



2025-2026

**SISTEMA DE CALIFICACIÓN
RUBRICA- ESCOLAR -
ECUADOR**

**ESCOLAR
ECUADOR**

ACTUALIZADO



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – GENERALIDADES

ESTAS REGULACIONES TIENEN COMO PROPÓSITO, GARANTIZAR UN ENTORNO COMPETITIVO JUSTO Y SEGURO, PRESERVANDO LA INTEGRIDAD DE LA COMPETENCIA Y ASEGURANDO QUE LOS EQUIPOS CUMPLAN CON LAS NORMAS ESTABLECIDAS. LA RESPONSABILIDAD DE APLICAR ESTE DOCUMENTO RECAE EXCLUSIVAMENTE EN EL ENTRENADOR

DIVISIONES ESCOLAR TRADICIONAL

ESCOLAR	NIVEL	EDAD	TIEMPO	GENERO	CANTIDAD
MINI ESCOLAR (no separa all-girl de mixto)	1.1	5 – 9 años	2:30 minutos (0:30 porra/ 2:00 All Music)	Femenino/ Masculino	10 – 35 Atletas
YOUTH ESCOLAR (no separa all-girl de mixto)	1.1	8 – 12 años		Femenino/ Masculino	10 – 35 Atletas
JUNIOR ESCOLAR (no separa all-girl de mixto)	1.1	9 – 16 años		Femenino/ Masculino	10 – 35 Atletas

REGULACIONES CATEGORIA ESCOLAR

- La categoría ESCOLAR está destinada exclusivamente a rutinas presentadas por grupos que pertenezcan a una unidad educativa escolar o colegial.
- Para completar el proceso de inscripción en esta categoría, se deberá presentar una carta firmada por el director o rector de la institución, que certifique que las participantes forman parte de dicha entidad educativa.**
- Las Escuelas compitiendo en esta categoría deben seguir los lineamientos de esta categoría.
- La rutina debe tener dos (2) secciones y no debe exceder de 2 minutos y 45 segundos (2:45) incluyendo el traslado de porra a rutina all music.
- Los equipos Escolares pueden ser mixtos o femeninos, es decir que ninguna de sus categorías será dividida en mixta y femenina.
- La organización se reserva el derecho de fusionar, modificar o eliminar categorías que no cumplan con el mínimo de equipos necesario de participación.
- Las categorías Escolares no competirán por el título de ULTIMATE Champions, pero si competirán por el mayor puntaje para el GRAND BEGGINER.

DISTRIBUCIÓN DE LA RUTINA Y CRONOMETRAJE

La rutina debe tener dos (2) secciones y el orden es primero (1º) la sección de Animación y segundo (2º) la sección Musical. La suma del tiempo de ambas Secciones no debe exceder de dos minutos y cuarenta y cinco segundos (2:45) y el tiempo máximo de transición entre porciones no debe ser mayor a quince segundos (0:15)

1. SECCIÓN DE ANIMACIÓN (Por este año, la sección PORRA será opcional)

- Es lo primero que se debe realizar y NO debe presentarse con Música.
- El cronometraje comenzará desde la primera palabra o movimiento organizado, cualquiera que se presente al inicio y terminará con la última palabra o movimiento organizado, cualquiera que se presente al final.
- La Porción de Animación NO tiene tiempo mínimo requeridos, la duración máxima de la animación será de treinta segundos (0:30).**

2. TRANSICIÓN

- Es el tiempo entre Secciones, el cual NO debe exceder los quince segundos (0:15).
- Sugerimos que considere finalizar la sección de Animación en una formación cercana a la formación inicial de la sección Musical.

