

NORMATIVA DE COMPETICIÓN



ADS

AGRUPACIÓN DEPORTIVA
DE LA SIERRA

TEMPORADA 2024 - 2025

ÍNDICE

NORMAS PRELIMINARES.....	3
1) PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIÓN	4
2) APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y CAMBIOS DE FECHAS.....	5
3) COMITÉ DE COMPETICIÓN Y COMITÉ DE APELACIÓN.....	6
4) DESARROLLO DE LOS ENCUENTROS	7
5) TROFEOS Y CLASIFICACIONES	8
6) LA TARJETA VERDE ADS	9
7) NORMATIVA GENERAL DE DEPORTES DE EQUIPO	10
8) NORMATIVA BALONCESTO y BALONCESTO 3X3	12
9) NORMATIVA FÚTBOL.....	17
10) NORMATIVA FÚTBOL SALA	19
11) NORMATIVA VOLEIBOL Y MINIVOLEIBOL	20
12) NORMATIVA GENERAL DE DEPORTES INDIVIDUALES.....	23
13) NORMATIVA AJEDREZ	24
14) NORMATIVA ATLETISMO.....	25
15) NORMATIVA BÁDMINTON	26
16) NORMATIVA CAMPO A TRAVÉS.....	29
17) NORMATIVA GIMNASIA RÍTMICA	31
18) NORMATIVA KARATE	38
19) NORMATIVA NATACIÓN.....	39
20) NORMATIVA TENIS y MINITENIS	46

NORMAS PRELIMINARES

Todos los participantes en competiciones organizadas por A.D.S, tanto en Deportes Individuales como de Equipo, deberán estar en **posesión de Licencia ADS debidamente cumplimentada y sellada por el Municipio con el sello de la ADS, además de cumplimentar de forma correcta la inscripción y posterior validación por el municipio responsable. Solo podrán participar deportistas no federados**, salvo si en alguna normativa específica de deportes individuales se permitieran deportistas federados.

Así mismo, deberán estar asegurados, siendo cada municipio el responsable de la veracidad de todos los datos que en ellas se reflejen.

Los **Servicios Deportivos Municipales serán los únicos entes válidos para realizar cualquier tipo de trámite** relacionado con las competiciones organizadas por A.D.S.

La **competición estará regida**, en todo momento, en su organización, seguimiento, sanciones, etc. por:

1. La **normativa de competición específica de A.D.S.** en su temporada actual.
2. La **normativa de la Serie Básica de Deporte Infantil de la Comunidad de Madrid.**
<https://www.comunidad.madrid/servicios/deportes/deporte-infantil>
3. Complementariamente, por las reglas y normas federativas de cada deporte.

➔ **TODOS LOS DEPORTISTAS INSCRITOS EN CUALQUIERA DE LAS COMPETICIONES DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA DE LA SIERRA DEBEN ESTAR CORRECTAMENTE INSCRITOS Y VALIDADOS EN LA APLICACIÓN GCAM DE LA COMUNIDAD DE MADRID, SIEMPRE ANTES DEL LÍMITE IMPUESTO POR LA MISMA.**

1) PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIÓN

1.1.: Las **INSCRIPCIONES** se realizarán a través de los distintos **servicios deportivos municipales** en los plazos y forma establecidos para tal fin.

1.2.: Los **deportistas** podrán **participar en todos los deportes que deseen**, ya sean individuales o de equipo y **mientras posean la licencia y la inscripción** correspondientes en dichos deportes.

1.3.: No se permitirán **equipos fuera de competición**. No obstante la Asamblea de Técnicos estudiará las peculiaridades que se planteen a propuesta de los diferentes municipios.

1.4.: Ningún/a jugador/a podrá **jugar en dos equipos diferentes** de la misma categoría y/o grupo, ni en dos entidades diferentes en un mismo deporte.

1.5.: Los/as **jugadores/as de categoría inferior**, podrán jugar en la categoría inmediatamente superior. Dentro de la misma categoría los/as jugadores/as del equipo "B" no podrán jugar en el equipo "A"

1.6.: En el caso de que un **jugador/a** desee participar con un **equipo de dos categorías superiores**, lo hará con el visto bueno de la Comisión Técnica y siempre con la autorización paterna/materna.

