

**XXV COPA OLIMPIA INTERNACIONAL
DE GIMNASIA ARTÍSTICA****BASES NIVEL PRINCIPIANTES****APARATOS: SUELO Y SALTO**

copaolimpiainternacional@gmail.com

EL PROGRAMA COMPLETO ESTÁ DISPONIBLE EN LA WEB OFICIAL DE CLUB OLIMPIA

<https://www.olimpia.uy/>

**XXV COPA OLIMPIA INTERNACIONAL DE GIMNASIA ARTÍSTICA
MONTEVIDEO - URUGUAY - AÑO 2026****INVITACIÓN:****TORNEO ESCUELA (NIVEL PRINCIPIANTES)**

DIRIGIDA A COLEGIOS, PLAZAS DE DEPORTE, ESCUELAS, CENTROS BARRIALES / COMUNALES, ESCUELITAS DEPORTIVAS, GIMNASIOS, GIMNASIA ARTISTICA SOCIAL DE CLUBES, PREPLANTELES, ETC. GIMNASTAS DE NIVEL PRINCIPIANTE / BÁSICO / INICIAL / NO FEDERADOS / FEDERADOS "B"

*(No está permitida la participación de gimnastas Federados "A" en el Nivel Escuela)

***FECHA: DOMINGO 5, 6 Y 7 DE JUNIO DE JUNIO DE 2026 – HORA 16:30 (VERIFICAR EN LA WEB)**

CLUB OLIMPIA (Av. Garzón 1923 - Montevideo TEL. 23200345 – 23200373)

***INSCRIPCIÓN: \$ 800 PESOS POR GIMNASTA (DELEGACIONES DE URUGUAY)**

*(DELEGACIONES EXTRANJERAS US\$ 55 DÓLARES POR GIMNASTAS)

***MÉTODO DE PAGO (deleg. Nacional): TRANSFERENCIA BANCARIA**

CUENTA EN PESOS: BROU - Cuenta Corriente n°155923700004

CUENTA EN DÓLARES: BROU - Cuenta Corriente n°155923700002

a nombre de Club Atlético Olimpia

* Se recibe hasta cinco días después del vencimiento de inscripciones -

Solicitamos enviar comprobante por email.

* Vencido el plazo máximo de 5 días se debe abonar un 20% más.

VENCIMIENTO DE INSCRIPCIONES: SE RECIBEN ÚNICAMENTE HASTA

EL 15 DE MAYO EN EL [FORMULARIO OFICIAL DE INSCRIPCIÓN](#)

POR EL E-MAIL copaolimpiainternacional@gmail.com

PRINCIPIANTES - NIVEL ESCUELITA

RAMA	CATEGORÍA	ABREV.	EDAD
GAM	PROMESAS	PROM	5 a 7 Años
	PREINFANTIL	PREINF	8 a 10 Años
	INFANTIL	INF	11 a 13 Años
	JUVENIL Y ADULTO	JUVAD	14 Años en adelante
GAF	PREINFANTIL	PREINF	Hasta 6 años
	INFANTIL	INF	7 a 8 años
	INFANTIL "A"	INF A	9 a 10 años
	INFANTIL "B"	INF B	11 a 12 años
	JUVENIL	JUV	13, 14 a 15 AÑOS
	MAYORES	JUN	16 Años en adelante

**REGLAMENTO ESCUELA
COMPITEN EN 2 APARATOS: SUELO Y SALTO**

	NIVEL	PREMIACIÓN POR EQUIPO	
GAM	Cada categoría tiene una Serie Obligatoria en Suelo y un tipo de Salto descrito en las bases. El no realizar un elemento de la serie descuenta únicamente el valor de ese elemento	Serán tomadas las 5 MEJORES notas All Around (suma individual de los dos aparatos) de cada institución sin importar las categorías	✓ Las ayudas están permitidas con deducción de 0,5
GAF			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Puntaje de Suelo: 1 Punto por ítem + 3 puntos por ejecución = 10 puntos (nota de partida). ✓ En salto tendrá dos oportunidades y será tomada en cuenta la mejor. ✓ Los saltos se realizarán en Plinto o Potro y estará siempre en posición transversal. ✓ Las series y los saltos tendrán un valor mínimo de carácter pedagógico de 4 puntos, incluyendo los saltos nulos. ✓ Las categorías son tomadas al año de nacimiento. Se deberá presentar documento (C.I. o Pasaporte) al momento del pago de inscripciones. ✓ No es necesario presentar carnet de aptitud física pero es responsabilidad del técnico y de cada institución que los mismos estén al día y que los / las gimnastas estén aptos para la competencia

PREMIACIÓN INDIVIDUAL:

* Subirá al pódium y se premiará con medalla especial 1ro, 2do y 3er puesto de cada categoría.

