

**REGLAMENTO
PROGRAMA
CONSUGI DE
NIVELES
GIMNASIA RÍTMICA
2025 - 2028**

PRENIVEL - NIVEL 1 - NIVEL 2

CONFEDERACIÓN SUDAMERICANA DE GIMNASIA
CONSUGI

COMISIÓN TÉCNICA DE NIVELES DE GIMNASIA RÍTMICA

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

PRENIVEL - MANOS LIBRES

Nota: Las generalidades y especificaciones de prenivel aplican exactamente igual que las de nivel 3 y 4 descritas en el Código USAG Niveles Gimnasia Rítmica 2022 – 2024.

Edad: 4 - 5 años

DIFICULTAD = 2.10 máx.

Música: 1'00 a 1'15" máximo

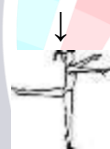
Con el fin de facilitar una progresión más gradual y segura a las dificultades de nivel más alto, se han añadido dificultades adicionales al Código de la FIG para ser utilizadas sólo en Principiante e Intermedio. Estas dificultades adicionales específicas son indicadas en la tabla separada de Dificultades adicionales y puede ser utilizada además de la tabla FIG de dificultades.

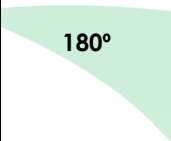
- 3 dificultades de corporales (BD):
 - Valor: 0.10
 - 1 dificultad de cada grupo corporal. Mínimo 1 dificultad debe ser ejecutada en la pierna / lado opuesto
 - Cálculo de la puntuación (3 Dificultades con valores 0.10 máx. X 2.00 = 0.60 máx.)
- Requisitos de composición = 1.50 máx.
 - 2 combinaciones de pasos de danza – 0.30 cada uno
 - 1 onda del cuerpo – 0.30
 - 1 onda de brazos - 0.20
 - 1 elemento acrobático - 0.20
 - 1 gran desplazamiento – 0.20

EJECUCIÓN = 8.40 máx.:

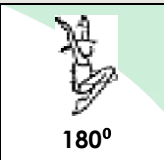
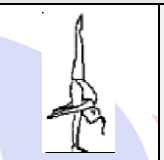
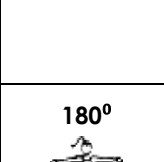
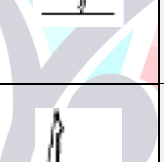
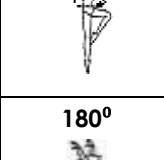
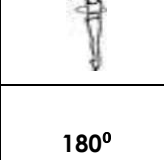
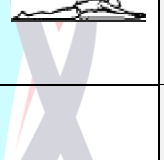
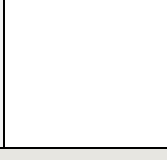
- Artístico (0.20 cada uno)
 - Variedad en el uso de los niveles, direcciones de movimiento del cuerpo, las modalidades de desplazamiento, pasos de Danza
 - Uso suficiente del movimiento con las manos, los brazos, el cuello, el tronco y la cabeza
- Musicalidad: Conexión entre movimientos / pasos y música - 0.0-0.50 = 0.50 máx.
- Expresión: La armonía entre el carácter de la música y los movimientos / emociones transmitidas por gimnasta - 0.0-0.50 = 0.50 máx.
- Faltas técnicas = 7.00 máx.

TOTAL = (D+E) = 10.50

SALTOS		EQUILIBRIOS		ROTACIONES	
0.10					
Salto vertical, brazos tercera posición Prenivel	 0°	Equilibrio Pasee en pie plano Adelante o lateral y sostener 2" Prenivel		Giro pasee rotación de 180° Prenivel	180°
Salto Pasee Prenivel	0°	Equilibrio pierna adelante o lateral 70° en pie plano Prenivel		Rotación en espiral (Tonneau) onda total del cuerpo sobre ambas piernas o parcial sobre una pierna Prenivel	
Salto agrupado Prenivel	0°	Arabesque 70° en pie plano Prenivel		Rotación en espagat con ayuda, sin interrupción, tronco flexionado adelante Prenivel	
Tijeras con piernas flexionadas Prenivel		Posición de Split o spagat sin ayuda de las manos Prenivel			
		Equilibrio Passe en releve Adelante o lateral Prenivel			
Salto agrupado con rotación de (180°) Prenivel,	180°	Ponche: Realizado con apoyo de las 2 manos en el piso Prenivel,			
Sissone despegando de dos pies Prenivel		Desde posición de arrodillado realizar arco (piernas "en línea" con los hombros); Prenivel, Arco de pie Prenivel			