3. SECCIÓN MUSICAL

- Luego de la Animación, esta es una Porción que debe realizarse con Música en su totalidad.
- El cronometraje comenzará desde el primer movimiento organizado o la primera nota musical, cualquiera que se presente al inicio y terminará con la última nota musical o movimiento organizado, cualquiera que se presente al final.
- La Porción Musical NO tiene tiempo mínimo requeridos, la duración máxima de la rutina con música será de dos minutos (2:00).**

UNIFORMES

- Los uniformes de competencia o similares **no son un requerimiento**, sin embargo, se espera uniformidad y representación para fomentar la cohesión y el sentido de pertenencia. La representatividad tiene relación con colores, nombres, letras, mascotas, etc. que sean distintivas de su Institución Educacional.
- Los atletas deben sentirse cómodos y respetados con la vestimenta, evitando cualquier exhibición inapropiada del cuerpo. Como regla general a considerar, si el entrenador tiene alguna duda de si algo es inapropiado o no, entonces es un indicio de que podría serlo.
- Es importante destacar que el Cheer es un deporte inclusivo. En las competencias, los atletas son valorados por sus habilidades, esfuerzo y dedicación, no por la vestimenta que utilizan. Por lo que un uniforme solo podría afectar negativamente si es distractivo, por ejemplo: Notoriamente incómodo para los atletas, inapropiado, diferente entre los atletas, etc.



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – SCORE SHEETS

HOJA DE ELEVACIONES | BUILDING

	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN	DRIVERS
ELEVACIONES STUNTS	9.0	4.0	4.0	1.0
PIRÁMIDES PYRAMIDS	7.5	3.5	4.0	
LANZAMIENTOS TOSSES	X	X	X	

HOJA DE GIMNASIA | TUMBLING

	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN	DRIVERS
GIMNASIA ESTÁTICA STANDING TUMBLING	7.0	2.5	4.0	0.5
GIMNASIA CON CARRERA RUNNING TUMBLING	7.0	2.5	4.0	0.5
SALTOS JUMPS	4.0	2.0	2.0	

HOJA GENERAL | OVERALL

	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN
DANZA DANCE	2.0	1.0	1.0
FORMACIONES Y TRANSICIONES FORMATIONS & TRANSITIONS	2.0	2.0	

TODOS LAS HOJAS (PROMEDIO)

	TOTAL	PUNTAJE
CREATIVIDAD DE RUTINA ROUTINE CREATIVITY	2.0	2.0
ANIMACION SHOWMANSHIP	2.0	2.0

MAXIMO POSIBLE	PUNTAJE OBTENIDO	ESCALA DE 100 PTOS.	DEDUCCIONES E ILEGALIDADES	% DE PERFECCION
PREP 42.50	P.0	(P.0+7.5) X 2	100 - DI	100%

Este Sistema de Puntaje ha sido diseñado para armonizar el trabajo internacional con el nacional, favoreciendo el desarrollo del Cheer en dirección hacia un estándar global.

Este Sistema será utilizado en ECUADOR, para las divisiones **Escolares Mini, Youth, y Junior**.

Leer todas las Regulaciones para mayor información.



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – CONSTRUCCIÓN



DIFÍCULTAD DE ELEVACIÓN

Las habilidades de elevación recibirán el crédito completo solo si demuestran control

2.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 3.0
3.0	4 habilidades diferentes del nivel realizadas por GRAN PARTE del equipo
3.5	2 habilidades diferentes del nivel realizadas en un mismo momento por GRAN PARTE del equipo, en canon o sincronizado, sin repetir atletas
4.0	3 habilidades diferentes del nivel realizadas en un mismo momento por GRAN PARTE del equipo, en canon o sincronizado, sin repetir atletas

DRIVERS DE ELEVACIÓN

Una vez que la Dificultad de Elevación está determinada, cada habilidad será evaluada, basada en el siguiente criterio: Grado de Dificultad y Participación Máxima. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje en la tabla de abajo, para un total de 1.0 pt.