* Se premiará con medalla de participación a todos los demás participantes.

* En el momento de la premiación se nombrará para pasar al frente desde el 6to puesto.

* Todos los gimnastas reciben MEDALLA y DIPLOMA.

* Aparatos oficiales de competencia.

* Están invitados a ver una exhibición de gimnastas avanzados al termino de la competencia.

RAMA MASCULINA**CATEGORÍA PROMESAS
(PROM - 5 A 7 años.)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/tiKptheq300>**

- 1.- Voltereta Adelante (Rol adelante)
- 2.- Cuclillas y Spagat Frontal (agachado Split)
- 3.- Rodar atrás a Vela (sin antener), seguido de...
- 4.- Rodar Adelante y pararse con salto en extensión con 1/2 giro.
- 5.- Voltereta Atrás (Rol atrás)
- 6.- Paro de Manos (Vertical)
- 7.- Rueda de Carro (Medialuna /Estrela)

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/zYiK2Q3x5aQ>

Piernas por dentro a cuclillas sobre el caballo y salto en extensión al colchón.

Puntaje: 10 puntos.

Altura: 80 cm (Plinto o Potro antiguo en posición lateral)

**CATEGORÍA PREINFANTIL
(PREINF - 8 A 10 años)****SUELO: VIDEO: https://youtu.be/8T4i_s4-dRQ**

- 1.- Rueda de Carro (Medialuna / Estrela)
- 2.- Cuclillas y Spagat Frontal (agachado Split)
- 3.- Escuadra sobre el apoyo de manos con piernas juntas 2"
- 4.- Rodar Atrás a Vela 2" y Rodar adelante a pararse con salto en extensión con 1/2 giro.
- 5.- Voltereta Atrás (Rol atrás) con piernas extendidas.
- 6.- Paro de Manos a Voltereta adelante (Vertical Rol)
- 7.- Impulso Rondat (carrera Rondó)

SALTO: VIDEO: https://youtu.be/7N77_d9-L4w

Piernas por Dentro o Piernas por Fuera

Puntaje:10 puntos.

Piernas por dentro a cuclillas sobre el caballo y salto en extensión al colchón.

Puntaje: 8 puntos.

Altura: 1 mt. (Plinto o Potro antiguo en posición lateral)

**CATEGORÍA INFANTIL
(INF - 11 A 13 años)****SUELO: <https://youtu.be/37Q5mrt6LQ4>**

- 1.- Carrera y Voltereta Volada (Rol Volado)
- 2.- Paro de Manos 1" (Vertical)
- 3.- Voltereta Atrás a Paro de Manos (Yusted)
- 4.- Paloma 2"
- 5.- Vuelta de Manos (Mortero)
- 6.- Rondat (Rondó)
- 7.- Flick-Flack

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/CvRbVOCabGU>

Vuelta de Manos. Puntaje: 10 puntos.

Piernas por Fuera. Puntaje: 8 puntos

Altura: 1,10 mts (en Plinto o Potro antiguo en posición lateral)

**CATEGORÍA JUVENIL&ADULTOS
(JUVAD - 14 años en adelante)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/8B0cGuXI6KA>**

- 1.- Carrera Mortal Adelante.
- 2.- Paro de Manos (Vertical) con 1/2 giro.
- 3.- Voltereta Atrás a Paro de manso (Yusted)
- 4.- Paloma 2"
- 5.- Vuelta de Manos (Mortero)
- 6.- Rondat (Rondó)
- 7.- Flick-Flack (Mortal atrás opcional)

SALTO: VIDEO: https://youtu.be/HWK-Y_FJyg0

Vuelta de Manos (Mortero) con 1/2 giro.

Puntaje 10 puntos.

Vuelta de Manos (Mortero).

Puntaje: 9 puntos.

