OLIMPIADA DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES 2025
Anexo Técnico
Tablas Gimnásticas

1. **Categorías y Modalidad:**

Categorías	Modalidad
Nacidos 1965-1956	Mixta
Nacidos 1955 y anteriores	

2. **Participantes:**

Participación máxima por municipio			
Categoría	Mixto	Total Deportistas	Entrenadores
Nacidos 1965-1956	20	40	2
Nacidos 1955 y anteriores	20		

- Se podrá registrar a 1 entrenador por cada equipo inscrito.
- Los equipos se integrarán por un mínimo de 12 participantes a 20 como máximo.
- Se requiere un mínimo de 2 deportistas varoniles para registrar a un equipo.
- Se requiere un mínimo de 2 deportistas varoniles, participando en la rutina.

3. **Área de competencia:**

El área de competencia será de 28 x 15 metros, con un área específica para ubicación de los instructores.

4. **Programa de competencia:**

Se dará a conocer en la junta previa.

5. **Duración de rutina y música:**

- Los equipos tendrán como mínimo de tiempo, 4 minutos y un máximo de 6 minutos, para demostrar su rutina.
- En el proyecto gimnástico se describen tres momentos: la entrada, la parte principal y la salida, los tiempos que se emplean en cada uno de ellos, así como el tipo de ejercicios que se utilizarán, que pueden ser libres; con muelleo, escalonados, asimétricos, rítmicos, aeróbicos, evoluciones deportivas, fijos, sobre la marcha, disoluciones, combinados, figuras geométricas y cambios de formación.
- Se podrá utilizar cualquier tipo de implemento o accesorios portátiles como; Pelotas, aros, ligas, bastones, mancuernas, sombrillas, pompones, abanicos, listones, banderines, pañuelos y sombreros, que no pongan en riesgo la integridad física de las participantes.
- La presentación deberá de apegarse a movimientos gimnásticos y no a movimientos de baile.
- La música deberá ser alegre, vigorosa o marcial, de acuerdo a la coreografía, ritmo y tiempo establecidos en el proyecto gimnástico.
- Al término de su presentación, la salida del equipo deberá ser organizada de tal manera que sea original, coreográfica y rápida. En el proyecto gimnástico se debe de aclarar si el cierre y la salida son simultáneos.

6. **Elementos a calificar:**

- Todos los equipos deberán presentar en su rutina las tres fases de la actividad física; Calentamiento, ejecución de la rutina y fase de recuperación.
- Elementos Básicos; Proyecto, tiempo rutina, entrada, salida e implemento.
- Aspectos Técnicos; Sincronización, grado de dificultad, calidad de la ejecución, selección de los movimientos, uso del espacio, cambio de formación.
- Aspectos Artísticos; Vestuario, actitud, edición musical y coreografía

7. **Uniformes:**

Los participantes deberán utilizar vestimenta y colores similares (uniformidad) y tenis.

8. **Jueces:**

Serán Designados por el Comité Organizador y estarán conformados de la siguiente manera;

- 1 juez en jefe
- 1 juez para aspectos básicos

- 2 jueces aspectos técnicos
- 2 jueces aspectos artísticos
- 2 jueces de línea
- 2 escrutinios
- 1 graficador

9. Escala de calificación:

- Se calificará en una escala de mínimo 5 puntos y máximo 10 puntos.

10. Desempates:

- Mayor puntuación en aspectos técnicos.
- Mayor puntuación en aspectos artísticos.
- Mayor puntuación en aspectos básicos.

11. Penalizaciones:

Se restarán 5 puntos del resultado final, en cada penalización que realice el equipo, siendo las siguientes:

- Si un equipo no cumple con el tiempo reglamentario.
- Que uno o varios integrantes pisen la línea que determina el área de competencia.
- Utilizar escenografías.
- Al utilizar parte del vestuario como implemento o accesorio.

12. Descalificación inmediata:

- Si uno o más de uno de los integrantes del equipo, incluyendo el entrenador (es) presentan actitudes de falta de respeto a ellos mismos, al público, a los jueces o comité organizador antes, durante y después del evento.
- Si el equipo se presenta con menos de 2 participantes varoniles.
- Si se presentan equipos incumpliendo con el mínimo de participantes al momento de su rutina.
- Si es completado por un integrante de otro municipio o institución.
- Si no presenta la música en la junta previa.
- Presentar actitud antideportiva.
- Al utilizar elementos de “protestas” en música y vestuario.
- Si un entrenador participa en la rutina.

13. **Protestas:**

De elegibilidad: De acuerdo al reglamento general de la Olimpiada de las Personas Adultas Mayores 2025.

Técnicas: De acuerdo al anexo técnico vigente.

14. **Reglamentos:**
Se aplicará el anexo técnico vigente; en lo que no contraponga Reglamento General de la Olimpiada de las Personas Adultas Mayores 2025.

15. **Altas y Bajas:**

En caso de ser necesario se permitirán 2 altas con sus respectivas bajas por categoría, las cuales deberán de notificarse al comité organizador dos días antes de iniciar la junta previa.

16. **Control Médico:**

Durante el desarrollo de esta Edición de la Olimpiada de las Personas Adultas Mayores 2025, se cumplirá con las disposiciones sanitarias establecidas de acuerdo a los indicadores y restricciones determinadas por la Secretaría de Salud del Estado.

17. **Premiación:**

Medallas a los que obtengan los tres primeros lugares.

La cantidad de medallas en disputa por categoría se especifica en el siguiente cuadro:

Categoría	Oro	Plata	Bronce
Nacidos 1965-1956	1	1	1
Nacidos 1955 y anteriores	1	1	1
Total	2	2	2

18. **Transitorios:**

Cualquier asunto o caso no especificado será resuelto por el Comité Organizador.