c) Habilidades coreográficas (Coreography): baile, formaciones, movimientos, transiciones, creatividad en subidas, creatividad en pirámides.
- d) Porra: uso de props, voz y elementos técnicos. Nombre del equipo, mote y colores. Mascotas solo serán incluidas dentro de la porra, y cuenta dentro del número de participantes. Props pueden ser incluidos dentro de la rutina.

**MODALIDAD ACROBATICA MIXTA**

Grupos mixtos integrados por un máximo de 28 personas

**MODALIDAD ACROBATICA FEMENIL**

Grupos femeniles integrados por un máximo de 28 personas

**MODALIDAD QUINTETA FEMENIL**

Grupos femeniles integrados por un máximo de 5 personas

## ***CAPITULO 2***

### **RUTINAS**

#### **REGLAMENTO GENERALES DE SEGURIDAD Y REQUERIMIENTOS DE RUTINA**

1. Todos los atletas deben ser supervisados durante todas las prácticas y eventos oficiales por un director o entrenador calificado.
2. Los entrenadores deben de tener el conocimiento y habilidades suficientes para progresar en un elemento, Los entrenadores deben considerar los niveles de destrezas individuales y a nivel grupal del equipo para poder ubicarlos en el nivel de competencia adecuado.

3. Todos los equipos, entrenadores y directores responsables de la institución deben de tener un plan de emergencia que responda en caso de un accidente o lesión.
4. Los atletas y entrenadores NO pueden estar bajo la influencia de alcohol, narcóticos, sustancias que aumenten el rendimiento o medicamentos con o sin recetas médicas que puedan afectar la capacidad de supervisar o ejecutar una rutina de una manera segura, mientras se encuentre en una práctica o presentación.
5. Los atletas deben practicar y presentarse siempre en una superficie apropiada. Elementos Técnicos (parejas, pirámides, lanzamientos o gimnasia) NO deben de ejecutarse en concreto, asfalto, superficies irregulares, o mojadas, o superficies con obstáculos.
6. Se deben utilizar zapatos de suela suave mientras se compite. No se permiten zapatillas o botas de Danza/Baile, zapatillas de gimnasia, (o similares.) Los zapatos deben de tener una suela sólida.
7. El uso de joyería de cualquier tipo es prohibido, incluyendo, pero sin limitarse: aretes para orejas, nariz, lengua, ombligo, perforaciones en la cara y bisutería de plástico transparente, pulseras, collares y prendedores en los uniformes. Todo tipo de joyería debe de retirarse, no se puede cubrir con tape o cinta adhesiva. Excepción: brazaletes de identificación médica. Aclaración: Piedras de fantasía son legales de cualquier manera adheridas al uniforme y son ILEGALES cuando son adheridas a la piel.
8. Cualquier aparato que ayude a un competidor aumentar la altura de sus rebotes o saltos está prohibido.
9. Para asegurar la seguridad de los atletas. Banderas, carteles, pompones, megáfonos, y piezas de ropa, son los únicos "accesorios / objetos de utilería" permitidos. Los Accesorios (props), No deben de tener puntas inflexibles, o ser filosas, Ningún prop puede tener peso sobre, y ningún atleta puede poner peso sobre cualquier prop. Los accesorios con tubos o aparatos de soporte similar no se pueden usar en conjunto con ningún tipo de parejas/duplas o gimnasia. Todos los accesorios deben desecharse de manera segura (Ej., lanzar un cartel encima del Mat. (Tapete o peana) desde un elemento de pareja/dupla sería ilegal). Cualquier pieza del uniforme que se remueva del cuerpo para ser usada como efecto visual será considerada como un props. o artículo una vez que haya sido removido del cuerpo.
10. Soportes, férulas y yesos suaves cuyo diseño o producción, y que no hayan sido modificadas de fábrica no requieren envolverse con un material acolchado. Soportes, férulas y yesos suaves que hayan sido alterados de su producción original deberá de

cubrirse con un material acolchado, o esponja con al menos 1.2 centímetros de grueso, si el participante está ejecutando alguna parejas, pirámides o Lanzamientos. Un participante utilizando un yeso o una bota no debe de estar involucrada en parejas, pirámides, Gimnasia o lanzamientos.

11. En la estructura de niveles, todos los elementos permitidos para un nivel en particular abarcan todos los elementos permitidos en el nivel anterior.
12. Los spotters que se utilizan en todos los elementos deben formar parte del mismo equipo, y deben ser entrenados en las técnicas adecuadas de cuidado y seguridad (Spotting Techniques)
13. Los elementos de caídas al suelo incluyendo, pero sin limitarse a caídas en rodillas, caer sentado o en los muslos, de frente, de espalda, y caídas a splits a partir de un salto, parejas o duplas o en posición invertida están prohibidas a menos que la mayor parte del peso recaiga en primera instancia sobre las manos/pies, reduciendo el impacto de la caída. Shushinovas son permitidas. Aclaración: caídas que incluyan algún tipo de soporte o peso en contacto directo con las manos y pies no estarán en violación con respecto a esta regla.
14. Las rutinas de competencia en modalidad mixta y femenil no deben de exceder un tiempo de 0:30 segundos de la sección de la porra más 2 minutos y 30 segundos (2:30) la sección de la música, y 10 segundos entre la porra y la sección de rutina para acomodarse siendo un total de 3 minutos y 10 segundos (3:10) del total de la presentación. El tiempo se tomará con el primer movimiento, voz, o nota musical, cualquiera que inicie de primero. El tiempo finalizará con el último movimiento, la última voz, o nota musical, cualquiera que finalice. Aclaración: El tiempo para acomodarse entre la sección de música y la sección de porra está incluido en el tiempo total de los 3 minutos 10 segundos (3:10) En las rutinas de competencia de la modalidad quintetas no debe de exceder de un tiempo de 1 minutos y 00 segundos (1:00).
15. Los atletas deberán de tener al menos un pie, mano o parte del cuerpo (que no sea el cabello) en la superficie de presentación cuando la rutina inicie. Excepción: Los atletas podrían tener su pie en las manos de su(s) base(s), si la(s) mano(s) de la (s) base(s) están totalmente en contacto sobre la superficie de presentación.
16. Los competidores que inicien una rutina deben de mantenerse en la misma durante el transcurso de la rutina. No se le permite a ningún atleta ser "reemplazado" por ningún otro atleta durante la rutina;

17. Los equipos deben estar conformados por un mínimo de 8, un máximo de 28 y 4 suplentes como máximo.
18. El atleta no debe de tener goma de mascar, caramelos, o cualquier otro artículo comestible o no comestible, que pudiera causar asfixia, en su boca durante prácticas y /o presentaciones.
19. El reglamento general de elementos a presentar en cada una de las categorías es el reglamento de la federación internacional, su vigencia y actualizaciones dependerá de los cambios que se genere por parte de la ICU.
20. De acuerdo con el ranking de participación del año anterior de cada una de las categorías (Mixto, femenino y quinteta) los primeros 8 lugares en cada una de las categorías participarán en la categoría Premier y el resto en categoría advanced, para campeonatos posteriores los últimos 2 lugares de la categoría premier descienden a categoría advanced y los primeros 2 lugares de la categoría advanced ascienden a categoría premier. La puntuación de CONADEIP se mantiene conforme al reglamento general, es decir el primer lugar de la categoría advanced no podrá obtener más puntos que el último lugar de la categoría premier, siendo este el 8vo lugar de la tabla general del ranking por puntos
21. Cada institución como máximo podrá participar con 1 rutina en cada una de las categorías ya sea acrobático mixto, acrobático femenino y acrobático quinteta.
22. El sistema de Jueceo será Varsity el cual incluye penalizaciones y deducciones, mismo que puede ser actualizado cada año al igual que el reglamento de la ICU.
23. El orden de participación de las preliminares será por sorteo, el orden de participación de las finales será de acuerdo con el ranking de las preliminares. Aclaración: la rutina debe presentarse los 2 días en caso de no ser así el equipo será descalificado.
24. No están permitidas  
En base a reglamento general de CONADEIP las actitudes antideportivas

En caso de incumplir, el equipo se hará acreedor a una penalización impuesta por los jueces que estará apoyada en los reglamentos internacionales en los que se basa la elaboración del presente.

## **CATEGORIA ADVANCED (EQUIVALENTE O SIMILAR A NIVEL 4)**

### **GIMNASIA GENERAL.**

- A. Toda gimnasia debe de originarse desde y sobre la superficie de presentación  
Aclaración: El acróbata/gimnasta podrá rebotar desde sus pies hacia una transición de pareja. Si el rebote desde una pasada de gimnasia involucrara una rotación sobre la cabeza, entonces el gimnasta/o el top debe ser recibida y detenerse en una posición no invertida antes de continuar la transición o pareja a una transición sobre la cabeza o pareja. Ejemplo: Rondadas Flic y luego de un rebote o contacto de una base o conector hacia un mortal romperían esta regla desde el Nivel 1 hasta el Nivel 5. Deberá haber una clara separación entre la gimnasia y la pareja para que esto sea legal. Atrapar desde un rebote de la gimnasia y luego usar piernas para crear un lanzamiento para esta rotación sería legal. Esto también sería verdadero si viniera desde un Flic estático sin la rondada.
- B. Acrobacia/gimnasia sobre, por debajo o a través de una pareja, individuo, o artículo (prop), no está permitida. Aclaración: Un individuo puede brincar (rebotar) por encima de otro individuo
- C. Acrobacia/Gimnasia mientras se sostiene o se está en contacto con algún artículo (prop) no está permitida.
- D. Rollos de clavado (Salto del tigre – pescadito) están permitidos. Excepción 1: Rollo de clavado o Salto de Tigre en una posición de arco NO están permitidos. Excepción 2: Rollo de Clavado o Salto del Tigre con giro NO son permitidos.
- E. Los saltos no son considerados como elementos de gimnasia desde el punto de vista de legalidades, por eso, si un elemento de salto es incluido en una pasada de gimnasia, el salto dividirá el efecto de la pasada. Ejemplo: Si un atleta en el N4 hiciera una rondada toe Touch - Flic tempo - plancha, podría considerarse ILEGAL tomando en cuenta de que una combinación de MORTAL - MORTAL no es permitida en gimnasia estática del nivel 4.

### **GIMNASIA ESTATICA**

- 1. Mortales estáticos y mortales desde una entrada de Flic, son permitidos.



2. Elementos de Acrobacia/gimnasia son permitidos hasta (1) rotación en el eje horizontal y 0 (cero) rotaciones en el eje vertical. Excepción: rueda de carreta o media luna sin manos y Onodi son permitidos.
3. Combinaciones de mortales consecutivos NO son permitidos Ejemplo. MORTAL – MORTAL, o MORTAL hacia atrás REBOTE CON MORTAL Hacia al FRENTE, etc.
4. Elementos de saltos NO son permitidos en combinación inmediata con un mortal estático Ejemplo. Toe Touch mortal atrás - mortal atrás con Toe Touch (salto japonés/ruso), salto de Pike con mortal al frente). Aclaración: Saltos que involucran 3/4 de mortal hacia el frente, NO son permitidos. Aclaración: Toe Touch Flic hacia atrás unido a un mortal atrás son permitidos porque el mortal no está conectado inmediatamente con el salto.

### **GIMNASIA CONTINUA.**

- A. Los elementos son permitidos hasta una rotación sobre el eje horizontal y 0 rotaciones sobre el eje vertical  
Excepción: rueda de carreta o media luna sin manos y Onodis, son permitidos.

