

## XXIV Campionat de Catalunya de Hoquei

## XI Campionat de Catalunya Handbol

## XXIII Campionat de Catalunya de Gimnàstica

# SPECIAL OLYMPICS - ACELL

19/11/2017

**MANRESA**

Organitza



Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:



## **INFORMACIÓ INSTAL·LACIONS:**

### **Instal·lacions de Hoquei:**

- Pavelló Municipal Pujolet – Carrer de Sant Fruitós, 08242 Manresa

### **Instal·lacions de Handbol:**

- Complex Esportiu el Congost – Plana del Pont Nou, S/N (pavelló Nou). 08240 Manresa
- Accés per Carretera de Sant Joan, 08241, Manresa (Barcelona)

### **Instal·lacions de Gimnàstica:**

- Complex Esportiu el Congost – Plana del Pont Nou, S/N (pavelló vell). 08240 Manresa
- Accés per Carretera de Sant Joan, 08241, Manresa (Barcelona)

### **Instal·lacions acte de cloenda:**

- A les 19 h a les instal·lacions de Handbol. Els clubs han d'estar a les 18:30 h a les instal·lacions per tal d'anar preparant la desfilada.

### **Enllaç de restaurants i punts d'interès a Manresa:**

<https://www.manresa.cat/web/oficinavirtual/tramitar/AJT.ACT>



Benvolguts amics,

Volem donar-vos la benvinguda al **XXIV Campionat de Catalunya de Gimnastica Special Olympics - ACCELL**, que es durà a terme a la ciutat de **Manresa, el diumenge 19 de novembre del 2017 conjuntament amb els esports de hoquei i handbol.**

En especial, felicitar-vos per la participació a les disciplines de Gimnàstica Artística i Gimnàstica Rítmica, que es duran a terme, **al Complex esportiu del Congost (pavelló vell)**.

Desitgem que la vostra participació sigui el més agradable possible, que assolis els èxits esportius pels que heu treballat i que l'esforç dels esportistes i entrenadors tingui la seva recompensa. L'organització ha posat tots els mitjans al seu abast perquè sigui possible, però necessitem la vostra col·laboració per dur-ho a terme.

Llegiu amb cura la documentació adjunta, arribeu amb temps suficient als llocs de competició, feu cas de les observacions que el personal de l'organització o els voluntaris us puguin fer i, sobre tot, si teniu qualsevol dubte pregunteu-ho de seguida.

Ara només queda desitjar-vos molta sort a tots i que entre tots plegats fem d'aquest dia un gran esdeveniment.

Atentament

Digna Bravo Pereira  
Dept. D'esports/Rep. Gimnàstica.

## NORMATIVA DE COMPETICIÓ

### REGLAMENT DE GIMNÀSTICA ARTÍSTICA

Aquesta competició de Gimnàstica Artística segueix les Normes Oficials dels Esports de "Special Olympics", basades en les normes de la Federació Internacional de Gimnàstica (F.I.G.).

L'entrenador/ra acompanyarà el/a la gimnasta fins a peu de pista, per acompanyar-lo/la a la posició de partida correcte de l'exercici.

Qualsevol senyal dirigida el/a la gimnasta, es penalitzarà segons el reglament oficial de Gimnàstica de S.O.

### NOTA IMPORTANT

Per la competició de **gimnàstica artística**:

- Tots els clubs que competeixin en els nivells de terra A, B o III (femení) hauran de portar la seva pròpia música.
- La música s'haurà d'entregar a la taula de megafonia a l'arribar a la instal·lació a primera hora del matí, en USB o CD.
- Les músiques de nivell I i II no cal portar-les.

### REGLAMENT DE GIMNÀSTICA RÍTMICA

Aquesta competició de gimnàstica Rítmica segueix les Normes Oficials dels Esports de "Special Olympics" (amb algunes adaptacions a continuació detallades), basades en les normes de la Federació Internacional de Gimnàstica (F.I.G.).