GRADO DE DIFÍCULTAD EN ELEVACIÓN (0 - 0.6)

	Habilidad del Nivel por GRAN PARTE	Habilidad Avanzada por GRAN PARTE
Habilidad 1	<input type="checkbox"/> 0.1	<input type="radio"/> O <input type="checkbox"/> 0.2
Habilidad 2	<input type="checkbox"/> 0.1	<input type="radio"/> O <input type="checkbox"/> 0.2
	Habilidad del Nivel por GRAN PARTE	Habilidad Avanzada o *Elite por GRAN PARTE (opcional)
Habilidad 3	<input type="checkbox"/> 0.1	<input type="radio"/> O <input type="checkbox"/> 0.2

PARTICIPACIÓN MÁXIMA EN ELEVACIÓN (0 - 0.4)

(Canon o sincronizado en la misma sección, sin repetir atletas)

Habilidad del Nivel por MÁX O Habilidad Avanzada por GRAN PARTE	0.4
--	-----

TABLA DE CANTIDAD EN CONSTRUCCIÓN

# DE ATLETAS	CANTIDAD DE GRUPOS		
	MAYORÍA	GRAN PARTE	MÁX
10 - 11	1	1	2
12 - 15	1	2	3
16 - 19	2	3	4
20 - 23	3	4	5
24 - 30	4	5	6
31 - 35	5	6	7

DIFÍCULTAD DE PIRÁMIDE

2.0 - 2.5	INFERIOR	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento del Rango Bajo
2.5 - 3.0	BAJO	2 habilidades diferentes del nivel y 2 estructuras
3.0 - 3.5	MEDIO	3 habilidades diferentes del nivel y 2 estructuras realizadas por GRAN PARTE del equipo

DRIVERS DE DIFÍCULTAD EN PIRÁMIDE

Grado de Dificultad:

- Maximización de grupos realizando cada transición del nivel
- Utilización de elevaciones del nivel hacia estructuras/dentro de la secuencia
- Combinación de habilidades (del nivel y o nivel inferior)
- Velocidad y Conexión de las habilidades realizadas

INFORMACIÓN ADICIONAL

Para cumplir con la dificultad, las habilidades que no requieran estar sincronizadas pueden ser acumulativas.

Para recibir crédito por una estructura, debe haber dos o más elevaciones conectadas entre sí por 2 o más flyers

POSICIÓN DEL CUERPO

- Lib y plataforma no son consideradas posiciones del cuerpo
- Las posiciones del cuerpo incluyen: Stretch, arco y flecha, arabesque, scale y escorpión

*Permitido hasta 1 habilidad Élite por GRAN PARTE (opcional)

*Los equipos tienen la opción de ejecutar UNA habilidad Élite en elevaciones. Esta habilidad, si se realiza correctamente, otorgará el puntaje correspondiente al Grado de Dificultad. Su ejecución es completamente opcional y no será obligatoria para los equipos. De realizar más de UNA habilidad Elite permitida, se realizará una deducción de 0.50 por ocurrencia.



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – GIMNASIA



DIFÍCULTAD DE SALTO

Los saltos deben utilizar una aproximación “whip” para que se consideren conectados

Aproximación “Whip” – Movimiento circular continuo con los brazos conectando 2 o más saltos

0.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 1.0
1.0	MAYORÍA del equipo realiza 1 salto avanzado
1.5	GRAN PARTE del equipo realiza 2 saltos avanzados, deben estar sincronizados, pero NO requieren estar conectados ni tener variedad
2.0	MÁX del equipo realiza 2 saltos avanzados, deben estar sincronizados, pero NO requieren estar conectados ni tener variedad

SALTOS

- Variedad – Al menos 2 saltos diferentes. Realizar el mismo salto con diferente pierna no se considera como variedad (ejemplo: Salto de valla izquierdo/derecho)
- Las habilidades de salto deben aterrizar en ambos pies para que sean consideradas y reciban crédito de dificultad (ejemplo: Saltos que aterricen de rodilla(s) o sentados, etc. no se cuentan)
- Saltos Básicos: Águila/X/Estrella, Salto Agrupado
- Saltos Avanzados: Carpado, Salto de Valla Derecho/Izquierdo (Frontal/Lateral), Toe Touch, Doble Nueve