### **PAREJAS**

- A. Spotters
  1. Un Spotter es requerido para cada una de las personas arriba del nivel del pecho.
- B. Niveles de Parejas
  1. Parejas a una sola pierna extendidas son permitidas.
- C. Montajes en giro y transiciones.
  1. Montajes en giro y transiciones hacia el nivel del pecho o menos son permitidos hasta 1-1/2 rotaciones de giro por la TOP (persona que sube), en relación a la superficie de presentación. Aclaración: un giro por la persona que sube, ejecutándose con cualquier giro adicional de las bases ejecutadas en el mismo elemento, sería Ilegal si el resultado total de la persona excediera 1-1/2 rotaciones. El Juez de legalidades utilizará la cadera de la TOP (o persona que sube) para Determinar el total de la rotación que ejecuta la TOP en el elemento que realiza. Una vez que el elemento o pareja se

- realiza (Ejemplo. Elevador al pecho) y los atletas demuestren parada definitiva, con una Top estacionaria entonces podrán continuar con una rotación adicional por parte de la pareja.
2. Montajes en giro y transiciones hacia una posición extendida son permitidos y debe de mantener Las siguientes condiciones.
    - a. Elementos extendidos hasta 1/2 giro son permitidos. Ejemplo: 1/2 giro hacia una pareja de una sola pierna extendida es legal. Aclaración: Cualquier giro adicional por las bases en el mismo elemento sería ILEGAL si el resultado total del giro de la persona que sube excede 1/2 rotación. El Juez de legalidades utilizará la cadera de la TOP (o persona que sube) para Determinar el total de la rotación que ejecuta la TOP en el elemento que realiza. Una vez que el elemento o pareja se realiza (Ej. Elevador al pecho) y los atletas demuestren una posición definitiva, con un top estacionario, entonces podrán continuar con una rotación adicional por parte de la pareja.
    - b. Elementos Extendidos que excedan 1/2 giro hacia 1 giro debe de ser recibido en una pareja de dos piernas. Posición de plataforma o un liberty (variaciones de posiciones de cuerpo no son permitidas) Ejemplo: Giro hacia arriba hacia una pareja de heel Stretch es ILEGAL, un giro (360) hacia arriba hacia una extensión es LEGAL. Aclaración: Cualquier giro adicional ejecutado por las bases en el mismo elemento sería ilegal si el resultado acumulativo de la rotación de la top o persona que sube, excede 1 rotación. El juez de Legalidades utilizará la cadera de la Top o persona que sube para determinar el total el total de la rotación que ejecuta la TOP en el elemento que realiza. Una vez que el elemento o pareja se realiza (Ejemplo. Elevador al pecho) y los atletas demuestren una posición definitiva, con un top estacionario entonces podrán continuar con una rotación adicional por parte de la pareja.
  - D. Durante las transiciones, al menos una base debe mantenerse en contacto con la persona que sube. Excepción: ver "Movimientos Suelos"
  - E. Montajes de mortales sueltos y transiciones similares NO son permitidos
  - F. Ninguna pareja, pirámide, o individuo podrá pasar por encima o por debajo de otro elemento de pareja separado, pirámide o individuo. Aclaración: Esto se refiere al movimiento del torso de un atleta moviéndose por encima o por debajo del torso de otro atleta; no los brazos o piernas. Ejemplo: Un shoulder sit caminando por debajo

de un elevador es ILEGAL. Excepción 1: Un individuo podría saltar sobre otro individuo Excepción 2: Un individuo podría moverse por debajo de una pareja, o una pareja podría moverse sobre un individuo.

- G. Cargadas de Split sobre una base individual (split catches) son prohibidos.
- H. Parejas de una sola base con múltiples tops, o personas que suben requiere un spotter adicional para cada persona que suba. Las <sup>SEP</sup> personas que estén en una posición extendida de una sola pierna no pueden estar conectadas con otras personas en posición extendida.

I. **PAREJAS – MOVIMIENTOS SUELTOS.**

1. Mov - sueltos son permitidos siempre y cuando no excedan el nivel de los brazos extendidos. Aclaración: Si los movimientos sueltos sobrepasan el nivel de los brazos extendidos de las bases, será considerado como un lanzamiento y/o desmonte, y deberá de seguir las reglas apropiadas de "lanzamientos" y/o "desmontes". Para determinar la altura del movimiento de un movimiento suelto, en el punto más alto, o distancia desde la cadera de la Top hasta los brazos extendidos de las bases, serán utilizadas para determinar la altura en donde se suelte. Si la distancia es mayor al largo de las piernas de la persona que sube, será considerado como un lanzamiento o un desmonte y deberán de seguir las reglas apropiadas de "lanzamientos" o "Desmontes"
2. Mov - sueltos no pueden finalizar o caer en posición invertida. Cuando se ejecuta un movimiento suelto desde una posición invertida hacia una posición NO Invertida, el punto de partida o de salida será utilizado para determinar si la posición inicial era invertida. En movimientos sueltos desde una posición invertida hacia una posición no invertida no se puede girar. En movimientos sueltos desde una posición invertida finalizando en un elemento al nivel del pecho o arriba debe de tener un Spotter o vigía
3. Movimientos sueltos que finalicen o aterricen en una posición no erguida debe de tener 3 bases para parejas multibases y 2 Bases receptoras para una pareja de una sola base.
4. Mov - sueltos deben retornar a sus bases originales. Aclaración: un individuo no debe de aterrizar sobre la superficie de presentación sin asistencia. Excepción: Ver desmontes de nivel 4 "C" Excepción: Cuando desmonten parejas de 1 sola base con múltiples tops o personas que suben

5. Mov - Suelos que finalicen en una posición extendida debe de originarse desde el nivel de la cadera o menos y no debe involucrar ningún giro o rotación de mortal.
6. Mov – Suelos que inicien sobre el nivel del pecho no pueden girar
7. Lanzamientos de Helicóptero, son permitidos hasta 180 grados de rotación y cero giros, y deberá de ser recibido por al menos 3 bases receptoras, una de las cuales deberá de estar posesionada para proteger el área de la cabeza y hombros de la TOP.
8. Mov - suelos no deben moverse o trasladarse en forma intencional.
9. Mov. suelos no deben pasar por encima, debajo o a través de otros elementos de parejas, pirámides o individuos
10. Las personas que suben en movimientos suelos separados no deben de estar en contacto directo entre ambas. Excepción: Cuando desmonten parejas de 1 sola base con múltiples tops o personas que suben.

**J. PAREJAS – INVERSIONES**

1. Elementos invertidos de pareja extendidos son permitidos. Revisar también "Parejas" y "Pirámides".
2. Movimientos invertidos en dirección al suelo son permitidos al nivel del pecho, y deben ser asistidos por al menos tres bases receptoras, de las cuales al menos dos deben de posicionarse para proteger la cabeza y el área de los hombros. Excepción: una pareja que descienda de manera controlada desde una pareja invertida extendida (Ejemplo: Parada de manos) hacia el nivel del pecho es permitido. Aclaración 1: el elemento de pareja no debería pasar por encima del nivel del hombro y luego convertirse en una pareja invertida al nivel del pecho, (el momento de la TOP mientras va en dirección al suelo es lo que más importa con respecto a la seguridad) Aclaración 2: los receptores deben hacer contacto desde el área de la cadera hasta el área de la cabeza y el hombro. Aclaración 3: inversiones en dirección al suelo que se originen por debajo del nivel del pecho no requieren tres bases. Excepción: Elementos de dos piernas denominado "Pancake" debe de iniciar desde la altura del pecho o menos y se permite de inmediato pasar a través de una posición extendida durante el elemento. Aclaración: Un Pancake no puede detenerse o finalizar de manera invertida
3. Las inversiones en dirección al suelo deben mantener contacto con una base original. Excepción: en elementos de rotación con inversión lateral. Ejemplo.

Transiciones de desmonte estilo rueda de carreta, o media luna). La base original podría perder contacto con la TOP (persona de arriba) cuando es necesario hacerlo.

4. Inversiones hacia la superficie de presentación no pueden estar conectadas unas con otras.
  - 5.
- K. Las Bases no deben soportar ningún peso de la persona que sube mientras la base está en una posición invertida de arco. (Puente). Aclaración. Una persona de pie sobre la superficie de presentación no es considerada una TOP.

## PIRAMIDES

- A. Pirámides deben seguir los lineamientos que rige el N - 4 de "Parejas" y "Desmontes", se permite hasta 2 niveles de altura. Excepción: Montajes o subidas y transiciones a elementos extendidos son permitidos hasta "1 1/2" giro, Si estuviese conectada a una conexión al nivel del pecho o menos. La conexión debe de realizarse antes de que se inicie el elemento y debe de mantenerse conectada durante todo el elemento o transición.
- B. La TOP o persona que sube debe recibir el soporte primario de una base. Excepción: Ver Movimientos Suelos de Pirámides
- C. Parejas extendidas de una sola pierna NO deben estar conectadas o conectarse por cualquier pareja extendida de una sola pierna
- D. Ninguna pareja o pirámide podrá pasar o moverse por debajo o por encima de algún otro elemento de pareja o pirámide. Aclaración La Top o persona que sube no puede invertir por encima o debajo del torso de otra top o persona que sube sin importar si la pareja o pirámide está separada o no Ejemplo: Shoulder sits caminando por debajo de un elevador. Excepción 1: Un individuo podría saltar sobre otro individuo Excepción 2: Un individuo podría moverse por debajo de una pareja, o una pareja puede moverse sobre un individuo.
- E. Cualquier elemento legal como movimientos suelos de pirámides en nivel 4 son legales si se mantienen conectados a una base y un conector (o dos conectores cuando se es requerido). Ejemplo1: Montajes en giro y transiciones a elementos extendidos son permitidos hasta 1 giro y 1/2, si está conectado a una media base

conectora en el nivel del pecho o menos. La conexión debe de realizarse antes de que inicie el elemento y debe de mantenerse en contacto a través del elemento o transición. Ejemplo 2: Un elemento extendido de "pancake" requerirá que se mantenga contacto a dos conectores.

#### F. **PIRAMIDES – MOVIMIENTOS SUELTOS**

1. Durante una transición de pirámide la TOP (persona que sube) podría pasar por encima del nivel de altura de 2 personas mientras se mantenga en contacto físico con al menos una persona al nivel del pecho o menos. Contacto debe de mantenerse con la(s) misma(s) conector (as) durante toda la transición. Aclaración: Contacto debe de realizarse con la base sobre la superficie de presentación ANTES de que el contacto con el conector o los conectores se pierda. Excepción: Mientras un elemento de Tick Tocks desde el nivel del pecho (prep level) a una posición extendida (low to high o high to high), sería ILEGAL en parejas para Nivel 4, el mismo elemento sería LEGAL en Nivel 4 de Pirámides, Movimiento Suelto si está conectado y al menos una persona se encuentra al nivel del pecho o menos. La persona que sube o TOP, debe de estar conectada todo el tiempo en que es liberada por sus bases. Aclaración: Mov. Suelos en el Nivel 4 Pirámides – Mov. podrían ahora incorporar movimientos sueltos que mantienen contacto con una de las TOPS (o personas que suben) haciendo que los movimientos sueltos encuentren un punto de criterio bajo el concepto de movimientos sueltos de parejas del N4 o desmontes de Nivel Aclaración: Parejas con transiciones de giro (twisting Stunts) son permitidas hasta 1 1/2 Giro, si está conectada por al menos un conector al nivel del pecho (prep level) o menos.
2. En una transición de pirámide, la persona que sube (TOP) podría pasar sobre otra (TOP) mientras se mantenga conectada a esa TOP en el nivel del pecho o menos.
3. El peso principal NO debe de originarse del segundo nivel. Aclaración; La transición debe de ser continua.
4. Transiciones de Pirámides no invertidas podrían involucrar un cambio de bases.
  - a. La TOP (persona que sube) debe mantener contacto físico con una persona al nivel del pecho o menos Aclaración: Contacto debe de realizarse con la base sobre la superficie de presentación ANTES de que el contacto con el conector o los conectores se pierda.

- b. La TOP (persona que sube) debe ser recibida por al menos 2 bases receptoras (Mínimo de una base receptora y un Spotter). Ambas bases deben de estar estacionarias y no deben estar involucradas en ningún otro elemento o coreografía cuando la transición se inicie. (La Sentadilla o profundidad que se utilice para lanzar a la TOP o persona que sube será considerada como el inicio del elemento.)
  - 5. Transiciones de Pirámides NO Invertidas con movimientos sueltos deben de ser recibidas por al menos dos bases receptoras. (un mínimo de una persona que recibe y un Spotter)
    - a. Ambos receptores deben de ser estacionarios
    - b. Ambas bases receptoras deben de mantener contacto visual con la TOP durante toda la transición.
  - 6. Movimientos Suelos pueden realizarse sin conexión con las Tops, o personas que suben al nivel del pecho.
- G. PIRAMIDES – INVERSIONES**
- 1. Debe seguir las reglas de inversiones del Nivel-4
- H. PIRAMIDES – MOVIMIENTOS SUELTOS CON INVERSIONES CONECTADAS**
- 1. Las transiciones de pirámides podrían involucrar inversiones conectadas (Incluyendo Mortales conectados) Si mientras se sueltan de las bases el contacto se mantiene con al menos dos medias bases (TOPS) al nivel del hombro o menos. El contacto debe de mantenerse con las mismas bases durante toda la transición con cualquiera, La(s) TOP(s) o la(s) base(s). Aclaración: El contacto debe de realizarse con la base sobre la superficie de presentación ANTES de que el contacto con el conector o los conectores se pierda. Aclaración: Mortales Conectados deben de conectarse en dos lados separados (Ej. lado derecho - lado izquierdo, lado izquierdo - lado posterior, etc.) por dos conectores separados. (Ejemplo: 2 conectores en el mismo brazo no será permitido) Una persona que suba o TOP deberá de estar conectada sobre 2 de los 4 lados (adelante, atrás, derecho, izquierdo) de su cuerpo
  - 2. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) se permite hasta rotaciones de mortales de 1 (1/4), 0 (cero) rotaciones de giros.
  - 3. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) NO deben involucrar cambio de bases.



4. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) deben de estar en constante movimiento.
5. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) deben de ser recibidos por al menos 3 bases receptoras. Excepción: Los Mortales conectados deben de finalizar en una posición erguida (upright Position) al nivel del pecho o por encima y deben tener un mínimo de una base receptora y dos spotters.
  - a. Todas las bases receptoras requeridas deben permanecer estacionarias.
  - b. Todas las bases receptoras requeridas deben mantener contacto visual con la persona que sube durante toda la transición.
  - c. Todas las bases receptoras requeridas no deben de estar involucrados con cualquier otro elemento o coreografía cuando la transición se inicie. (La Sentadilla o profundidad que se utilice para lanzar a la TOP o persona que sube será considerada como el inicio del elemento.)
6. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) no deben involucrar movimientos hacia abajo mientras se realiza el elemento invertido.
7. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) no deben estar en contacto con otra pareja/pirámide movimiento suelto.
8. Inversiones conectadas (incluyendo mortales conectados) no deben estar en contacto o conectarse con Tops, o personas por encima del nivel del pecho.

## DESMONTES

Nota: un movimiento es considerado únicamente como desmontes si es liberado hacia un cradle (cuna) o si se libera de manera asistida hacia la superficie de presentación.

- A. Desmontes en cradle/cuna de una pareja de una sola base (duplas), debe contar con la ayuda de un Spotter con al menos una mano o brazo apoyando el área desde la cadera hasta el área de la cabeza y los hombros durante el desmonte de cradle.
- B. Desmontes desde una pareja multi-base, debe tener al menos dos bases que reciban y un Spotter/vigía con al menos una mano o brazo apoyando el área desde la cadera, hasta el área de la cabeza y hombros que asista durante el proceso del desmonte a cradle o cuna.



- C. Desmontes deben retornar a su(s) Base(s) original(es) Excepción: Desmontes hacia la superficie de presentación deben ser asistidos por cualquiera, una base original y/o Spotter. Excepción: Straight Drops (desmante directo/Rockets) con ningún elemento adicional, desde el nivel de la cadera o menos son los únicos desmontes permitidos hacia la superficie de presentación sin ninguna asistencia. Aclaración: Un individuo no debe bajar a la superficie de presentación desde una altura arriba de la cadera sin asistencia.
- D. Desmontes de hasta 2-1/4 de giros están permitidos para elementos de pareja en dos piernas. Aclaración: Desmontes de giro desde una posición de plataforma no puede exceder una rotación de 1-1/4 de rotación de giro. Plataforma NO es considerada una pareja de dos piernas. Existen excepciones específicas que determinan la postura del cuerpo en una plataforma en el Nivel 4 - N4 Parejas en Montajes o subidas y transiciones de giro únicamente.
- E. Rotaciones hasta 1-1/4 de giro son permitidos desde cualquier elemento de pareja de una sola pierna. Aclaración: Plataforma NO es considerada una pareja de dos piernas. Existen excepciones específicas que determinan la postura del cuerpo en una plataforma en el Nivel 4 - N4 Parejas en Montajes o subidas y transiciones de giro únicamente.
- F. Ninguna pareja, pirámide o individuo, o artículo (prop) puede pasar por debajo de un desmante, y un desmante no debe ser lanzado por encima, por debajo o a través de parejas, pirámides, individuos o props.
- G. En desmontes de cradle que exceda 1-1/4 de giro, no se permite ningún elemento más que desmontes de giro / full downs.
- H. No se permiten desmontes de mortales sueltos.
- I. Los desmontes no pueden trasladarse o viajar de manera intencional.
- J. Las (Tops) en los desmontes, no deben estar en contacto con otras mientras estén libres de sus bases
- K. Caídas de tensión (donde las personas se dejan ir hacia adelante en forma tensa y al final realizan un rollo al frente, o similares) están prohibidas".
- L. Cuando se desmante de un cradle/cuna desde una pareja de una sola base con múltiples Tops o personas que suben, 2 personas deben recibir a cada una de las personas que suben. Los que reciben deben estar estáticos antes de que se inicie el desmante.
- M. Desmontes desde una posición invertida no pueden girar.

## LANZAMIENTOS

- A. Los lanzamientos se permiten hasta un total de 4 bases, una de las cuales deberá de estar detrás de la "flyer" (persona que se lanza). durante el proceso del lanzamiento y podría asistir a la "flyer" (persona que se lanza) durante el lanzamiento.
- B. Los Lanzamientos deben de ser ejecutados con los pies de todas las bases sobre la superficie del suelo y deben finalizar en una posición de cradle /cuna. La "flyer" (persona que se lanza) debe ser recibida por al menos 3 bases originales, una de las cuales debe estar en posición a la altura de la cabeza y hombros de la "flyer" (persona que se lanza). Las bases deben permanecer en una posición estacionaria durante el lanzamiento. Ej. no se permiten movimientos de traslado intencional). Excepción: una rotación de 1/2 giro es permitido por las bases cuando se realizan lanzamientos de patada giro.
- C. La Persona que sube o Flyer en un lanzamiento debe de tener ambos pies en o sobre las manos de sus bases cuando el lanzamiento inicie
- D. Mortales, inversiones o movimientos que se trasladen no son permitidos.
- E. No se permite que ninguna pareja, pirámide, individuo, o prop, pase por debajo o por encima de ningún lanzamiento y los lanzamientos no pueden pasar sobre, por debajo o a través de parejas, pirámides, individuos o props.
- F. Hasta 2 trucos son permitidos durante un lanzamiento. Ejemplo: Kick full /patada giro, o lanzamiento con giro incorporando un toe Touch / salto japonés /ruso.
- G. Durante el lanzamiento que excedan 1 1/2 rotaciones de giro, ningún otro elemento más que el giro es permitido. Ejemplo. Kick double full /Patadas con doble giro, NO son permitidos.
- H. Los lanzamientos NO pueden exceder una rotación de 2 1/4 giros.
- I. Flyers (personas que son lanzadas) en lanzamientos separados no pueden tener contacto entre ellas, y deben de permanecer libre de todo contacto de las bases, conectores y/u otras personas que suban.
- J. Solamente una persona se permite durante el lanzamiento de una canasta.

## NIVEL PREMIER (EQUIVALENTE O SIMILAR A NIVEL 7)



## GIMNASIA GENERAL.

- A. Toda gimnasia debe originarse desde y sobre la superficie de presentación. Excepción 1: El gimnasta podrá (sin rotación sobre la cabeza) rebotar desde sus pies hacia una transición de pareja. Si el rebote desde una pasada de gimnasia involucrará una rotación sobre la cabeza, entonces el gimnasta/o el top debe ser recibida y detenerse en una posición no invertida antes de continuar la transición o pareja a una transición sobre la cabeza o pareja. Excepción 2: Redondilla Rewind (mortales) y Flic Flac Mortal/Rewind son permitidos.
- B. Gimnasia sobre, por debajo o a través de una pareja, individuo, o artículo (prop), no está permitida. Aclaración: Un individuo puede brincar (rebotar) por encima de otro individuo
- C. Gimnasia mientras se sostiene o se está en contacto con algún artículo (prop) no está permitida.
- D. Salto del tigre están permitidos. Excepción 1: R Salto de Tigre en una posición de arco NO están permitidos. Excepción 2. Salto del Tigre con giro NO son permitidos.

## GIMNASIA ESTÁTICA/CONTINUA.

- A. Se permiten elementos hasta una rotación de 1 mortal y 1 rotación de giro.

### PAREJAS

- A. Un Spotter se requiere:
1. Durante parejas arriba del nivel del pecho, que no sean cupies/Awesomes o Liberties Aclaración: En parejas de un solo brazo como Heel Stretch, Arabesque, High Torch, Scorpions, Bow and Arrows, etc en un solo brazo se requiere un Spotter
  2. Cuando la transición de montaje involucra.
    - a. Un movimiento suelto con un giro mayor que 360 grados
    - b. Un movimiento suelto con una posición invertida al nivel del pecho o menor.
    - c. Un mortal libre
  3. Durante parejas en las cuales la persona que sube (TOP) se encuentra en una posición invertida arriba del nivel del pecho
  4. Cuando la persona que sube (TOP) es lanzada desde la superficie del suelo a una pareja de un solo brazo.
- B. Niveles de Parejas
1. Parejas extendidas de una sola pierna son permitidas
- C. Parejas y transiciones con giros son permitidos hasta 2 giros y 1/4 de rotación por la TOP o persona que sube en relación con la superficie del suelo. *Aclaración:* un giro ejecutado con un giro adicional por las bases realizando el mismo elemento, sería ilegal si el resultado acumulativo de la persona que sube excede 2 y 1/4 de rotaciones El Juez de legalidades utilizará la de la TOP (o persona que sube) para Determinar el total de la rotación que ejecuta la TOP en el elemento que realiza. Una vez que el elemento o pareja se realiza (Ej. Elevador al pecho) y los atletas demuestren parada definitiva, con una Top estacionaria entonces podrán continuar con una rotación adicional por parte de la pareja.
- D. Mortales libres (Rewind) o parejas de mortales asistidos y transiciones son permitidos. Mortales deben de originarse desde el nivel del suelo únicamente y son

permitidos hasta 1 rotación de mortal y "1 1/4" de rotaciones de giros. *Excepción 1:* Mortales a una posición de cradle o cuna son permitidos 1 1/4 rotación de mortal, Todos los mortales (Rewinds) que se reciban por debajo del nivel del pecho debe de utilizar dos bases que reciban. (Por Ej. Un mortal que finalice en posición cradle/cuna. *Excepción 2:* Redondillas hacia una pareja con mortal (Rewind) y Flic Flac estático mortal hacia una pareja (Rewind) son permitidos. Ningún elemento de gimnasia antes de la rondada o Flic Flac estático son permitidos. *Aclaración 1:* Parejas de Mortal suelto y transiciones que no inicien sobre la superficie del suelo no son permitidas. *Aclaración 2:* Toe Pitch, Leg Pitch y lanzamientos similares no son permitidos cuando se inician elementos libres de mortales

- E. Split catches de una sola base NO son permitidos
- F. Parejas de una sola base con múltiples tops, o personas que suben requiere un spotter adicional para cada persona que suba
- G. **PAREJAS-MOVIMIENTOS SUELTOS.**
  - 1. Movimientos Suelos son permitidos, pero no puede exceder más de 18 pulgadas (45 cm) por encima del brazo extendido de las bases, será considerado como un Lanzamiento o desmonte, y debe de seguir las reglas apropiadas para "Lanzamientos" o "Desmontes". *Aclaración;* Si el movimiento suelto excede más de 18 pulgadas (45cm) por encima del brazo extendido, será considerado como un lanzamiento y deberá de seguir las reglas apropiadas de lanzamientos".
  - 2. Movimientos Suelos no deben de finalizar en una posición invertida.
  - 3. Movimientos Suelos deben de retornar a sus bases originales. *Excepción 1;* Lanzamientos (estilo de pareja) hacia una nueva base son permitidas si la pareja es lanzada por una sola base y es recibida por lo menos por una base y un Spotter/vigía adicional que no esté involucrado en otros elementos o coreografía en el momento en que la transición sea iniciada. *Excepción 2;* Parejas de 1 sola base con múltiples tops o personas que suben. son permitidos sin que las Tops retornen a su(s) Base(s) original(es). *Aclaración:* un individuo no debe de finalizar (aterrizar) en la superficie de presentación sin asistencia.
  - 4. Helicópteros son permitidos hasta una rotación de 180 grados con un giro y debe de ser recibido por al menos 3 bases receptoras, una de las cuales debe de estar en posición para proteger el área de la cabeza y los hombros.

5. Los Movimientos Suelos no deben de viajar de manera intencional. Ver excepción en el punto # G.3 arriba.
6. Movimientos Suelos no pueden pasar por encima, o por debajo o a través de otras parejas pirámides o Individuos.
7. La TOP o personas que realizan movimientos suelos separados no deben de tener contacto entre ellas. *Excepción:* parejas de 1 sola base con múltiples tops o personas que suben.

#### H. **PAREJAS-INVERSIONES.**

1. Inversiones hacia el suelo desde arriba del nivel del pecho deben de ser asistido por al menos dos bases. La TOP, o persona que sube debe de mantener contacto con una base.