A Catalunya hem fet una adaptació del reglament de S.O. Internacional, per tal de que els clubs Catalans poguessin començar a treballar aquest esport des de l'inici i amb rutines lliures per adaptar-les als seus i a les seves gimnastes.

Fins ara, només competim en un sol nivell, amb uns elements de dificultat obligatoris.

### NOTA IMPORTANT

Per la competició de **gimnàstica rítmica**:

- Tots els clubs han de portar les seves músiques, tant si competeixen amb rutina obligatòria com lliure.
- La música s'haurà d'entregar a la taula de megafonia a l'arribar a la instal·lació a primera hora del matí, en USB o CD.
- Tots els clubs han de portar els aparells necessaris per dur a terme la seva competició.

**Elements que es demanen en les rutines lliures de cada aparell:**

**Tècnica cinta:**

Llançaments  
Serps  
Espirals  
Impulsos, balanceig, circuïcions

**Tècnica Cèrcol:**

Llançaments  
Rotacions  
Passar a través  
Balanceig

**Tècnica pilota:**

Llançaments  
Rodaments pel cos  
Rebots actius  
Balanceigs/espirals

**Tècnica corda:**

Salts passant la corda  
Llançaments  
Desplaçaments  
Subjecció / rotacions

**Tècnica maces:**

Llançaments  
Molins  
Subjecció (una i dues  
mans)  
Desplaçaments

**Tècnica conjunts en vers l'aparell:**

Llançaments  
Rotacions / rodaments al cos / serps  
Passar a través / rebots actius / espirals  
Intercanvis / formacions

**Elements generals per tots els aparells en les rutines lliures:**

**Dificultats corporals:**

Salts i girs  
Elements de flexibilitat, equilibris i  
ondes

**Execució i amplitud**

**Elegància i impressió general**

L'entrenador/ra acompanyarà a la gimnasta fins a peu de pista, per acompanyar-la a la posició de partida correcta de l'exercici.

Qualsevol senyal dirigida a la gimnasta, durant l'exercici, es penalitzarà segons el reglament oficial de Gimnàstica rítmica de S.O.

## SISTEMA DE COMPETICIÓ

Els i les gimnastes competiran durant el matí en l'esport de gimnàstica artística en les modalitats de barra d'equilibri, salt i terra nivell B i I.

Per la tarda, reprendrem la competició de gimnàstica artística en la modalitat de terra nivells II i III tant masculí com femení, i a partir de les 17:00 h iniciarem la competició de Gimnàstica Rítmica.

## HORARI

Els/les gimnastes s'hauran de presentar a la cambra de sortida 15' abans de l'hora indicada en el calendari de competició.

Els/les gimnastes podran estar tota l'estona que no han de competir a la zona d'escalfament (només acompanyats/des dels entrenadors o entrenadores o amb previ avis amb els/les voluntaris/es, per facilitar que els entrenadors puguin està a pista durant la competició dels seus gimnastes).

## PROTOCOL

A les **10:00 h**, es realitzarà la **desfilada** de presentació dels/de les gimnastes de la modalitat de gimnàstica **artística**.

A les **16:50 h**, es realitzarà la **desfilada** de presentació de les gimnastes de la modalitat de gimnàstica **rítmica**.

A les **19:00 h** **Acte protocol·lari - lliurament de recordatoris** de l'esdeveniment al pavelló del NOU CONGOST, conjuntament amb la resta d'esports.

## PRESENTACIÓ ALS JUTGES ÀRBITRES

Cada cop que una sèrie competeixi, en qualsevol de les modalitats, desfilerà al pas de la música fins presentar-se davant del/de la Jutge/ssa.



El/la gimnasta haurà de saludar abans i després de cada exercici.

Els/les gimnastes tindran un temps d'escalfament després de cada presentació als jutges.

## LLIURAMENT DE PREMIS

Els/les gimnastes s'hauran de presentar a la cambra de sortida 15' abans de l'hora marcada en el calendari General de competició, per tal d'organitzar les sèries segons les marques obtingudes i realitzar el lliurament de premis.