DIFÍCULTAD DE GIMNASIA ESTÁTICA

1.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 2.0
2.0	MAYORÍA del equipo realiza un pase del nivel
2.5	GRAN PARTE del equipo realiza un pase del nivel

DIFÍCULTAD DE GIMNASIA CON CARRERA

1.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 2.0
2.0	MAYORÍA del equipo realiza un pase del nivel
2.5	GRAN PARTE del equipo realiza un pase del nivel

TABLA DE CANTIDAD EN GIMNASIA / SALTOS

# DE ATLETAS	MAYORÍA	GRAN PARTE	MÁX
10 - 11	5	6	7
12 - 15	6	7	9
16 - 19	8	10	12
20 - 23	10	13	16
24 - 30	12	15	19
31 - 35	14	18	23

DRIVERS DE DIFÍCULTAD EN GIMNASIA ESTÁTICA

Una vez que la Dificultad de Gimnasia Estática está determinada, cada habilidad/pase será evaluada basada en su Grado de Dificultad. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje descrita en la tabla de abajo, para un total de .5 pts.

GRADO DE DIFÍCULTAD EN GIMNASIA ESTÁTICA (0 - 0.5)

	Habilidad del Nivel por MÁX	Habilidad Avanzada por GRAN PARTE
Habilidad/Pase	0.3	0

DRIVERS DE DIFÍCULTAD EN GIMNASIA CON CARRERA

Una vez que la Dificultad de Gimnasia con Carrera está determinada, cada habilidad/pase será evaluada basada en su Grado de Dificultad. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje descrita en la tabla de abajo, para un total de .5 pts.

GRADO DE DIFÍCULTAD EN GIMNASIA CON CARRERA (0 - 0.5)

	Habilidad del Nivel por MÁX	Habilidad Avanzada por GRAN PARTE
Habilidad/Pase	0.3	0

INFORMACIÓN ADICIONAL

- La Dificultad de Gimnasia Estática/con Carrera y Drivers de Grado de Dificultad pueden lograrse de forma acumulativa.
- Los pases de gimnasia deben aterrizar en ambos pies para que sean considerados y recibir crédito de dificultad (ejemplo: Mortal con 3/4 de rotación a caer sentado, flic flam cayendo en prono, etc. no serán contados)
- Los saltos dentro de un pase no romperán el pase (ejemplo: Toe touch-Flic flam-Toe touch- Flic flam es 1 solo pase N3)
- Los saltos-T no son considerados saltos y romperá el pase en 2 pases separados.



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – EJECUCIÓN



EJECUCIÓN - ELEVACIÓN/PIRÁMIDE Y GIMNASIA

4.0	<p>Se espera que los atletas demuestren una técnica excelente al realizar cada habilidad. La ejecución de un equipo será determinada por todos los atletas que realicen la habilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> Los puntajes comenzarán en 4.0 y pueden reducirse en .1, .2 o .3 según la falta de ejecución técnica de cada driver .05 – Problemas mínimos de técnica por parte del equipo .1 – Problemas menores de técnica por parte del equipo .2 – Múltiples problemas de técnica por parte del equipo .3 – Problemas generalizados de técnica por parte del equipo No se descontará más de .3 por un solo driver Las diferencias en el estilo no influirán en el puntaje de Ejecución del equipo
-----	--

EJECUCIÓN – BAILE/DANZA Y SALTOS

2.0	<p>Se espera que los atletas demuestren una técnica excelente al realizar cada habilidad. La ejecución de un equipo será determinada por todos los atletas que realicen la habilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> Los puntajes comenzarán en 2.0 y pueden reducirse en .1, .2 o .3 según la falta de ejecución técnica de cada driver .05 – Problemas mínimos de técnica por parte del equipo .1 – Problemas menores de técnica por parte del equipo .2 – Múltiples problemas de técnica por parte del equipo .3 – Problemas generalizados de técnica por parte del equipo No se descontará más de .3 por un solo driver Las diferencias en el estilo no influirán en el puntaje de Ejecución del equipo
-----	--