1.7.: Las entidades y municipios participantes en las competiciones de deportes de equipo deberán enviar los **listados de todos los equipos inscritos** y la **relación de los participantes** en cada uno de ellos antes de la celebración de la segunda jornada en el formato establecido para cada temporada. Figurarán el nombre, apellidos, DNI o documentación similar y fecha de nacimiento de los jugadores/as y la/s persona/s o responsable/s del equipo.

1.8.: El responsable del **Comité de Competición** de la Comisión Técnica de A.D.S. informará a todos los municipios de los equipos que faltan por enviar los listados de jugadores una vez terminado el plazo estipulado (segunda jornada). En caso de **no haberse entregado la relación de jugadores/as** antes de jugarse la 2ª jornada, se descontará un punto por jornada al equipo/s, tomándose como referencia la segunda jornada de calendarios completos.

1.9.: Se podrá dar de **alta jugadores/as hasta la fecha marcada cada temporada por el Programa de Deporte Infantil y siempre y cuando hayan estado tramitados y formalizados en la aplicación GCAM de la Comunidad de Madrid**, mandando el anexo con los datos correspondientes al responsable de la Comisión Técnica.

1.10.: **Los/as entrenadores/as y personas delegadas** deberán tener la licencia de A.D.S. actualizada. En el caso de que no asista el/la entrenador/a, cualquier otra persona mayor de edad podrá sentarse en el banquillo presentando su D.N.I.

1.11.: Los/as **entrenadores/as** que estén **sancionados/as** cumplirán su sanción por número de jornadas, no pudiendo dirigir ningún equipo de cualquier deporte durante el nº de jornadas que haya sido sancionado.

1.12.: Se establecerán **grupos** para la primera fase de competición según criterios de proximidad o por coincidencia de "casa/fuera" entre equipos del mismo municipio y/o entidad. En la 2ª fase de competición se configurarán grupos en función de la clasificación de la 1ª fase.

***Nota importante: no se arrastrarán puntos de la 1ª a la 2ª fase de competición.**

1.13.: Para que un **deportista** pueda **cambiar de entidad** una vez comenzada la temporada, en un mismo deporte y categoría, deberá aprobarlo la Asamblea de Técnicos con informes de la entidad de procedencia y de destino.

1.14.: En caso de existir alguna **reclamación sobre alineaciones**, únicamente se tendrán en cuenta las relaciones vigentes presentadas y actualizadas por cada equipo.

1.15.: Desde la primera jornada deberán presentarse las **licencias deportivas** con fotografía pegada y sellada, tanto de los jugadores/as como de los entrenadores/as y de los delegados/as responsables de cada equipo:

1. Este **documento** será el único **válido** para poder ser inscrito en las actas de juego.
2. En caso de **extravío o pérdida** de la licencia, se podrá presentar documento acreditativo a tal efecto (D.N.I., pasaporte, etc.) haciendo constancia del hecho en el acta del encuentro.

3. En el supuesto de que un equipo **no presente licencias, ni DNIs**, el árbitro lo reflejará en el acta, preguntando a los propios jugadores, los nombres, apellidos, fecha de nacimiento y firma de cada uno, siendo el/la entrenador/a responsable de la veracidad de los datos anteriormente mencionados. A continuación se jugará el encuentro, siendo finalmente la Comisión Técnica la encargada de resolver sobre el resultado del partido en cuestión.

1.16.: La **COMUNICACIÓN DE HORARIOS Y RESULTADOS** tendrá como plazo máximo **hasta el martes a las 12,00 horas** a través de www.adsierra.es

Si se entregaran los **horarios fuera de plazo**, la primera vez sería amonestado, y en caso de reincidencia, se le darían por perdidos los partidos a celebrar.

1.17.: Para **evitar RESULTADOS excesivamente ABULTADOS** se establece que, cuando se consiga una ventaja excesiva de puntos o goles, los siguientes, no subirán al marcador durante el transcurso del partido, ni se computará el resultado en web. No obstante, sí se seguirá computando en el acta y, **el árbitro, señalará en el acta el resultado real producido.**

Se fijan:

- **Fútbol y Fútbol Sala:** **más de 8 goles** de diferencia.
- **Baloncesto y Minibasket:** **más de 30 puntos** de diferencia.