SALTOS		EQUILIBRIOS		ROTACIONES	
Salto passé con rotación de 180° (pierna libre flexionada adelante o lateral) Prenivel		Equilibrio con apoyo en el pecho (en posición fija) Prenivel,			
Salto corza por lo menos 160° Prenivel		Split con el pecho Adelante Prenivel,			
Salto vertical con giro (180°) Prenivel		Posición en el pecho, Split con flexión atrás Prenivel,			

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

Programa de desarrollo: CUADRO DE DB ADICIONALES					
SALTOS ^		EQUILIBRIOS T		GIROS ©	
0.10					
Salto agrupado (180°) Sólo nivel 3		Ponche: Se sostiene con el apoyo de la mano en el suelo			
Despegue de Sissone desde dos pies sólo nivel 3		Sobre las rodillas con arco (piernas "en línea" con los hombros) sólo nivel 3. Arco de pie sólo nivel 3			
Salto Passé 180° (pierna libre flexionada hacia delante o hacia los lados) Sólo nivel 3		En el suelo, en posición de pecho (con las piernas juntas, en posición "fija")			
Salto vertical con giro (180°) Sólo nivel 3		Split con el pecho hacia adelante. Sólo nivel 3			
"Tijeras" hacia adelante con las piernas dobladas y un giro de 180° durante el vuelo Sólo nivel 3		Split pierna atrás			
Salto gacela, despegue de uno o dos pies, piernas al menos 160° Sólo nivel 3					
0.20					
Salto split hacia adelante o de lado (ruso), despegue de 1 o 2 pies, piernas al nivel 3 menos 160° Sólo nivel 3				Split atrás con ayuda, o anillo con ayuda, 180°	
				Pierna alta de frente o de lado con ayuda, 180°	
				Pierna atrás en la horizontal, también attitude, 180°	

Programa de desarrollo: CUADRO DE DB ADICIONALES					
SALTOS ^		EQUILIBRIOS T		GIROS ©	
				Pierna en posición horizontal, frontal o lateral, 180° (no aplica para posición de altitud frontal)	
0.30					
		Equilibrio sobre el pie plano de la pierna delantera horizontal a la pierna trasera (o viceversa) con el movimiento de la pierna en el plano horizontal (cada posición ocupada)		Anillo sin ayuda, 180°	
				Arabesque: pierna libre y tronco en horizontal, 180°	
				Pierna alta de frente o de lado sin ayuda, 180°	
				Ponché: cuerpo flexionado en la horizontal o por debajo, pierna en Split atrás, sobre pie plano; 180°	

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

NIVEL 1: MANOS LIBRES

Nota: Las generalidades y especificaciones de nivel 1 aplican exactamente igual que las de nivel 3, 4 y 5 descritas en el Código USAG Niveles Gimnasia Rítmica 2025-2028.

Música: 1'00 a 1'15" máximo

DIFICULTAD

Dificultades Corporales + Requerimientos de Composición = 2.50 max.

4 dificultades Corporales (DB) = 1.00 max

- Valor: 0.10
- 1 dificultad de cada grupo corporal y 1 dificultad adicional.
- 1 dificultad debe ser ejecutada en la pierna/lado opuesto. **Penalización – 0.3 por falta.**
- Cálculo de la puntuación: 4 Dificultades de valor 0.10 = 0,40 máx. X 2.50 = 1.00 máx.

Requisitos de composición = 1.50 max

- Valor dado para cada elemento requerido realizado según su definición.
- El elemento preacrobático requerido se penaliza si falta.