DRIVERS DE ELEVACIONES/PIRÁMIDES

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

Flyer	<ul style="list-style-type: none"> Control corporal Flexibilidad uniforme Piernas rectas/extendidas y pies en punta
Bases/Spotters	<ul style="list-style-type: none"> Estabilidad de la elevación Postura sólida Pies estacionarios
Transiciones	<ul style="list-style-type: none"> Subidas Desmontes Control de habilidad a habilidad
Sincronización*	<ul style="list-style-type: none"> Timing <p>*Los equipos que no realicen al menos 1 transición de habilidad del nivel por 2 o más grupos en Elevaciones y Pirámides recibirán automáticamente una deducción de .3 en sincronización</p>

DRIVERS DE GIMNASIA

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

Aproximación	<ul style="list-style-type: none"> Posición de los brazos hacia el pase/habilidad Braceo/preparación Posición del pecho
Control Corporal	<ul style="list-style-type: none"> Posición de la cabeza Posición de los brazos/hombros Caderas <ul style="list-style-type: none"> Posición de las piernas Control de habilidad a habilidad Pies en punta
Aterrizajes	<ul style="list-style-type: none"> Controlado Posición del pecho <ul style="list-style-type: none"> Pase/habilidad finalizada Habilidades con giro incompletas
Sincronización*	<ul style="list-style-type: none"> Timing <p>*Los equipos que no realicen al menos 1 pase sincronizado en grupo (dos o más atletas) recibirán automáticamente una deducción de .3 en sincronización.</p>

DRIVERS DE BAILE/DANZA

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

Técnica	<ul style="list-style-type: none"> Postura y definición Fuerza y control de movimientos 	<ul style="list-style-type: none"> Ritmo y musicalidad
Uniformidad	<ul style="list-style-type: none"> Sincronización de movimientos Espacialidad en formaciones y transiciones 	<ul style="list-style-type: none"> Consistencia entre atletas
Energía	<ul style="list-style-type: none"> Confianza y entusiasmo (El valor de la deducción no excederá .1) 	

DRIVERS DE SALTOS

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

Posición de Brazos	<ul style="list-style-type: none"> Aproximación Inicio consistente 	<ul style="list-style-type: none"> Braceo/preparación Posición de brazos durante salto(s)
Posición de Piernas	<ul style="list-style-type: none"> Piernas extendidas Pies en punta Posición de caderas/rotación/hiperextensión Altura Piernas/pies juntos Posición del pecho Aterrizajes 	
Sincronización	<ul style="list-style-type: none"> Timing (El valor de la deducción no excederá .1) 	



SISTEMA DE CALIFICACIÓN ESCOLAR 2025 – GENERAL



SHOWMANSHIP- SE ESCOJE MEJOR PUNTAJE ENTRE ANIMACION O SHOWMANSHIP.

10-2.0	<p>La Impresión General es el promedio de 3 opiniones proporcionadas por los jueces de Construcción, Gimnasia y General y se basa en la incorporación limpia, ordenada y visual de los ítems que componen la rutina. Cada juez se enfoca específicamente en las secciones de habilidades que corresponden a sus respectivas categorías y cómo están compuestas, tal como se define a continuación:</p> <ul style="list-style-type: none"> Juez General: Grado de esfuerzo en la elaboración de la rutina. Consideración al ubicar y desplazar a los atletas para una incorporación ordenada y/o fluida de las elementos. Las puntuaciones de los jueces generales encapsulan toda la rutina, de principio a fin. Juez de Construcción: Grado de esfuerzo en la incorporación efectiva de ideas visuales en Subidas, Transiciones y/o Desmontes de todas las habilidades de Construcción. Esto incluye habilidades del nivel y de niveles inferiores. Se considerará la variedad y el ritmo/conexión de habilidades. Juez de Gimnasia: Grado de esfuerzo en la incorporación de patrones de gimnasia visuales claros, que mejoren las habilidades realizadas y que faciliten su evaluación. <p><i>Este ítem incluye la deportividad y representación (respeto, buen comportamiento y la proyección de una imagen positiva del deporte y su Institución Educativa)</i></p>
--------	--

