



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE TARDAJOS



DIPUTACIÓN
DE BURGOS



INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD

EXHIBICIÓN PROVINCIAL RÍTMICA **24 MAYO 2025 TARDAJOS**

Normativa básica:

1. Los ejercicios de cada uno de los grupos participantes tendrán una duración máxima de 2' y se permite música con letra.
2. Cada entrenador/a elegirá el aparato que considere oportuno para realizar los ejercicios (manos libres, pelota, aro, cuerda, mazas, cintas, aparato original, etc...)
3. Las categorías quedarán distribuidas en 2:
 - * Educación Infantil + 1º ciclo de primaria, hasta 3º primaria incluido)
 - * 2º ciclo de primaria + ESO. Tendríamos que revisar porque hay entrenadoras que por el volumen de niñas que tienen en algún grupo ha organizado ejercicios juntando a niñas de todas las edades para hacer un único ejercicio.
4. Se participará en modalidad individual, dúo, trio, cuarteto, conjunto (5-6 gimnastas) y grandes grupos (más de 7 gimnastas).
5. Se invita a entrenadores/as a realizar ejercicios con diferentes elementos básicos: equilibrios, saltos, giros y elementos de flexibilidad.
6. Será necesario acudir a la exhibición con una bandera y/o pancarta de cada localidad para el desfile inicial, así como la elección de una gimnasta abanderada.
7. Una vez dentro de las instalaciones, serán las/os entrenadoras/es quienes se responsabilizarán de las participantes de la cada localidad.
8. Cada zona deberá enviar la hoja de inscripción que se adjunta con fecha límite el 14 de mayo de 2025. Después de



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE TARDAJOS



**DIPUTACIÓN
DE BURGOS**



INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD

que recibamos vuestras inscripciones, les daremos un número a cada uno de vuestros grupos. Cuando tengáis ese número, deberéis enviarnos la música (formato MP3). Fijaros que el archivo tenga el nombre de ese número os proporcionamos.

9. Cada localidad aportará los aparatos y material que utilizará en su ejercicio

10. Se pide uniformidad a las gimnastas: maillot y punteras si fuese posible, y si no mallas y camiseta de idéntico color y forma.

11. La actividad se desarrollará en horario de tarde de 17:00 a 19:30 h. Se hará llegar a cada localidad participante, el orden de las actuaciones de cada ejercicio.