# Requerido	Elementos requeridos	Valor
3	Combinaciones de pasos de baile	0,30 cada uno
1	"Chaine" en releve	0.20
1	Onda de cuerpo completo	0.20
1	Onda de brazos completa: onda de brazos simultánea o alternada (realizada por separado de los pasos de baile)	0.20
1	Elemento preacrobático	Requisito
Penalizaciones por composición		Penalización
1 elemento preacrobático inferior al requerido		0.30
Más de 4 elementos preacrobáticos		0.30 (global)

EJECUCIÓN

Artística + faltas técnicas = 10.00 max

Faltas artísticas: 2.00 max	Penalización
Los pasos de danza carecen de desplazamiento en diferentes direcciones: entre los 3 pasos de danza, hacia adelante, hacia los lados y hacia atrás deben estar presente al menos una vez.	0.20

EJECUCIÓN	
Artística + faltas técnicas = 10.00 max	
Faltas artísticas: 2.00 max	Penalización
Falta de 4 modalidades en la rutina, que debe incluir: chasse, saltos entre un pie y el otro/pequeños saltos, carrera. Los 3 deben estar presentes para evitar la penalización	0.20
Los Pasos de danza carecen de participación de los brazos y/o la cabeza. Debe haber al menos una vez en cada combinación de Pasos de danza para evitar la penalización.	0.20
Expresión: falta de participación de los segmentos de la cara/cuerpo en el movimiento (ver definición en la página 57)	0.20
Ritmo (ver definición en la página 57): DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	0.1 cada vez hasta 1.20 max
Faltas técnicas (ver páginas 62-70) DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	8.00 máx.

TOTAL: D + E = 12.50

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

NIVEL 1: APARATO CUERDA

Nota: Las generalidades y especificaciones de nivel 1 aplican exactamente igual que las de nivel 3, 4 y 5 descritas en el Código USAG Niveles Gimnasia Rítmica 2025-2028.

Música: 1'00 a 1'15" máximo

DIFICULTAD

Dificultades Corporales + Requerimientos de Composición = 2.30 max.

4 dificultades Corporales (DB) = 0.80 max

- Valor: 0.10
- 1 dificultad de cada grupo corporal y 2 dificultades adicionales, cada una de ellas de diferentes grupos corporales.
- Cálculo de la puntuación: 4 Dificultades de valor 0.10 = 0,40 máx. X 2.00 = 0.80 máx.

Requisitos de composición = 1.50 max

- Valor dado para cada elemento requerido realizado según su definición.
- Elementos de Aparatos mínimos requeridos no permitidos durante la combinación de pasos de danza.

# Requerido	Elementos requeridos	Valor
1	Saltar a través de la cuerda girando hacia atrás (desde 1 pie, los 2 pies, etc.)	0,20
1	Serie de saltos entre un pie y el otro/pequeños saltos por la cuerda (cualquiera)	0.20
1	Serie de rotaciones de la cuerda doblada por la mitad alternando de lado a lado con el movimiento de la muñeca	0.20
1	"Echappé" (véase la página 31 para la definición)	0.20
1	Balances de la cuerda con las dos manos con brazos abiertos	0.20
1	Elemento preacrobático	0.20
1	Combinaciones de pasos de baile	0.30

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

EJECUCIÓN Artística + faltas técnicas = 10.00 max	
Faltas artísticas: 2.00 max	Penalización
Los pasos de danza carecen de desplazamiento en diferentes direcciones : entre los 3 pasos de danza, hacia adelante, hacia los lados y hacia atrás deben estar presente al menos una vez.	0.20
Falta de 4 modalidades en la rutina, que debe incluir: chasse, saltos entre un pie y el otro/pequeños saltos, carrera. Los 3 deben estar presentes para evitar la penalización	0.20
Los Pasos de Baile carecen de participación de los brazos y/o la cabeza. Debe haber al menos una vez en cada combinación de Pasos de danza para evitar la penalización	0.20
Expresión : falta de participación de los segmentos de la cara/cuerpo en el movimiento (ver definición en la página 50)	0.20
Ritmo (ver definición en la página 57): DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	0.1 cada vez hasta 1.20 max
Faltas técnicas (ver páginas 62-70) DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	0.80 máx.