### **PIRAMIDES.**

- A. Las pirámides son permitidas hasta una altura de 2-1/2
- B. Por cada pirámide de 2-1/2 de altura, debe de haber un Spotter/vigía adelante y otro atrás por cada flyer que esta a altura de 2 1/2, los spotters/Vigías deben de estar en posición durante todo el tiempo que la TOP se encuentre en el nivel de 2 1/2. Los spotters podrán colocarse levemente al lado en una posición adecuada para cuidar a la persona de arriba. Spotters deben de mantener contacto visual con la persona que sube durante todo el tiempo que se encuentre en el nivel de 2 1/2 de altura. Los spotters no deben ser el soporte primario de la pirámide Excepción: Tower Pyramids / Pirámide de Torre son permitidas. Aclaración: para todas las Tower Pyramids / Pirámides de Torre. debe de haber un spotter que no esté en contacto con la pirámide posicionada detrás de la persona que sube. Si un conector es necesario para asistir el nivel medio, no cumple esta función como spotter adicional, y necesitará un spotter adicional, quien no esté en contacto con la pirámide. Aclaración: para todas las pirámides de 2 Niveles y (1/2) de altura con las top o personas que suben posicionadas de manera horizontal (Ej. Flat Back, prone o variaciones de swedish falls (cascadas); los spotters deben de posicionarse de manera contraria de las caderas. (Izquierda/derecha, o adelante o atrás, no en la cabeza/pie) en relación con la Top o persona que sube. El Spotter o vigía de atrás debe de estar del lado de la cabeza de la pirámide en relación con la persona que sube. Top. Un atleta del lado del pie no será considerado como Spotter.

- C. Los montajes libres o transiciones que se originen desde el nivel del suelo y únicamente son permitidos 1 mortal y 1 rotación de giro, o cero mortales y "2 1/4" rotaciones de giro. Montajes libres o transiciones que se originen por encima del nivel de parejas de suelo son permitidos y pueden subir con 1 mortal y cero rotaciones de giro, o 0 rotaciones de mortal y 2 giros, Aclaración: Los Montajes libres o transiciones no pueden exceder significativamente la altura del elemento que se intenta y no puede pasar sobre, por debajo, o a través de otras parejas, pirámides o Individuos. <sup>SEP</sup> Aclaración: Montajes libres o transiciones no deben de finalizar en una posición invertida.

D. **MOVIMIENTOS SUELTOS**

1. Durante una transición de pirámide, la persona que sube TOP puede pasar por encima de 2-1/2 niveles de altura
  - a. En cualquier momento en que una pirámide de movimientos suelto sea lanzada por una base del segundo nivel, y este sea recibido por una base en el segundo nivel, la base del segundo nivel que esté recibiendo a la persona que sube o TOP deberá de ser la base del segundo nivel original que lanzó el movimiento originalmente (por Ej. 2-1-1 tower pyramid Tick Tocks)
  - b. Movimientos libres sueltos desde una altura de pirámides de 2-1/2 niveles de altura, no puede finalizar en una posición prona o invertida.

E. **INVERSIONES EN PIRAMIDES**

1. Parejas invertidas son permitidas hasta 2 1/2 niveles de persona de altura.
2. Inversiones hacia el suelo desde arriba del nivel del pecho deben de ser asistidos por al menos 2 bases. La persona de arriba TOP debe de mantener contacto con al menos una base u otra TOP.

F. **PIRAMIDES - MOVIMIENTOS SUELTOS CON INVERSIONES CONECTADAS**

1. Inversiones conectadas (incluyendo Mortales conectados) son permitidos hasta una rotación de mortal de 1 1/4 y rotación de 1 giros.
2. Inversiones conectadas (incluyendo Mortales conectados) son permitidos si se mantiene el contacto físico con al menos 1 TOP, o persona que suba al nivel del pecho o menos, y debe de ser recibidos por al menos dos bases receptoras. *Excepción 1.* Inversiones conectadas hacia pirámides de 2 1/2 de altura deben de recibirse por 1 persona.



3. Todas las inversiones Conectadas (Incluyendo Mortales conectados) que finalizan en una posición erguida al nivel del pecho o por encima requieren al menos una base y un spotter adicional.
  - a. La base/Spotter debe de ser estacionaria.
  - b. La base/Spotter debe de mantener contacto visual con la Top o persona que sube durante toda la transición.
  - c. La base/Spotter no debe estar involucrada con ningún otro elemento o coreografía cuando la transición sea iniciada. (el dip, o sentadilla para lanzar a la persona es considerada como el inicio del elemento)
- G. Desmontes o movimientos libres desde pirámides de 2-1/2 Niveles de altura
  1. No deben de finalizar en una posición prona o invertida.
  2. Son permitidas hasta una rotación de 0 mortales y 1 rotación de giro
- H. Los Paper Dolls de un solo brazo, requieren un spotter por cada persona.

## DESMONTES

Nota: Los movimientos son considerados "desmontes" únicamente si se liberan hacia un desmonte de cradle o si son liberados y asistidos hacia la superficie de presentación.

- A. Desmontes de un cradle/cuna que excedan una rotación de 1 1/4, deben de contar con un Spotter asistiendo durante el cradle, con al menos una mano o brazo apoyando el área de la cabeza y el hombro.
- B. Desmontes deben retornar a su(s) base(s) original(es)  
*Excepción:* Desmontes hacia la superficie de presentación, deben de ser asistidos por ya sea una base original y/o spotter.  
*Excepción:* Straight Drops, (Rockets o desmonte directo al suelo) hop off, con ningún otro elemento, desde el nivel de la cadera o menos son los únicos desmontes permitidos hacia la superficie del suelo que no requieren asistencia.  
*Aclaración:* Un individuo no debe de aterrizar sobre la superficie de presentación desde arriba del nivel de la cadera sin ninguna asistencia
  1. Desmontes hacia la superficie de presentación son permitidos hasta 2 giros y (1/4)

2. Desmontes hacia la superficie de presentación que excedan 1 giro y  $(1/4)$  debe de ser asistidos por do bases receptoras o <sup>[L]</sup><sub>[SEP]</sub> una base receptora con un spotter. <sup>[L]</sup><sub>[SEP]</sub>
- C. Hasta  $2 \frac{1}{4}$  rotaciones de giro en cradle son permitidos desde todas las parejas y pirámides hasta 2 personas de altura y requieren al menos 2 bases receptoras. Cradles desde una altura de  $2 \frac{1}{2}$  pisos de altura en pirámides son permitidos hasta  $1\frac{1}{2}$  rotaciones de giro y requiere 3 bases receptoras. Uno de los cuales debe de estar de manera estacionaria al inicio del desmonte. *Excepción:* 2-1-1 Thigh Stands pueden ejecutar hasta una rotación de 2 giros desde una pareja que esté mirando hacia el frente únicamente, Ej.: Extensión, Liberty, Heel Stretch)
- D. Desmontes libres desde una pirámide de  $2 \frac{1}{2}$  pisos no pueden aterrizar en una posición prona o invertida.
- E. Desmontes en Mortales libres a cradle:
  1. Son permitidos hasta " $1 \frac{1}{4}$ " rotaciones de mortal y " $1\frac{1}{2}$ " Rotaciones de giro.
  2. Requiere al menos 2 Bases receptoras, una de las cuales debe de ser la base original.
  3. No pueden trasladarse de manera intencional
  4. Debe de originarse desde el nivel del pecho o menos (No pueden originarse desde una pirámide de  $2 \frac{1}{2}$  niveles) Excepción: Mortal al frente de  $3/4$  hacia un cradle puede suceder desde una pirámide con altura de  $2 \frac{1}{2}$  niveles, y requieren 3 bases receptoras, 1 de las cuales deberá de estar estacionaria cuando el inicio del desmonte suceda, el mortal de  $3/4$  hacia el frente que desmonta de una pirámide de  $2 \frac{1}{2}$  de altura no puede girar.
- F. Mortales libres hacia la superficie de presentación solo son permitidos en una rotación de mortal hacia el frente: Aclaración: Desmontes en mortales hacia atrás deberán de ser recibidos en Cradle/Cuna.
  1. Permitidos hasta 1 rotación de mortal hacia delante y 0 Rotaciones.
  2. Deben de retornar a una base original
  3. Debe de tener un Spotter.
  4. No debe de trasladarse de manera intencional.
  5. Debe de originarse desde el nivel del pecho o menos (No pueden originarse desde una pirámide de  $2 \frac{1}{2}$  niveles)
- G. Caídas de tensión Drops/Rolls de cualquier clase, NO son permitidos.

- H. Cuando se desmonta en cradle desde una pareja de una sola base con múltiples tops o personas que suben, 2 (Dos) bases receptoras por cada TOP. Las Bases receptoras deben de estar estacionarias antes de que inicie el desmonte.
- I. Desmontes en cradle de una pareja de 1 brazo que involucre un giro debe de tener un Spotter asistiendo el cradle con al menos un brazo apoyando la cabeza y hombros de la TOP o persona que sube.
- J. Los desmontes no pueden pasar por encima, debajo o a través de otras parejas, pirámides o Individuos.
- K. Los desmontes no pueden trasladarse de manera internacional.
- L. Las personas que suben TOP en desmontes, no pueden estar en contacto unas con otras mientras se liberan de sus bases.

## LANZAMIENTOS

- A. En los lanzamientos son permitidos hasta un total de 4 bases, una de las cuales debe de estar por detrás de Flyer durante el lanzamiento y debe de asistir a la persona en el lanzamiento. *Excepción; Arabians*, en las cuales la Tercera persona necesita iniciar en frente de la canasta para estar en posición de recibir el Cradle. [SEP]
- B. Lanzamientos deben de ser ejecutados desde el nivel del suelo y deben de finalizar o aterrizar en una posición de cradle. La TOP/FLYER debe de ser recibida en una posición de cuna por al menos 3 bases originales una de las cuales debe de estar posicionada para proteger el área de la cabeza y los hombros. Los lanzamientos no deben de ser dirigidos, de tal manera que las bases deben de moverse para atrapar a la persona que sube.
- C. La Top/Flyer en un lanzamiento debe de tener ambos pies sobre las manos de las bases cuando el lanzamiento sea iniciado.
- D. Lanzamientos de mortal son permitidos hasta "1 1/4" rotaciones de mortal y "1" elementos de giro adicionales. Una bolita (Tuck), Pike o un mortal extendidos no serán tomados en cuenta en el "1" elementos adicionales. Un Pike open doble giro es LEGAL. [SEP] Una bolita X doble giro es ILEGAL porque la X-out es considerado como un elemento.
- E. Ninguna pareja, pirámide o individuo, o prop, puede moverse por debajo o a través de un lanzamiento, y un lanzamiento puede ser lanzado por encima, o a través de parejas, pirámides, individuos o props.

- F. En lanzamientos que no tengan mortales NO se puede exceder 3 1/2 rotaciones de giro <sup>[L]</sup><sub>SEP</sub>.
- G. Las TOP que se lancen a otro set de bases debe de ser recibidas en una posición de cradle y debe de ser recibida por al menos 3 bases receptoras que se encuentren estacionarias. Las bases receptoras no deben de estar involucradas en otros elementos de coreografía y deben de mantener contacto visual con la TOP durante todo el lanzamiento. El Lanzamiento es permitido hasta una rotación de 0 mortales y 1 1/2 rotaciones de giro o mortales al frente con una rotación de "3/4" y "0" Giros. Las bases involucradas en el lanzamiento deben de estar estacionarias mientras se lanzan.
- H. Las TOPS/FLYERS en lanzamientos de canasta separadas no pueden estar en contacto entre ellas, y deben de ser liberadas de todo contacto con las bases, conectores y/u otras Tops.
- I. Solamente una sola flyer o TOP es permitida durante un lanzamiento.

## ***CAPITULO 3***

### **ELEMENTOS INVOLUCRADOS CON LA COMPETENCIA**

#### **3.1. PRELIMINARES**

##### **3.1.1**

Es obligatorio para todos los equipos presentarse a la preliminar oficial, para ejecutar su rutina completa y con el uniforme de competencia.

##### **3.1.2**

El panel de jueces evaluará la legalidad y los requisitos técnicos de su categoría en la preliminar, de no hacerlo corren el riesgo de caer en penalizaciones que no tendrán aclaración después o bien no se les permitirá presentarse en la final y serán descalificados.

##### **3.1.3**

Dentro del día 1 los organizadores del evento se encargarán de entregar las hojas de jueceo

correspondientes y publicarán un ranking general con puntuaciones (la puntuación preliminar no se sumará a la final, que es la que decidirá el ranking nacional).

### **3.2. ORDEN DE PRESENTACION**

#### **3.2.1**

Se realizará un sorteo previo en la junta técnica, en presencia de los entrenadores para designar el orden de salida por categoría. A si mismo el orden de presentación será de por sorteo para preliminares y posteriormente en finales de acuerdo con el Rankin de las preliminares, es decir el equipo que quedo en último lugar del ranking pasara primero en las finales y el equipo que quedo en primer lugar pasara al final.