FORMACIONES Y TRANSICIONES

10-2.0	<p>La capacidad de un equipo para demostrar un espaciamiento preciso y un movimiento uniforme.</p> <p>El puntaje de Formaciones y Transiciones comenzará con 1.0 y se reducirá en .1 por CADA formación y transición que carezca de precisión.</p>
--------	--

BAILE/DANZA

El baile/danza será evaluada según la capacidad del equipo para demostrar una variedad de elementos de dificultad con una ejecución sólida, basada en los siguientes elementos:

0.5 - 1.0	Elementos de Dificultad	<ul style="list-style-type: none"> Elementos visuales Variedad de niveles Cambios de formación Juego de pies 	<ul style="list-style-type: none"> Trabajo en el suelo Trabajo en parejas Ritmo
0.5 - 1.0	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> Técnica Perfección Entretenimiento Fuerza/Posición del movimiento 	<ul style="list-style-type: none"> Sincronización Energía/Valor de

ANIMACIÓN (CHEER) - PROMEDIO/OPCIONAL CON SHOWMANSHIP

20	CRITERIO Y DESCRIPCIÓN	BAJO	MEDIO	ALTO
	CAPACIDAD PARA LIDERAR AL PÚBLICO	0.2	0.4	0.50
	<ul style="list-style-type: none"> Energético y dinámico, manteniendo la atención del público de izquierda, centro y derecha Palabras fáciles de seguir y entender que entregan indicaciones claras para responder 			
	VOZ	0.2	0.4	0.50
	<ul style="list-style-type: none"> Proyección con buen volumen y claridad, de buena fluidez (ni muy lento ni muy rápido) La inflexión es variada, con un tono más fuerte y controlado en momentos claves 			
	MOTIONS	0.2	0.4	0.50
	<ul style="list-style-type: none"> Los movimientos de brazos son cortados, rígidos y precisos El equipo los realiza de manera uniforme y sincronizada 			
	USO PRÁCTICO DE PROPS • Carteles • Pompones • Megáfonos • Banderas	0.05	0.1	0.20
	<ul style="list-style-type: none"> Se utilizan coordinadamente con la animación ayudando a reconocer los momentos de respuesta No se requiere utilizar todos los props. Utilizar todos no garantiza un mejor puntaje 			
	USO PRÁCTICO DE HABILIDADES DE CONSTRUCCIÓN Y/O GIMNASIA	0.1	0.2	0.30
	<ul style="list-style-type: none"> Se utilizan coordinadamente con la animación para enfatizar los momentos de respuesta Se incorporan con excelente ejecución. La dificultad NO afecta el puntaje 			

ANIMACIÓN

- La Porción de Animación debe realizarse ANTES de la Porción Musical. Y por este año será OPCIONAL., de no mostrarla se calificará el showmanship en la rutina.
- Las habilidades realizadas dentro de la Porción de Animación SOLO se consideran dentro de este ítem, por lo tanto, no se consideran dentro del proceso de evaluación en la Porción Musical. En otras palabras, las habilidades realizadas en la Animación, NO serán contadas ni consideradas para NINGÚN requerimiento de DIFICULTAD/DRIVERS en Habilidades de CONSTRUCCIÓN o GIMNASIA.
- Percepción del cumplimiento del criterio durante toda la animación:
 - BAJO** – Necesita trabajo, bajo el promedio y/o poco distinguible
 - MEDIO** – Bueno, promedio y/o distinguible, pero inconsistente
 - ALTO** – Excelente, sobre el promedio y/o fácilmente distinguible y consistente