Els premis es lliuraran al finalitzar cada aparell.

## RECLAMACIONS

Existeix un formulari de reclamacions que es pot sol·licitar al responsable de la competició de gimnàstica. La reclamació s'haurà de presentar, com a màxim, mitja hora després de la realització de l'exercici.

El comitè de competició donarà la resolució el més aviat possible, tenint en compte els inconvenients que aquesta reclamació pugui ocasionar.



Sessió de matí – competició gimnàstica artística:

- 9:15 h Arribada d'esportistes a la instal·lació.
- 9:45 h **Preparació** de la **desfilada** de presentació dels/de les esportistes de **Gimnàstica Artística**.
- 10:00 h **Desfilada de presentació** dels/de les esportistes de gimnàstica artística.  
Exhibició club de gimnàstica Egiba
- 10:15 h Competició de **Barra d'equilibri** i al finalitzar,  
lliurament de premis d'aquesta modalitat.  
Exhibició club de gimnàstica Egiba
- 11:30 h Competició de **salt** (femení i masculí) i al finalitzar,  
lliurament de premis d'aquesta modalitat.  
Exhibició club de gimnàstica Egiba
- 12:15 h Competició de **terra nivell B** (femení i masculí) i al finalitzar,
- 13.00 h Competició de **terra nivell I** (femení i masculí) i al finalitzar,
- 13:45 h Final sessió matí.



**Sessió de tarda – competició gimnàstica artística i rítmica:**

- 15:15 h Arribada d'esportistes a la instal·lació.
- 15:30 h **Inici** de la competició de **terra nivells II i III** i al finalitzar,  
lliurament de premis d'aquesta modalitat.  
Exhibició d'esportistes inscrits a la competició, que vulguin realitzar **altres aparells**, com anelles, asimètriques...
- 16:50 h Desfilada de presentació de les esportistes de **gimnàstica rítmica**.  
competició de cèrcol  
competició de cinta  
competició de pilota  
Exhibició esportista Masculí de gim. rítmica de l'E.E. de Barcelona.  
a continuació, lliurament de premis de gimnàstica rítmica.
- 18:10 h Ball final, tots plegats, esportistes, voluntaris/es, entrenadors/es, públic...  
Final competició.

## INSCRIPCIÓ CENTRES/CLUBS CAMP. CAT. DE GIMNÀSTICA ARTÍSTICA MANRESA - 19/11/2017

CENTRES/CLUBS	Localitat	femenins	masculins	total participants
---------------	-----------	----------	-----------	--------------------

### BARCELONA

1	ASSOC. VOL. "LA CAIXA" VOLCALL	LLEIDA	2	0	2
2	PRODIS	TERRASSA (BCN)	6	2	8
3	ASSOC. ESPORT. CATALÒNIA	RIPOLLET (BCN)	4	3	7
4	FUNDACIÓ FINESTRELLES	ESPLUGUES LL. (BCN)	4	1	5
5	Escola esportiva BCN	Barcelona	10	1	11
6	CLUB EGIBA	MANRESA (BCN)	5	1	6

<b>TOTALS</b>	<b>31</b>	<b>8</b>	<b>39</b>
---------------	-----------	----------	-----------

## INSCRIPCIÓ CENTRES/CLUBS EXHIVICIÓ DE GIMNÀSTICA RÍTMICA

MANRESA - 19/11/2017

CENTRES/CLUBS	Localitat	femenins	masculins	total participants
---------------	-----------	----------	-----------	--------------------

### BARCELONA

1	CLUB ESPORTIU L'ESTEL	BALAGUER (LLEIDA)	1	0	1
2	Escola esportiva BCN	Barcelona	10	0	10
3	CLUB EGIBA	MANRESA (BCN)	3	0	3

<b>TOTALS</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	<b>14</b>
---------------	-----------	----------	-----------





## INSTAL·LACIÓ HOQUEI