#### **3.2.2**

Es responsabilidad de cada institución enviar un representante de manera OBLIGATORIA a la junta técnica para entrega de documentación y sorteo. Ningún documento será recibido en fecha posterior a la misma. Se corre el riesgo de ser descalificado en el sorteo sino se encuentra el representante presente en la misma.

#### **3.2.3**

Para las instituciones que presentan varias rutinas con los mismos integrantes, se dará oportunidad en la junta de ser tomado en cuenta su orden de participación de común acuerdo con las demás instituciones para cambios de vestuario o recuperación de los integrantes.

### **3.3. DEL JUECEO**

El jurado estará integrado por 4 jueces certificados en CHEER y un juez en jefe avalados por el comisionado técnico del deporte.

#### **3.3.1**

Los jueces podrán darte una retroalimentación de tus comentarios en hoja de jueceo si así lo deseas, sin embargo, la decisión del panel de jueceo seguirá siendo firme si así lo creen conveniente ellos.

## ***CAPITULO 4***

### **PARTICIPACION EN COMPETENCIA**

#### **4.1. DE LA PARTICIPACIÓN**

##### **4.1.1**

Una misma institución educativa puede participar en varias modalidades si cumple con los requisitos establecidos.

##### **4.1.2**

Un mismo competidor puede participar en varias modalidades.

#### 4.1.3

Los entrenadores deben inscribir a su equipo en la modalidad que corresponde de acuerdo con las características de esta.

#### 4.1.4

Las instituciones que participen en dos modalidades deberán presentar diferentes rutinas, con diferente música. No está permitido participar con la misma rutina en dos modalidades, de lo contrario será descalificado en las dos rutinas.

Una misma institución educativa puede participar en varias modalidades si cumple con los requisitos establecidos.

#### 4.1.5

Todo atleta debe ser previamente identificado como participante y estudiante de cada institución, la sede deberá colocar 2 filtros de revisión de credencial de la CONADEIP que acredite al atleta. Filtro uno área de calentamiento, filtro dos antes de competir.

#### 4.1.6

Todos los entrenadores recibirán después de cada ronda de competencia su hoja de calificación y comentarios del jueceo, a sí como una hoja de ranking general con nombre de las instituciones por categoría y puntuación.

### 4.2. DE LA PREMIACIÓN





#### 4.2.1

Todos los participantes serán premiados con medallas de la CONADEIP. Se considerarán los trofeos para el primero, segundo y tercer lugar por modalidad y se dará trofeo a los 3 primeros lugares del ranking general nacional.

#### 4.2.2

Para el ranking general de Grupos de Animación se tomará en cuenta la tabla de puntuación de ranking nacional de CONADEIP.

#### 4.2.3

Criterio de desempate para Campeón Nacional: será el que más primeros lugares haya ganado.

Todo asunto no previsto en este reglamento será resuelto por el comité organizador y el comisionado técnico buscando siempre la equidad, honestidad y el buen desarrollo del campeonato.

OCTUBRE 2020

## GLOSARIO

- 1/2 Wrap Around 
- Airborne/Aerial
- Airborne Tumbling Skill
- All4s
- Assisted-Flipping Stunt
- Backbend
- Back Walkover
- Backward Roll/Rollo Atrás
- Ball-X
- Barrel Roll / Rollo de Barril
- Base
- Basket Toss
- Block
- Block Cartwheel
- Brace
- Braced Flip
- Bracer
- Cartwheel
- Catcher
- Chair
- Coed Style Toss
- Cradle
- Cradle Position
- Cupie
- Dismount
- Dive Roll
- Double-Leg Stunt
- Double Cartwheel
- Downward Inversion
- Drop
- Extended Arm Level
- Extended Position
- Extended Stunt
- Extension Prep or Prep
- Flat back
- Flip (Stunt)
- Flip (Tumbling)
- Flipping Toss
- Floor Stunt
- Flyer
- Forward Roll
- Free Flipping
- Free Release
- Front Limber
- Front Tuck
- Front Walkover
- Full
- Ground Level
- Half
- Hand/Arm Connection
- Handspring
- Handstand
- Hanging Pyramid
- Helicopter Toss
- Horizontal Axis
- Initiation/Initiating
- Inversion
- Inverted / Invertido
- Jump / Salto
- Jump Skill
- Jump Turn
- Kick Double Full
- Kick Full
- Knee (Body) Drop
- Layout
- Leapfrog
- Leg/foot Connection
- Liberty
- Load In
- Log Roll
- Mount
- Multi-based Stunt
- New Base(s)
- Non-Inverted Position
- Nugget
- Onodi
- Original Base(s)
- Pancake
- Paper Dolls
- Pike
- Platform Position
- Power Press
- Prep
- Prep-Level
- Primary Support
- Prone Position
- Prop
- Punch
- Punch Front
- Pyramid
- Rebound
- Release Move
- Rewind
- Round Off
- Running Tumbling
- Second Level
- Second Level Leapfrog
- Series Front or Back Handsprings
- Show and Go
- Shoulder Level
- Shoulder Sit
- Shoulder Stand
- Shushunova
- Single-Based Double Cupie



- Single-Based Stunt
- Single-Leg Stunt
- Split Catch
- Sponge Toss
- Spotter
- Standing Tumbling
- Step Out
- Straight Cradle
- Straight Ride
- Stunt
- Suspended Roll
- Suspended Forward Roll
- Suspended Backward Roll
- T-Lift
- Tension Roll/Drop
- Three Quarter (3/4) Front
- Flip
- Tic-Tock
- Toe/Leg Pitch
- Toss
- Top Person
- Tower Pyramid
- Transitional Pyramid
- Transitional Stunt
- Traveling Toss
- Tuck Position
- Tumbling
- Twist
- Twisting Stunt
- Twisting Toss
- Twisting Tumbling
- Two-High Pyramid
- Two and One Half High
- Pyramid
- Upright
- V-Sit
- Vertical Axis
- Waist Level
- Walkover
- Whip
- X-Out

EN CADA DEPORTISTA UN EGRESADO

[www.conadeip.org](http://www.conadeip.org)



**1/2 Wrap around / 1/2 envoltura alrededor:** Es un elemento de parejas que involucra una sola base sosteniendo a una Top (o persona que sube) usualmente en una posición de cradle/cuna (Como se ve en un "Baile de swing"). La base entonces suelta las piernas de la top y sosteniendo la parte superior de la espalda, pasa sus piernas (que se mantienen juntas) alrededor de su espalda y con su mano libre vuelve agarrar las piernas de la Top. Quedando la top, haciendo un elemento de media envoltura alrededor de la espalda de la base.

**Aerial (noun)/Aéreo:** (Elemento aéreo sin manos): Rueda de carreta o árabe al frente sin poner las manos en el suelo.

**Airborne / Destreza Aérea en (Adjetivo):** Estar libre de o no estar en contacto con una persona o de la superficie de presentación.

**Airborne Tumbling Skill / Elemento de destreza Aérea en Gimnasia:** Un elemento o maniobra aérea que involucra una rotación de la cadera por encima de la cabeza, en la cual una persona usa su cuerpo y la superficie de presentación para impulsarse a sí mismo desde la superficie de presentación

#### **All 4s Position / Posición de "4s":**

Una posición de 4s es cuando un atleta está sobre sus manos y rodillas sobre la superficie de presentación, pero no en una posición de bolita (Tucked – Nugget), (posición Fetal). Cuando esta persona está dando apoyo a una Top (persona que sube), la "All 4s" es un elemento o pareja al nivel de la cadera.

**Assisted-Flipping Mount / Montaje de Mortal asistido:** Forma de subir a una pareja, en donde la top realiza una rotación de cadera-sobre-cabeza manteniendo contacto físico directo, con la base u otra top mientras pasa por la posición invertida. (Ver "Mortal Suspendido", "Mortal Conectado")

**Backbend (Stunting):** el cuerpo del atleta en forma de arco, normalmente apoyado por las manos y pies con el abdomen hacia arriba o hacia el cielo.

#### **Back Walkover / Árabe hacia Atrás:**

Un elemento en gimnasia no-aérea en donde la persona se arquea hacia atrás, buscando el contacto de las manos con el suelo primero, para luego rotar la cadera sobre la cabeza y que el peso se traslade sobre un pie/pierna a la vez.

#### **Backward Roll/Rollo Atrás:**

Elemento de gimnasia no-aéreo en donde se presenta una rotación hacia atrás pasando por/a través de una posición invertida, levantando la cadera sobre los hombros y la cabeza,

mientras la espalda se encorva, creando un movimiento en posición de bolita para crear un movimiento similar al de una bola, "rodando" sobre el suelo.

**Ball – X:** Posición del cuerpo (usualmente durante un lanzamiento) donde la "flyer" (persona lanzada) va de una posición en bolita o agrupada a una posición de Straddle / posición de "X". Con los brazos y piernas o solo las piernas. También se le denomina "X" Out.

**Barrel Roll/ Rollo de Barril con rotación lateral:** ver "Rollo de Tronco".

**Base:** Es una Persona que está con el peso y en contacto directo con la superficie de presentación, que le brinda soporte a otra persona. La(s) persona(s) que sostiene(n), levanta(n) o lanza(n) a una top hacia un elemento de pareja. (ver también: Bases nuevas y/o Base Original). Si hubiese solamente una persona por debajo del pie de la persona o top que sube, sin importar la posición, la persona es considerada como una base.

**Basket Toss / Lanzamiento de canastas:** Un lanzamiento que involucra 2 o 3 bases y un spotter. 2 de las bases deben de usar sus manos para entrelazar sus muñecas. (creando una plataforma para lanzar a su flyer).

**Block / Bloqueo – empuje - courvet:**

Término en gimnasia utilizado para referirse a un aumento de altura generado al usar una o ambas manos utilizando la fuerza de la parte superior del cuerpo (hombros) para impulsarse

de la superficie de presentación durante un elemento de gimnasia.

**Block Cartwheel / Vuelta Carreta con empuje:** Una rueda de carreta, o media luna, con movimiento aéreo temporal, realizada por el gimnasta al empujar a través de los hombros contra el suelo (superficie de presentación) durante la ejecución del elemento.

**Brace / Conectar:** Una conexión física que ayuda a proporcionar estabilidad de una top a otra Top (persona que sube). El cabello de una Top y/o alguna parte del uniforme no es una forma apropiada o legal de conectar algún elemento mientras se realiza una pirámide o transición.

**Braced Flip: (Mortal Conectado):** Un elemento de pareja en la cual la top realiza una rotación de cadera-sobre-cabeza mientras mantiene el contacto con otra(s) top(s) o personas que suben.

**Bracer / Conector:** Es una persona que está en contacto directo con una Top, o persona que sube y que ayuda a brindar estabilidad a la Top, o persona que sube. Esta persona es separada, o diferente de una base o un spotter.

**Cartwheel / Vuelta de carreta o voltereta lateral:** Es un elemento de gimnasia no-aéreo donde el Atleta soporta el peso del cuerpo con el/los brazo(s) mientras se rota lateralmente a través de una posición invertida cayendo en un pie a la vez. **CO: media luna.**

**Catcher / Base receptora:** Persona(s) responsable(s) de velar por la seguridad a la hora de recibir a una top durante un elemento de pareja / Desmante / Lanzamiento / Elemento suelto. Todos las Bases Receptoras: 1. Deben de estar atentas 2. No deben estar involucradas en otra coreografía. 3. Debe de hacer contacto físico con la persona que sube hasta que la reciba. 4. Debe de estar sobre la superficie de presentación cuando se inicia el elemento.

**Chair / Silla:** es un elemento o pareja al nivel del pecho en la cual la(s) base(s) soportan el tobillo de la Top (persona que sube) con una mano y la otra mano sirve de soporte en forma de asiento para la top, La pierna que se soporta debe de estar en posición vertical debajo del torso de la persona que sube, simulando una posición en la que la top está sentada como en una silla.

**Coed Style Toss / Parejas:** Un elemento de pareja de una sola base donde la base toma a su "top" (Persona que sube) al nivel de la cadera y la lanza a sus manos desde el suelo. Ch. Dupla

**Cradle / Cuna:** Es un desmante en el cual la Top o persona que sube es recibida en una posición de cuna.

#### **Cradle Position / Posición de Cuna:**

La(s) base(s), soportan a la Top colocando los brazos en la espalda y por debajo de las piernas. La top, o persona que sube debe caer en postura de pike/hollow, simulando una "V" (viendo hacia arriba, piernas rectas y juntas), por debajo del nivel del pecho.

**Cupie:** Pareja extendida, donde la "top" se encuentra en una posición vertical (de pie), y tiene sus dos pies juntos sobre la(s) mano(s) de la(s) base(s). Se le llama también "Awesome".