TOTAL: D + E = 12.30

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

NIVEL 2: MANOS LIBRES

Nota: Las generalidades y especificaciones de nivel 2 aplican exactamente igual que las de nivel 3, 4 y 5 descritas en el Código USAG Niveles Gimnasia Rítmica 2025-2028.

Música: 1'00 a 1'15" máximo

DIFICULTAD

Dificultades Corporales + Requerimientos de Composición = 2.50 max.

5 dificultades Corporales (DB) = 1.00 max

- Valor: 0.10
- 1 dificultad de cada grupo corporal y 2 dificultades adicionales, cada una de ellas de diferentes grupos corporales.
- 1 dificultad debe ser ejecutada en la pierna/lado opuesto. **Penalización – 0.3 por falta.**
- Cálculo de la puntuación: 5 Dificultades de valor 0.10 = 0,50 máx. X 2.00 = 1.00 máx.

Requisitos de composición = 1.50 max

- Valor dado para cada elemento requerido realizado según su definición.
- El elemento preacrobático requerido se penaliza si falta.

# Requerido	Elementos requeridos	Valor
3	Combinaciones de pasos de baile	0,30 cada uno
1	"Chaine" en releve	0.20
1	Onda de cuerpo completo	0.20
1	Onda de brazos completa: onda de brazos simultánea o alternada (realizada por separado de los pasos de baile)	0.20
1	Elemento preacrobático	Requisito
Penalizaciones por composición		Penalización
1 elemento preacrobático inferior al requerido		0.30
Más de 4 elementos preacrobáticos		0.30 (global)

EJECUCIÓN Artística + faltas técnicas = 10.00 max	
Faltas artísticas: 2.00 max	Penalización
Los pasos de danza carecen de desplazamiento en diferentes direcciones : entre los 3 pasos de danza, hacia adelante, hacia los lados y hacia atrás deben estar presente al menos una vez.	0.20
Falta de 4 modalidades en la rutina, que debe incluir: chasse, saltos entre un pie y el otro/pequeños saltos, carrera. Los 3 deben estar presentes para evitar la penalización	0.20
Los Pasos de danza carecen de participación de los brazos y/o la cabeza. Debe haber al menos una vez en cada combinación de Pasos de danza para evitar la penalización.	0.20
Expresión : falta de participación de los segmentos de la cara/cuerpo en el movimiento (ver definición en la página 57)	0.20
Ritmo (ver definición en la página 57): DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	0.1 cada vez hasta 1.20 max
Faltas técnicas (ver páginas 62-70) DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	8.00 máx.

TOTAL: D + E = 12.50

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

NIVEL 2: APARATO ARO

Nota: Las generalidades y especificaciones de nivel 2 aplican exactamente igual que las de nivel 3, 4 y 5 descritas en el Código USAG Niveles Gimnasia Rítmica 2025-2028.

Música: 1'00 a 1'15" máximo

DIFICULTAD

Dificultades Corporales + Requerimientos de Composición = 2,30 max.

4 dificultades Corporales (DB) = 0.80 max

- Valor: 0.10
- 1 dificultad de cada grupo corporal y 2 dificultades adicionales, cada una de ellas de diferentes grupos corporales.
- Cálculo de la puntuación: 4 Dificultades de valor 0.10 = 0,40 máx. X 2.00 = 0.80 máx.

Requisitos de composición = 1.50 max

- Valor dado para cada elemento requerido realizado según su definición.
- Elementos de Aparatos mínimos requeridos no permitidos durante la combinación de pasos de danza.