Altura: 1,10 mts (Plinto o Potro antiguo en posición lateral)

RAMA FEMENINA**CATEGORÍA PREINFANTIL
(PREINF - hasta 6 años)****SUELO: VIDEO:**<https://youtu.be/Kb8LucqMJYU>

- 1.- Voltereta Adelante (Rol adelante)
- 2.- Salto Caballito (Salto Gato)
- 3.- Chassé con una pierna, Chassé con la otra.
- 4.- Cola de Pes
- 5.- Salto en extensión con giro de 180°
- 6.- Voltereta Atrás (Rol atrás)
- 7.- Rueda de carro (Medialuna / Estrela)

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/r1-pqcWT3iU>

Carrera, pique en el trampolín y Salto en Extensión a caer de pie sobre colchón.
Altura del Colchón: 20 / 30 cm.

**CATEGORÍA INFANTIL
(INF - 7 y 8 años)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/KX12VCBjsQo>**

- 1.- Giro de 180° sobre un pie en Passé opcional, apoyo de la pierna libre adelante y giro de 180° en punta sobre los dos pies.
- 2.- Voltereta Adelante (Rol adelante)
- 3.- Paso Chassé, Salto Tijeraco piernas extendidas.
- 4.- Paro de Manos a Voltereta (Vertical Rol) y continuado...
- 5.- Salto en extensión con giro de 180°
- 6.- Voltereta Atrás (Rol atrás) con piernas extendidas.
- 7.- Salticado Rueda de Carro (Medialuna / Estrela)

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/SIH6wW7bDk>

Vuelta de Manos (Mortero) a caer Decúbito Dorsal sobre colchón. Altura del colchón 60 cm.

**CATEGORÍA INFANTIL A
(INFA - 9 y 10 años)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/NAZ-fX3fvh0>**

- 1.- Giro de 360° sobre un pie con Passé opcional.
- 2.- Voltereta Adelante Volada (Rol adelante volado)
- 3.- Salto Sissone, amplitud de piernas 135°
- 4.- Paro de Manos a Voltereta (Vertical Rol) y continuado...
- 5.- Salto en extensión con giro de 180°
- 6.- Voltereta Atrás (Rol atrás) con piernas y brazos extendidos.
- 7.- Carrera Rondat (Rondó) salto en extensión continuados.

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/UYmBA2giHCU>

Vuelta de Manos a caer en Decúbito Dorsal sobre colchón. Altura del colchón 80 cm.

**CATEGORÍA INFANTIL B
(INFB - 11 y 12 años)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/NTT9mZrSMxc>**

- 1.- Giro de 360° sobre un pie con Passé opcional.
- 2.- Rueda de Carro (Medialuna / Estrela) con medio giro y continuado...
- 3.- Paro de Manos a Voltereta (Vertical Rol)
- 4.- Paso Chassé, Salto Jeté (con amplitud de piernas de 135°) y salto en extensión con giro 180°, continuados.
- 5.- Souplesse Atrás.
- 6.- Voltereta Atrás (Rol atrás) con brazos y piernas extendidos.
- 7.- Impulso Rondat (carrera Rondó) Salto en extensión continuados.

SALTO: VIDEO: <https://youtu.be/L5r85A6oPpU>

Vuelta de Manos (Mortero) a caer en decúbito dorsal sobre colchón. Altura del Colchón 1,00 mt.

**VIDEOCATEGORÍA JUVENIL
(JUV - 13 a 15 años)****SUELO: VIDEO: <https://youtu.be/eGcnbvLYjBQ>**

- 1.- Giro de 360° sobre un pie con Passé opcional.
- 2.- Carrera Vuelta de Manos bipodal (Mortero a dos pies)
- 3.- Lanzamiento de pierna (Battment) Paro de Manos a Voltereta (Vertical Rol) y continuado...
- 4.- Salto en Extensión con giro de 180°.
- 5.- Paso Chassé, Saltos: Jeté + Sissone (ambos con una amplitud de piernas de 135° y en extensión con giro de 180° continuados)
- 6.- Souplesse Atrás
- 7.- Impulso Rondat (carrera Rondó) salto en extensión continuados.

**Y CATEGORÍA MAYORES
(MAY - 16 años en adelante)****SALTO: VIDEO: https://youtu.be/F3y23_nrgks**

Vuelta de Manos (Mortero). Altura del Caballo 1,10 mts (Plinto o Potro antiguo en posición laterall)

(MISMAS SERIES PARA LAS DOS CATEGORÍAS)