**Dismount / Desmante:** Es el movimiento final desde un elemento de pareja o pirámide hacia un cradle o a la superficie de presentación. Los movimientos son considerados "Desmontes" si se liberan hacia un cradle, o si se liberan y asisten hacia la superficie de presentación. El movimiento desde un cradle hacia la superficie de presentación no es considerado un "Desmante". Cuando/si se realiza un elemento de cradle hacia la superficie de presentación el elemento debe de seguir las reglas de parejas (Giros, Transiciones, Etc).

**Dive Roll / Salto del Tigre – rollo adelante extendido con vuelo:** Es un elemento de gimnasia aéreo con un rollo al frente, en donde los pies dejan el suelo antes de que las manos del atleta alcance la superficie del suelo. CO. Pescadito

**Double-Leg Stunt:** Ver "Stunt" / "Pareja"

**Double Cartwheel / Doble rueda de Carreta:** Doble Rueda de Carreta o Doble Media Luna, Es un elemento de pareja invertida con un compañero (partner), con un agarre o conexión de Mano/tobillo o Brazo/muslo hecha de manera simultánea.

**Downward Inversión / Inversión Hacia Abajo:** Es un elemento de pareja o pirámide en la cual la top o persona que sube se encuentra en posición invertida y su centro de gravedad se mueve hacia la superficie de presentación.

**Drop / Caída:** Caer sobre rodillas, muslos, sentado, de frente, de espaldas o en posición de split hacia la superficie de presentación desde un elemento aéreo o invertida, sin antes haber puesto la mayor parte del peso en manos/pies para minimizar el impacto de la caída.

**Extended Arm Level / Nivel de Extensión de Brazos:** El más alto punto que alcanza el/los brazo(s) de la base, (no el/los brazo(s) del Spotter) cuando se encuentra de pie con el/los brazo(s) totalmente extendido(s) sobre la cabeza. Extensión de brazos no necesariamente se define como "pareja en extensión". Ver "Pareja en Extensión" para aclaraciones futuras.

**Extended Position / Posición extendida:** La Top, en una posición erguida, apoyada por su(s) base(s) con los brazos completamente extendidos. Brazos Extendidos no se define necesariamente como una "pareja Extendida". Ver Extended Stunt / Pareja Extendida para mayor aclaración.

**Extended Stunt / Pareja Extendida:**

Cuando el cuerpo entero de la Top o persona que sube está por encima del nivel de la cabeza de la(s) base(s) **Ejemplos de "Parejas Extendidas":** Extensión, Liberty Extendido, Cupie extendido. **Ejemplos de parejas que no son considerados "Parejas extendidas":** Chairs, Torches, Flat Backs (muertito), Arm-n-arms, y Stradle Lifts (Spagat o Teddy Bear). Mortales suspendidos y saltos de rana (Estos son parejas en donde los brazos de las bases están extendidos por encima de su cabeza, pero NO son considerados como elementos de "Parejas Extendidas", tomando en cuenta que la altura del cuerpo de la top, es similar a

un elemento de parejas al nivel del pecho).

**Extension Prep o Prep/Medios:** ver "Prep ".



**Flatback / Tablita - Muertito:** Es un elemento de pareja en la cual la Top o persona que sube se encuentra acostada horizontalmente, boca arriba y es usualmente sostenida por dos o más bases. En Latinoamérica se enseñó como "Dead man" o muertito

### **Flip (Stunting) / Mortal en Parejas:**

Un elemento de pareja que involucra un movimiento de rotación de cadera-sobre-cabeza sin contacto alguno con la superficie de presentación o sus bases, mientras el cuerpo pasa por la posición invertida.

**Flip (Tumbling) / Mortal en Gimnasia:** Es un elemento de gimnasia que involucra un movimiento de rotación de cadera-sobre-cabeza sin contacto alguno con la superficie de presentación, mientras el cuerpo pasa por la posición invertida.

**Flipping Toss & Lanzamiento mortal:** Es un lanzamiento (Toss) en donde la Flyer realiza un movimiento de rotación a través de una posición invertida.

**Floor Stunt / Pareja en el suelo:** La base está acostada en la superficie del suelo sobre su espalda con su(s) brazo(s) extendido(s). Una pareja en el suelo o "Floor Stunt" es una pareja al nivel de la cadera.

**Flyer / Persona que se lanza:** Ver "Top Person". Para efectos del Glosario y reglamentos en español aunque "Flyer" y "Top" tienen el mismo significado, tomaremos como Flyer la persona que se lanza en canastas y Top, la persona que sube en elementos de construcción.

### **Forward Roll / Rollo al Frente:**

Elemento en gimnasia no-aéreo en la cual se rota hacia el frente a través de una posición invertida, levantando la cadera para que pase por encima de la cabeza y hombros, mientras encorva la espalda para crear un movimiento similar al de una bola "rodando" por el piso.

**Free Flipping Stunt / Montaje Libre de Pareja:** Un movimiento libre de pareja en el cual la top, o persona que sube pasa a través de una posición invertida sin tener contacto físico con una base, Conexión

o la superficie de presentación. Esto no incluye movimientos sueltos que inicien invertidos y roten a una posición No invertida.

**Free Release Move / Movimiento Suelto:** Un movimiento suelto en el cual Top, o persona que sube deja de tener contacto con todas sus bases, conectores, o la superficie de presentación.

**Front Limber / Paloma:** Un Elemento de gimnasia no-aéreo en el cual se efectúa una rotación hacia el frente pasando por una posición invertida para llegar a una posición no invertida, arqueando piernas y la cadera sobre la cabeza para caer de pie sobre la superficie de presentación, con ambas piernas/pies al mismo tiempo.

**Front Tuck / Mortal al Frente:** Un elemento de Acrobacia/gimnasia en donde el atleta logra generar momentum o impulso hacia arriba para poder realizar un mortal agrupado al frente. (También conocido como "punch front" o rebote mortal)

**Front Walkover / Árabe al Frente:**

Un elemento de gimnasia no-aéreo en el cual se efectúa una rotación hacia el frente pasando por una posición invertida para llegar a una posición no invertida, arqueando piernas y cadera sobre la cabeza para caer de pie sobre la superficie de presentación con un pie/pierna a la vez.

**Full / Giro:** Es una rotación de 360 grados en forma de giro.

**Ground Level / Al Nivel del Suelo:**

Estar sobre la superficie de presentación.

**Half (Stunt) / Medio (Pareja):** Ver "Prep"

**Hand/Arm Connection / Conexión de Brazos/Manos:** Es el contacto físico entre dos o más atletas, usando brazo(s) o mano(s). El hombro no es considerado una conexión legal cuando

se requiera una conexión de Mano/Brazo.

**Handspring / "Flic flac":** Un elemento de gimnasia aéreo en el cual un atleta se impulsa desde los pies y salta hacia adelante o hacia atrás rotando a través de una posición de parada de manos. El atleta entonces empuja desde sus manos poniendo el peso sobre los brazos y usandolos como un impulso desde los hombros para volver a caer sobre sus pies, completando la rotación.

**Handstand / Parada de Manos:** Es una posición invertida, donde los brazos del atleta están totalmente extendidos y pegados a la cabeza y orejas.

**Hanging Pyramid / Pirámide Colgante o Pirámide suspendida:** una pirámide en donde una o más personas están suspendidas de la superficie de presentación por una o más "tops", o persona que sube. "Una pirámide colgante", podría ser considerada como una pirámide de 2 pisos y 1/2 de altura tomando en cuenta que el peso de la persona en la parte superior nace desde el segundo nivel.

**Helicopter / Helicóptero:** Es una pareja o elemento en donde la top, en posición horizontal es lanzada para ejecutar una rotación alrededor del eje vertical (simulando las aspas de un helicóptero) para ser recibida por sus bases originales.

**Horizontal Axis (Twisting in Stunts) / Eje Horizontal (Parejas con giros):** Es una Línea invisible dibujada de adelante hacia atrás a través del ombligo de la persona que sube no erguida

**Initiation/Initiating/Iniciación/Iniciando:** El comienzo de un elemento; el punto desde el cual se origina. El punto de iniciación para uno o más elemento(s) de construcción: Pareja, pirámide transición, movimiento suelto, desmonte o lanzamiento es la parte inferior del movimiento más bajo (Dip) desde el cual se origina el elemento.

**Inversión / Inversión:** Ver "Inverted / Invertido"; es el acto de estar en posición invertida.

**Inverted / Invertido:** Cuando los hombros del atleta están por debajo de su cadera y al menos un pie está por encima de su cabeza.

**Jump / Salto:** Posición aérea que no involucra rotación de cadera-sobre-cabeza creada al usar sus propios pies y la fuerza de la parte inferior del cuerpo para impulsarse de la superficie de presentación.

**Jump Skill / Elemento o habilidad de Salto:** Un elemento que involucra un cambio en la posición del cuerpo durante el salto. Ej. Toe touch (Japonés), pike, etc...

### **Jump Turn / Salto con Giro:**

Cualquier giro que se agregue a un salto. Un "Salto directo" con un giro no hace que el salto sea un "elemento de salto" o "Jump Skill".

**Kick Double Full / Patada doble giro:** Es un elemento o habilidad usualmente desde un lanzamiento, que involucra una patada con una pierna y una rotación de giro en 720 grados. Un 1/4 (cuarto) de giro realizado por la "flyer" (persona que se lanza) durante la sección de la patada se utiliza y permite iniciar el giro.

**Kick Full / Patada Giro:** Es un elemento o habilidad usualmente desde un lanzamiento, que involucra una patada con una pierna y una rotación de giro en 360 grados. Un 1/4 (cuarto) de giro realizado por la "flyer" (persona que se lanza) durante la sección de la patada se utiliza y permite iniciar el giro.

**Knee (Body) Drop:** Ver "Drop".

**Layout / Plancha o mortal extendido:** un elemento o habilidad aérea de gimnasia en donde se involucra una rotación de la cabeza sobre la cadera en una posición extendida del cuerpo, en forma recta y apretada, "hollow" (con el pecho hundido) o levemente arqueado.

**Leap Frog / Salto de Rana:** Es una pareja en la cual una persona que sube o Top, realiza una transición desde un set de bases hacia otro, o devolverse a sus bases originales, pasando por encima del torso y a través de los brazos extendidos de la base. La Persona que sube o top, se encuentra de pie y mantiene un contacto continuo con la base mientras ella realiza la transición.

**Leg/Foot Connection / Conexión Pierna/pie:** Es el contacto físico entre dos o más atletas usando la(s) pierna(s)/pie. Cualquier conexión desde la espinilla hasta la punta del pie es considerada como conexión legal cuando la conexión de pierna/pie es permitida.

**Liberty / Libertad:** Una pareja en la cual la(s) base(s) sostienen un pie de la Top, o persona que sube mientras el otro pie se encuentra al lado de la otra rodilla con la pierna doblada.

**Load-In / Entrada o Montaje:** Una posición de pareja en la cual la Top o persona que sube tiene al menos un pie en la(s) mano(s) de la(s) Base(s). La(s) mano(s) de la(s) bases están a la altura de la cadera.

**Log Roll / Rollo de Tronco:** Es un mov. suelto donde el cuerpo de la top gira al menos 360 grados mientras se encuentra paralela a la superficie de presentación. Un Rollo de barril asistido podría ser el mismo elemento, con asistencia de una base adicional que mantenga contacto a través de la transición .

**Mount / Montaje:** Ver "Stunt / Pareja" <sup>[L]</sup><sub>SEP</sub> **Multi-Based Stunt / Parejas Multi Base:**

Es una pareja que tiene 2 o más bases sin incluir el Spotter de atrás.

**New Base(s) / Nuevas Bases:** Bases que previamente no tengan contacto directo con la "Top" o persona que sube de una pareja.

**Non-Inverted Position / Posición No Invertida:** Es una posición del cuerpo en la que se cumplan las siguientes condiciones:

1. Los hombros de la Top están al nivel o por encima de su cadera.
2. Los hombros de la Top están por debajo de su cadera y ambos pies están debajo de su cabeza.

**Nugget:** posición fetal en la cual el atleta está en una posición de bolita con sus manos y rodillas sobre la superficie de presentación. Cuando un atleta en posición de Nugget sirve de soporte a

una Top, esta se considera como una base de pareja al nivel de la cadera.

**Onodi:** Iniciando desde un "Flic Flac" hacia atrás, y después de empujar con las manos del suelo, el gimnasta ejecuta una rotación en su eje vertical, de 1/2 (medio) giro, hacia las manos, finalizando el elemento hacia un flic flac hacia adelante con step out, o pierna hacia el frente.

**Original Base(s) / Base(s) Original(es):** Base(s) con la que se está en contacto con la top (persona que sube) durante el inicio de la pareja, elemento o habilidad.