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2025 – HABILIDADES NIVEL 1 ESCOLAR



ELEVACIONES

ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL			
<ul style="list-style-type: none"> Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia lib debajo del nivel prep Tic toc debajo del nivel prep (lib a lib) 	<ul style="list-style-type: none"> Transición con 1/4 de giro hacia debajo del nivel prep Transición con 1/4 de giro hacia nivel de suelo Transición con 1/4 de giro desde nivel prep 	<ul style="list-style-type: none"> Parado en espalda Show & go por nivel prep Escuadra Acostado de espalda Escuadra extendida Elevación en 1 pierna bajo nivel prep 	<ul style="list-style-type: none"> Acostado de espalda extendido Elevación en 1 pierna a nivel prep Sentado en hombros Silla Parado en hombros Prono
HABILIDADES AVANZADAS			
<ul style="list-style-type: none"> Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia posición del cuerpo debajo del nivel prep Tic Tic toc debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo) Tic toc en nivel prep (lib a posición del cuerpo) con un conector Estilo suelto desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector 	<ul style="list-style-type: none"> Transición con 1/4 de giro desde nivel prep hacia nivel prep Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia lib en nivel prep con conector 	<ul style="list-style-type: none"> Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (lib a lib) con conector Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo) Transición desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector 	
HABILIDADES ÉLITE (MÁXIMO 1 POR GRAN PARTE/MÁX) – .50 por Élite adicional realizada			
<ul style="list-style-type: none"> Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector Tic Tic toc debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) Tic toc en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector Estilo suelto desde nivel de cintura hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector 	<ul style="list-style-type: none"> Transición con 1/4 de giro desde nivel inferior a prep hacia elevación prep Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector 	<ul style="list-style-type: none"> Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel del suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) 	<ul style="list-style-type: none"> Cuna recta desde elevación prep

GIMNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES RESTRINGIDAS (ILEGALES) PREP - .05 por ocurrencia	
<ul style="list-style-type: none"> ROL ADELANTE ROL EN ESCUADRA ARCO DESDE EL SUELO ROL ATRÁS 	<ul style="list-style-type: none"> PARADO DE MANOS (INVERTIDA) ARCO CON PATEO ATRÁS ARCO DESDE PARADA DE MANOS INVERSIÓN ADELANTE/ATRÁS CON PIERNAS JUNTAS 	<ul style="list-style-type: none"> CAMINO ATRÁS CAMINO ATRÁS – ROL ATRÁS – CAMINO ATRÁS ROL ATRÁS A INVERTIDA 	<ul style="list-style-type: none"> SERIE DE CAMINO ATRÁS CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA ROL ATRÁS HACIA INVERTIDA – CAMINO ATRÁS/ SERIE DE CAMINOS ATRÁS VALDEZ CUALQUIER COMBINACIÓN O VARIACIÓN DE LAS ANTERIORES

GIMNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES RESTRINGIDAS (ILEGALES) PREP - .05 por ocurrencia
<ul style="list-style-type: none"> MEDIA LUNA MEDIA LUNA – ROL ATRÁS PARADO DE MANOS (INVERTIDA) – ROL ADELANTE 	<ul style="list-style-type: none"> MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA RONDADA (RO) CAMINO ADELANTE / SERIE DE CAMINOS ADELANTE INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA 	<ul style="list-style-type: none"> MEDIA LUNA – SERIE DE CAMINOS ATRÁS CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA/ RONDADA CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C.ATRAS CAMINO ADELANTE– MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C.ATRAS CUALQUIER COMBINACIÓN O VARIACIÓN DE LAS ANTERIORES

Cada habilidad separada por una viñeta es considerada un “habilidad diferente” y no recibirá crédito más de una vez, incluso si hay múltiples habilidades o variaciones en esa misma viñeta.