# Requerido	Elementos requeridos	Valor
1	Pasar el aro por cualquier salto, saltito o skips	0,20
1	Rotación en el suelo alrededor del eje (la mano/dedos de la gimnasta pueden estar en contacto con el Aro, o puede ser una rotación libre del Aro)	0.20
1	1 rotación alrededor de la mano	0.20
1	1 rotación del Aro en una parte del cuerpo diferente a la mano	0.20
1	1 rodamiento del Aro por el suelo	0.20
1	1 pre acrobático	0.20
1	Combinaciones de pasos de baile	0.30

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

EJECUCIÓN Artística + faltas técnicas = 10.00 max	
Faltas artísticas: 2.00 max	Penalización
Los pasos de danza carecen de desplazamiento en diferentes direcciones : hacia adelante, hacia los lados y hacia atrás, deben estar presente al menos una vez.	0.20
Los Pasos de Baile carecen de participación de los brazos y/o la cabeza. Debe haber al menos una vez en cada combinación de Pasos de danza para evitar la penalización	0.20
Expresión : falta de participación de los segmentos de la cara/cuerpo en el movimiento (ver definición en la página 50)	0.20
Ritmo (ver definición en la página 57): DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	0.1 cada vez hasta 1.20 max
Faltas técnicas (ver páginas 62-70) DEVELOPMENT PROGRAM 2025-2028	8.00 máx.
Falta de 4 modalidades en la rutina, que debe incluir: chasse, saltos entre un pie y el otro/pequeños saltos, carrera. Los 3 deben estar presentes para evitar la penalización	0.20

TOTAL: D + E = 12.60

Nota: Material de Aro:

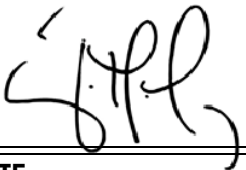
Para determinar la talla adecuada, la altura del aro debe corresponder a la altura de la cadera:

- Ponte de pie, con los pies juntos y planos, coloca el aro contra tu pierna.

El aro debe llegar a la altura de la cadera.

Composición

100% - Polietileno

	
PRESIDENTE Confederación Sudamericana de Gimnasia	PRESIDENCIA CT NIVELES GR Confederación Sudamericana de Gimnasia

CONFEDERACIÓN
SUDAMERICANA
DE GIMNASIA

CONTROL DE CAMBIOS

Revisión	Resumen de cambios	Fecha	Responsable
Rev. 1	Creación del documento	27-mar-2017	CTN USAG GR
Rev. 2	Se agrega en la pág. de generalidades la descripción en caso de que la gimnasta ejecuta una dificultad de más valor del permitido	4-junio-2017	CTN USAG GR
Rev. 3	Se homologa documento con versión de USA Julio 2017	4-sep-2017	CTN USAG GR
Rev. 4	Nivel 1: 3 dificultades de 0,10 Nivel 2 Aparatos: 5 dificultades de 0,10 Nivel 3: Se agrega aclaración de serie de rebotes con la pelota. Se agregan notas aclaratorias en la reglamentación sobre cambio de nivel.	6-nov-2017	CTN USAG GR
Rev. 5	Se agregan notas aclaratorias de acuerdo con el código USAG 2017-2018. Se agrega tabla de dificultades y notas aclaratorias para nivel 1 y 2 (programa nacional) Se retira del código los estatutos de niveles para usarse en documento por separado.	2-abril-2018	CTN USAG GR
Rev. 6	Se aclara la dificultad de nivel 2 solo valor de 0.10	21-mayo-2018	CTN USAG GR
Rev. 7	Actualización con el código USAG 2018-2019 Adición de los niveles 7 y 8, y de la ejecución individual. Adición del nivel: Prenivel nacional Actualización niveles: 1 y 2 nacional	14-febrero-2019	CTN USAG GR
Rev. 8	Adición de conjuntos	1-abril-2019	CTN USAG GR
Rev. 9	Actualización del código nacional de nivel 1 y 2 con el nuevo ciclo 2025-2028	29-enero-2025	CTN USAG GR
Rev. 10	Adaptación del documento para la Confederación Sudamericana de Gimnasia (CONSUGI); se reemplaza la denominación "Programa Nacional" por "Programa Sudamericano" y se actualiza la identificación institucional y las firmas.	28-julio-2026	CT Niveles GR CONSUGI