**Pancake:** Es una pareja de inversión en la cual desde un elevador las bases mantienen el agarre de las dos piernas/pies de la Top, mientras la top ejecuta un doblez hacia el frente agarrando sus tobillos en posición carpada generando una rotación para ser recibida en la parte superior de la espalda de la top.

#### **Paper Dolls / Muñecas de Papel:**

Parejas de una sola pierna que se conectan unas con otras, mientras se encuentran en una posición de una sola pierna. Las parejas pueden o no estar en posición extendida.

**Pike / Carpado:** La posición de pike/carpado el cuerpo se dobla hacia delante a la altura de la cadera con las piernas rectas y juntas. **Simulando una "V" cuando es una cuna, y en saltos el cuerpo se dobla hacia el frente simulando tocar los tobillos con las manos.**

**Platform Position / Posición Plataforma:** Un elemento o pareja de una sola pierna en donde la otra pierna de la Top no tiene soporte y está estirada al lado de la pierna que tiene soporte. También se le conoce como "Dangle" o "target position"

**Power Press:** Cuando las bases traen hacia abajo y desde una posición extendida a la "top" (persona que sube), al nivel del pecho o menos, hacia la superficie de presentación, y luego de inmediato llevan a la Top a una posición extendida nuevamente.

**Prep (stunt) / Parejas de nivel 1/2 o prep:**  Un elemento multibase, una pareja de dos piernas en la cual la Top, o persona que sube se encuentra al nivel de los hombros sostenida por sus bases en una posición vertical.

**Prep-Level / Nivel Medio:** La conexión más baja entre la(s) base(s) y la top (persona que sube) es por encima del nivel de la cadera y por debajo del nivel extendido. Ej. Prep, Hitch (enganche) al nivel de los hombros. Una pareja también se puede considerar al nivel

del pecho/prep, si el/los brazo(s) de la(s) base(s) están extendidos sobre la cabeza, pero NO se considera "Parejas Extendidas" tomando en cuenta que la altura del cuerpo de la Top o persona que sube es similar al de la pareja al nivel del pecho /hombro Ej. Flatback, Straddle lift (Spagat o Tedy Bear),

Ej. De parejas que también son considerados al nivel del pecho: Chair, T-lift. Una pareja es considerada por debajo del nivel del pecho si al menos un pie de la Top o persona que sube se encuentra al nivel de la cadera, es determinada por la altura / posicionamiento de la base (excepción: chair, T-lift y shoulder sit son considerados parejas al nivel del pecho).

**Primary Support / Soporte Primario:** Soporte de una mayoría del peso de la top o persona que sube.

#### **Prone Position / Posición Prona:**

una posición corporal: tendido boca abajo, posición del cuerpo plano. **Prop / Accesorio:** Un objeto o artículo que puede manipularse. (ej. Carteles, megáfonos, poms, banderas, banners, y piezas de ropa son los únicos accesorios permitidos. Cualquier pieza de uniforme que se remueva a propósito del cuerpo y se utilice como efecto visual se considera como un prop.

**Punch / Pique:** Ver "Rebound/rebote". **Punch Front:** Ver "Front Tuck / mortal hacia el frente".

**Pyramid / Pirámide:** Dos o más elementos de parejas conectadas.

**Rebound / Rebote:** Una posición aérea que no involucra rotación de cadera-sobre-cabeza creada al usar el mismo pie del atleta y fuerza de la parte inferior del cuerpo para rebotar del suelo desde una acrobacia en gimnasia. **También conocido como "Pique" (punch).**

#### **Release Move / Movimiento Suelto:**

Acción de soltar, Cuando la Top o persona que sube se encuentra libre de contacto de cualquier persona sobre la superficie de presentación; ver "Free Release Move / **Movimiento Suelto**"

**Rewind / Toss Mortal:** Movimiento libre de Mortal desde el nivel del suelo utilizado como un elemento de entrada hacia una pareja. **Se le llama Toss Mortal, o lanzamiento de mortal a una pareja.**



**Round Off / Rondada:** Similar a la Rueda de carreta (Cartwheel) a excepción de que el atleta finaliza el elemento con ambos pies juntos sobre la superficie de presentación en vez de una pierna a la vez, cambiando de dirección desde la cual inició el elemento.

**Running Tumbling / Gimnasia continua:** Elemento de Gimnasia que involucra un paso o Un salto (Hurdle/Take off) para ganar impulso mientras se realiza la entrada hacia un elemento de gimnasia.

### **Second Level / Segundo Nivel:**

Cualquier persona que tenga un soporte por encima de la superficie de presentación, por una o mas bases.

**Second Level Leap Frog / Salto de Rana en el segundo Nivel:** Lo mismo que "Leapfrog / Salto de Rana", pero la Top o persona que sube es soportada por un conector en el segundo nivel, y realiza una transición desde un set de bases hacia otro, o se devuelve a sus bases originales

**Series Front or Back Handsprings / Series de Flics Adelante o Atrás:** Dos o más flics (Back handsprings) Adelante o hacia atrás ejecutado de manera consecutiva por un Atleta.

**Show and Go:** Es una transición de parejas en la cual la pareja pasa a través de una posición en el nivel

extendido y retorna a una posición de pareja no extendida (**bolita**).

### **Shoulder Level / Nivel de Hombros:**

Sección entre la(s) base(s) y la Top (persona que sube) que está a la altura de los hombros de la(s) Base(s)

**Shoulder Sit / Sentada en los Hombros:** Una pareja en la cual la Top, o persona que sube se sienta en los hombros de una base. Esto es considerado una pareja del nivel del pecho o prep level stunt

**Shoulder Stand / Parada en los hombros:** Una pareja en la cual la Top, o persona que sube está de pie sobre los hombros de una base.

**Shushunova:** Salto en straddle (toe touch) cayendo sobre la superficie de presentación en posición prona o de lagartija (Push Up). **Toe touch facial.**

**Single-Based Double Cupie / Doble Cupie en Una Sola Base:** Una sola base soportando a 2 "tops" (personas que suben) las cuales tienen ambos pies en cada mano de la base simulando cada una de ellas un cupie (Awesome); ver definición de "Cupie".



**Single-Based Stunt / Parejas de una sola base:** Una pareja utilizando una sola base como soporte.

**Single-Leg Stunt / Pareja de una sola Pierna:** Ver "Stunt / Pareja".

**Split Catch / Cargadas de split:** Una pareja con la Top (persona que sube) en una posición erguida con las rodillas viendo hacia el frente. La(s) Base(s) sostiene la parte interna de los muslos mientras la top ejecuta un movimiento (motion) en los brazos simulando una "V", creando una "X" con su cuerpo.

**Sponge Toss / Lanzamiento de Esponja:** Una pareja similar a un lanzamiento de Canasta, en la cual la Top/Flyer se lanza desde una posición de **"Load-In / Entrada o Montaje"**. La Top/Flyer tiene ambos pies sobre las manos de las bases antes del lanzamiento.

**Spotter / vigía:** Una persona cuya mayor responsabilidad es prevenir cualquier lesión protegiendo el área de la cabeza, cuello, espalda, y los hombros

De la "Top/Flyer" durante la ejecución de una pareja, pirámide o lanzamiento. Todos los "Spotters /Vigías" deben ser miembros de su propio equipo y estar entrenado en las respectivas técnicas de espoteo.

El spotter:

- Debe de posicionarse o estar de pie al lado o detrás de la pareja, pirámide, o lanzamiento
- Debe de permanecer en contacto directo con la superficie de presentación.
- Debe de estar atento a la pareja o elemento que se está ejecutando.
- Debe de tener la posibilidad de tener contacto con la base de la pareja en la cual se está espoteando, pero no tiene que estar en contacto directo con la pareja.
- No puede posicionarse de manera tal que su torso se encuentre debajo de una pareja.
- Puede agarrar la(s) muñeca(s), brazos, Los tobillos/piernas de la(s) Top(s) (persona(s) que suben), o no tienen que hacer contacto del todo con la pareja
- No debe tener ambas manos por debajo de la suela del zapato/pie de la Top, o por debajo de las manos de las bases.
- No se deben considerar ambos, una base y el spotter requerido al mismo tiempo. Si Hubiese solamente una persona por debajo del pie de la persona que sube o Top, sin importar como tenga colocada las manos, esa persona es considerada como base.

Ejm. En una pareja de dos piernas, la base de una de las piernas no le es permitido ser considerado como el spotter requerido (Sin importar el grip (Agarre))

Si la mano del spotter se encuentra por debajo del pie de la Top, debe de ser la mano del frente. La mano que espotea, DEBE colocarse por detrás del tobillo/pierna de la Top o sobre la parte de atrás de la muñeca de la base.

**Standing Tumbling / Gimnasia estática:** Elemento(s) o habilidades de gimnasia (o serie de elemento(s)). Ejecutados desde una posición estática, sin haber hecho ningún movimiento previo hacia el frente. No importa la cantidad de pasos realizados hacia atrás antes de efectuar una destreza gimnasta, se define como "gimnasia estática".

**Straight Cradle / cuna directo:** Un mov. suelto o libre desde una pareja hacia una posición de cradle/cuna donde la Top/Flyer mantiene su cuerpo desde una posición de "salida directa" (Straight Right) no se puede efectuar ningún elemento extra (ejm. Turn (cambio de dirección) Kick (patada), Twist (giro), Pretty Girl (Chica Linda), Etc.)

**Step Out / Paso a una pierna:** Un elemento de gimnasia que aterriza o finaliza sobre un pie a diferencia del elemento que finaliza en ambos pies.

**Straight Ride / Salida Directa:** La posición de una Top/Flyer que ejecuta un lanzamiento o desmonte que no involucra ningún truco en el aire. Es una línea directa vertical hacia arriba que enseña a la Flyer/Top, alcanzar y obtener el punto máximo del lanzamiento.

**Stunt / Pareja:** Todo elemento o habilidad donde la "top" (persona que sube) es soportada sobre la superficie de presentación por una o más personas. Una pareja es determinada como "Parejas de una sola pierna" o "Parejas de dos Piernas" por el número de pies que la Top recibe apoyo por parte de su(s) base(s). Si la persona que sube no tiene soporte por debajo de sus pies, entonces el número de piernas en la cual la top, o persona que sube es sostenida determinará si es una pareja de "una pierna", o "de dos piernas". Excepción: si la top o persona que sube se encuentra en una posición no erguida (invertida), en la cual no tiene soporte en ninguno de sus pies, entonces la pareja será considerada una pareja de "dos Piernas"

### **Suspended Roll / Rollo Suspendido:**

es un elemento de pareja que involucra una rotación de la cadera sobre la cabeza por parte de la Top mientras esté conectada con mano/Muñeca y Mano/Muñeca, de su(s) base(s) que se encuentran sobre la superficie de presentación. La(s) base(s) tendrán sus brazos extendidos durante la rotación del elemento. La rotación de la Top es limitada de cualquier forma hacia delante o hacia atrás

**Suspended Forward Roll / Rollo suspendido hacia adelante:** Un rollo

suspendido con una rotación hacia delante. Ver Rollo suspendido /Suspended Roll.

**Suspended Backward Roll / Rollo suspendido hacia atrás:** Un rollo suspendido con una rotación hacia atrás. Ver Rollo suspendido /Suspended Roll.

**T-Lift / Alzada en T:** Una Pareja en la cual la Top con sus brazos en una posición de "T-Motion" recibe soporte en ambos lados de su cuerpo por dos bases que conectan cada una las manos y por debajo de los brazos de la top. La top o persona que sube permanece en una posición no invertida, y en posición vertical mientras están siendo soportada en la pareja.

**Tension Roll/Drop / Rollo/Caída en Tensión:** Pirámide/pareja en la cual la(s) base(s) y la(s) top(s) se inclinan en formación hasta que por inercia la(s) top(s) brincan de las bases sin asistencia alguna. Tradicionalmente la(s) Top(s), y su(s) base(s) ejecutan un rollo hacia el frente una vez que quedan libres de contacto entre ambas partes y alcanzan la superficie de presentación.

**Three Quarter (3/4) Front Flip (stunt) / Mortal de (3/4) al Frente (Pareja):** Una rotación de sobre la cabeza hacia delante, en la cual la Top/Flyer, es liberada de una posición erguida hacia una posición de cradle.

**Three Quarter (3/4) Front Flip (Tumble) / Mortal de (3/4) al Frente (Gimnasia):** Una rotación de sobre la cabeza hacia delante, de una posición erguida hacia una posición sentada sobre el suelo, de modo tal que las manos y/o los pies hagan contacto primero con la superficie de presentación.

**Tic-Tock:** Una pareja sujeta en posición estática sobre una pierna en la cual, la(s) base(s) usando piernas hacen una media sentadilla hacia abajo y sueltan a la persona cuando van subiendo, mientras la top cambia su pie de manera erguida, poniendo el peso sobre el otro pie, y cae en posición estática sobre su pie contrario.

**Toe/Leg Pitch:** Pareja de una o múltiples bases en donde la(s) base(s) empuja(n) o lanza(n) hacia arriba una pierna o pie de la top para incrementar la altura de la top o persona que sube.

**Toss / Lanzamiento:** Un elemento aéreo donde la(s) base(s) realizan el movimiento de lanzar desde la altura de la cadera a la top para aumentar la altura de la misma. La top realiza un movimiento suelto libre de contacto con todas sus bases. Conectores y/u otro tipo de personas. La Top está libre de contacto con el suelo cuando el lanzamiento es iniciado (ej. Canastas o Lanzamientos de Esponja "Sponge tosses"). Nota: Toss to hands (Lanzamiento hacia las manos), toss to Extensión (Lanzamiento extensión y toss chair (Lanzamiento a Silla) no están incluidos en esta categoría. (Ver Movimientos Suelos)

**Twisting Tosses / Lanzamientos con giro:** los giros son acumulativos. Todos los giros hasta 1-(1/4) son considerados 1 elemento (Skill), si se excede desde 1(1/4) hasta 2(1/4)

será considerado como 2 elementos (Skills), ej. un (1/2) giro, X, (1/2) giro, es considerado 2 elementos (skills): 1 giro y un elemento adicional.

**Top Person / Persona que sube:**

El/Los atleta(s) que suben o son soportados por encima de la superficie de presentación en una pareja, pirámide o Lanzamiento. Para efectos del Glosario y reglamentos en español aunque "Flyer" y "Top" tienen el mismo significado, tomaremos como Flyer la persona que se lanza en canastas y Top, la persona que sube en elementos de construcción.

**Tower Pyramid / Pirámide en torre:**

Una pareja por encima de una pareja al nivel de la cadera

**Transitional Pyramid / Transición de pirámide:** Una Top o persona que sube moviéndose de una posición a otra en la pirámide. La transición, puede involucrar cambio de bases con al menos un atleta al nivel del pecho o menos, que mantenga contacto constante con la Top, o persona que sube.

**Transitional Stunt / Transición de Pareja:** Top o persona(s) que sube(n) moviéndose de una posición de la pareja a otra, cambiando así la configuración de la pareja Inicial. Cada punto de inicio se usa para determinar el inicio de una transición. El final de la transición es definida como un nuevo punto de inicio. Cuando se detiene el movimiento, y/o la persona que sube (top) hace contacto con la superficie de presentación.

**Traveling Toss / Lanzamiento en movimiento:** Un lanzamiento en el cual intencionalmente se requiere que las bases o receptores se muevan en cierta dirección para recibir a la "flyer". (Esto no incluye el 1/4 de giro que hacen las bases en lanzamientos de kick full)

**Tuck Position / Posición de Bolita:**

Una posición en la cual el cuerpo se dobla al nivel de la cadera/ llevando las rodillas hacia el torso / pecho.

**Tumbling / Acrobacia-Gimnasia:**

Cualquier elemento o destreza de gimnasia o acrobacia que involucra movimientos de sobre la cabeza que inicia y finaliza dentro del área de presentación.

**Twist / Giro:** Un atleta ejecutando una rotación alrededor del eje longitudinal o eje vertical del cuerpo (Eje Vertical = eje desde la cabeza hasta los pies).

**Twisting Stunt / Pareja con giro:**

Cualquier transición con giro que involucre a la Top y su(s) base(s). El grado del giro es determinado por el total de rotación(es) continuas de la de la Top en relación con la superficie de presentación. El giro será medido utilizando ambos "El eje vertical" (De la cabeza a los Pies) y "El eje Horizontal" (A través del ombligo en una posición no erguida). La rotación simultánea sobre un eje vertical u horizontal deben considerarse de manera separada, no acumulativa, cuando se determine el grado del giro. Una sentadilla por parte de las bases y/o cambio de dirección de la rotación de giro, inicia una nueva transición.

**Twisting Tumbling / Gimnasia con Giro :** Un elemento o habilidad de gimnasia que involucre una rotación de sobre la cabeza en la cual el atleta rota alrededor de su cuerpo sobre su "eje Vertical"

**Two – High Pyramid / Pirámide de dos Pisos (niveles):** Una pirámide en la cual la(s) top(s) o persona(s) que sube(n) están sobre su(s) base(s) que están en directo contacto con la superficie de presentación. Todo el tiempo en que la persona sea liberada por su(s) base(s) en un "Movimiento suelto de pirámide", sin importar de qué altura sea la el elemento, se le considerará a la Top como un pase por arriba de dos niveles o personas de altura". "Pasar por encima de dos personas de altura, no se relaciona con la altura actual de la top, sino del número de niveles en la cual se está conectado.

**Two and One Half (2-1/2)–High Pyramid - Pirámide de dos niveles y medio (2-1.1):** Una Pirámide en la cual la Top o Persona(s) que suben mantienen el peso (sin conectarse) sobre al menos una Top o persona y la top se encuentra libre de contacto de la(s) base(s). La altura corporal de la pirámide para "Dos y un medio" es medida por la altura de un cuerpo de la siguiente manera. Chairs, Tighs Stand (parada en el muslo) y Shoulder Stradles (spagats) tienen 1/2 de Altura del cuerpo. Las paradas sobre los hombros (shoulder Stand) son tomados como 2 cuerpos de altura; parejas extendidas **a la altura del muslo (thigh Stand)** (Ej. Extensión, Liberty, Etc) son tomadas como 2 1/2 cuerpos de altura. Una pirámide, por encima de dos niveles y medio 2(1/2) de altura", es un nivel medio parcialmente / completamente erguida, sobre el nivel del pecho sosteniendo una pareja erguida sobre el nivel del pecho. Excepción. Las pirámides de 2 niveles (1/2) high Chair son considerados pirámides de 2 niveles (1/2) de altura.

**Upright / Erguida:** una posición de la Top en la cual el atleta se encuentra en una posición erguida, de pie en al menos un pie mientras recibe apoyo, o recibe soporte de su(s) base(s)

**V-Sit / Spagat (Teddy Bear):** La postura de una Top o persona que sube, cuando se sienta en una pareja con sus piernas estiradas, y paralelas a la superficie de presentación en una posición de "V"

**Vertical Axis (Twisting in Stunts or Tumbling) / Eje Vertical (Giros en parejas o Gimnasia):** Es una línea invisible dibujada desde la cabeza hasta los pies a través del cuerpo de la gimnasia del atleta o la Top (persona que sube)

**Walkover / Árabe:** Elemento de gimnasia no aéreo que involucra una rotación de sobre la cabeza en la cual la persona genera una rotación hacia delante o hacia atrás (usualmente ejecutado con las piernas en una posición de splits) con soporte de una o ambas manos.

**Waist Level / Nivel de cadera:** Una pareja en la cual la conexión más baja entre la(s) base(s) de la top está por encima del nivel del suelo y por debajo del nivel del pecho, y/o al menos un pie de la Top, o persona que sube se encuentra por debajo del nivel del pecho, determinado por la altura /posición de la base. Ej de parejas que también son consideradas al nivel de la cadera: las parejas de los (4s position based Stunt), una pareja de nugget-based. Un chair y un shoulder sit (sentadilla sobre los hombros, no del nivel de cadera).

**Whip / Tempo:** Un elemento sin rotación de giro, que se traslada hacia atrás en un movimiento de gimnasia aérea en la cual los pies del atleta rota por encima de su cabeza y su cuerpo, mientras el cuerpo permanece una posición estirada en la parte superior de la espalda, Un Whip o Tempo se mira como un flic Flac sin manos.

**X-Out:** un elemento de gimnasia o lanzamiento en la cual el atleta ejecuta un mortal mientras se abren los brazos y las piernas ejecutando una "X" durante la rotación del mortal.



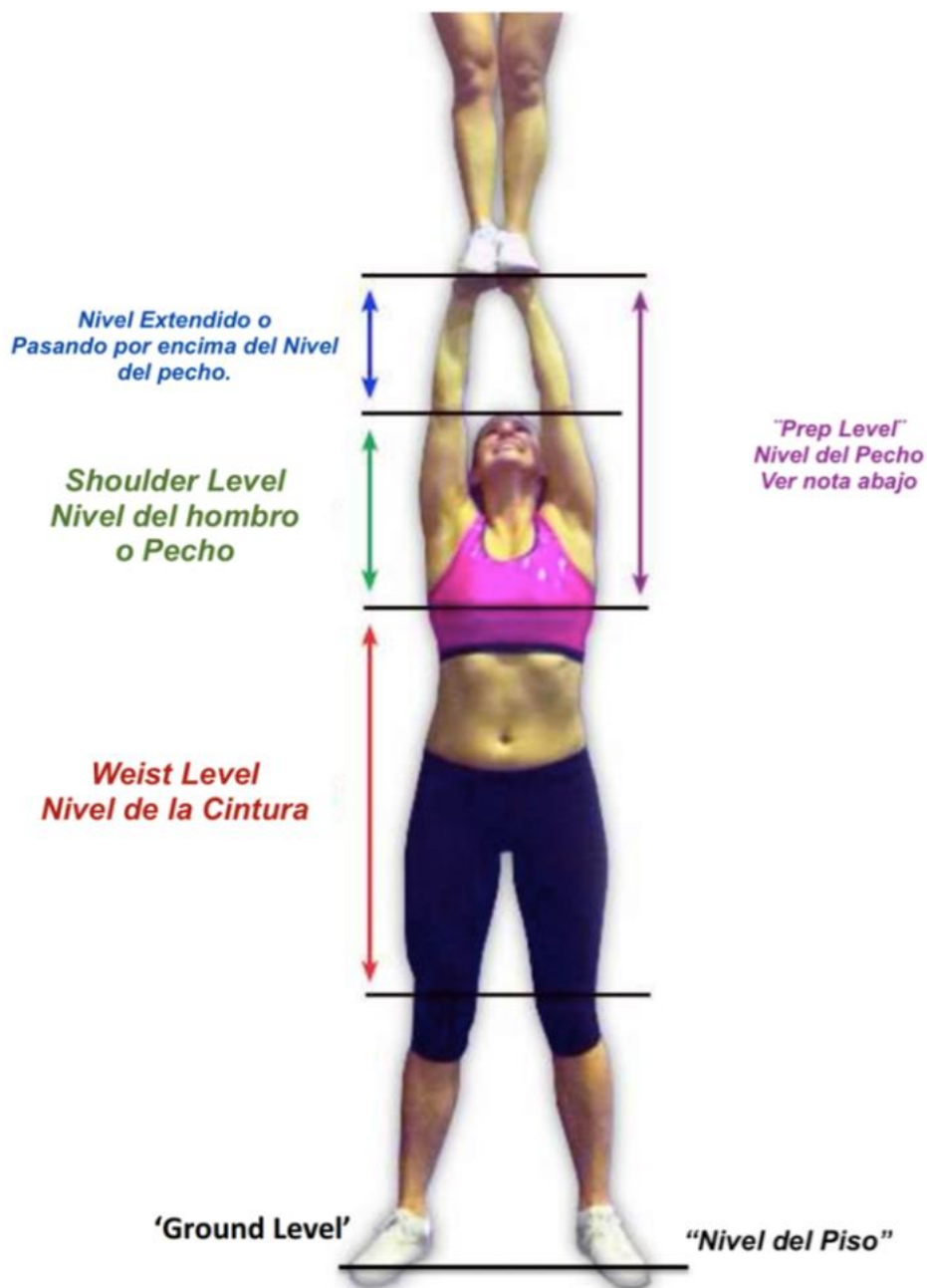
COMISIÓN NACIONAL DEPORTIVA ESTUDIANTIL DE INSTITUCIONES PRIVADAS A.C.

## ACLARACION DE ALTURAS

EN CADA **DEPORTISTA** UN **EGRESADO**  
[www.conadeip.org](http://www.conadeip.org)







**Nota:** Debe de consultar el glosario, y las reglas para más especificaciones, Explicaciones y restricciones cuando se interpreten los niveles de parejas



COMISIÓN NACIONAL DEPORTIVA ESTUDIANTEL DE INSTITUCIONES PRIVADAS A.C.

EN CADA **DEPORTISTA** UN **EGRESADO**  
[www.conadeip.org](http://www.conadeip.org)





COMISIÓN NACIONAL DEPORTIVA ESTUDIANTEL DE INSTITUCIONES PRIVADAS A.C.

EN CADA **DEPORTISTA** UN **EGRESADO**  
[www.conadeip.org](http://www.conadeip.org)