1.18.: La Comisión Técnica enviará durante la primera semana del mes de octubre de la temporada vigente, el **modelo oficial de inscripción** de equipos que todas las entidades deberán entregar físicamente el día de la Asamblea de Inscripción de Equipos o por correo electrónico hasta las 14:00 horas del día anterior a dicha reunión. Se publicarán los **grupos provisionales** con los equipos inscritos al día siguiente a la fecha de inscripción. Se admitirán altas, bajas y cambios hasta el viernes de esa misma semana a las 20:00 horas. La Comisión Técnica comunicará-publicará la **composición definitiva de los grupos** el lunes posterior a la fecha inicial de inscripción. Una vez iniciada la Competición, no se admitirán inscripciones.

2) APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y CAMBIOS DE FECHAS

2.1.: Se considera **PARTIDO APLAZADO** aquel que, de común acuerdo, deciden ambos equipos que no se juegue y que, previamente a haberse dado fecha y hora, se ha comunicado por escrito esta circunstancia a la Secretaría de Competición de A.D.S. con el plazo máximo del **viernes de la semana anterior** de la jornada programada en calendario.

2.2.: El **equipo que solicite el aplazamiento tendrá que jugar en campo contrario**, salvo acuerdo de los municipios. En la semana siguiente al aplazamiento, el equipo que haga de local para el encuentro deberá notificar a la secretaria de competición **las dos fechas de juego** para la celebración del partido dentro de los siguientes 15 días naturales (excepto períodos vacacionales). De no jugarse el partido en las fechas propuestas, se dará el mismo por perdido al equipo que solicitó el aplazamiento, siempre y cuando no justifique adecuadamente que intentó jugarlo.

2.3.: Si el **aplazamiento** fuera causado **por organizar, el municipio solicitante, alguna competición de A.D.S. o de ámbito autonómico** (fase de área, fase zonal, etc.), **no será obligatorio jugar en campo contrario**. Si dicha competición o evento no fuera de este ámbito, se actuará como señala el punto 2.2.

2.4.: Todos los **partidos aplazados** deberán estar jugados antes de las dos últimas jornadas. Solo se podrán suspender partidos en las dos últimas jornadas cumpliendo los plazos establecidos en la presente normativa y con el **visto bueno de la Comisión Técnica**. El miércoles siguiente a estas dos últimas jornadas se cerrarán los partidos que estén sin resultado.

2.5.: Las **jornadas fijadas en periodos vacacionales** (Semana Santa, Navidad, etc.) **no atenderán a la norma** que refleja el **punto 2.2**. La Asamblea de Técnicos, a comienzo de temporada, establecerá cuales son estas jornadas.

2.6.: Si el **encuentro** es **SUSPENDIDO** una vez fijada la hora por climatología u otras circunstancias, será el Comité de Competición el que decida, valorando si hay acuerdo entre ambos equipos.

En caso de que un **partido se suspenda por DEFICIENCIAS EN LA INSTALACIÓN** y el equipo visitante haya realizado el desplazamiento, el partido deberá jugarse en la instalación del que era visitante.

En el caso de partidos en **instalaciones descubiertas**, el equipo visitante pasará a jugar en su instalación si hubiese tenido que desplazarse dos veces y el partido se hubiera suspendido por lluvia u otras causas.

2.7.: Si se detectan **goteras o desperfectos** en las instalaciones deportivas, que puedan ocasionar graves lesiones a los participantes, el responsable de la instalación deberá comunicar el aplazamiento o suspensión del partido/s lo antes posible, debiendo jugar **como visitante en la jornada de recuperación**.

3) COMITÉ DE COMPETICIÓN Y COMITÉ DE APELACIÓN

3.1.: El **COMITÉ DE COMPETICIÓN** estará formado por un miembro de la Comisión Técnica. El **COMITÉ DE APELACIÓN** lo constituyen tres miembros de la Comisión Técnica distintos al miembro del Comité de Competición:

1. Ante las resoluciones del Comité de Competición, se podrán presentar escritos de **recurso al Comité de Apelación**, durante los **siguientes tres días hábiles** a la notificación de estas.
2. **La decisión del Comité de Apelación** se notificará a las partes, como máximo el tercer día hábil siguiente.

3.2.: Todas las **actas** en las que **figure** cualquier **incidencia** deberán **enviarse, por parte del municipio organizador y del visitante, al responsable del Comité de Competición hasta el martes posterior a la jornada** en la que sucedieron las incidencias (suspensión de partidos, expulsiones, árbitros no presentados, informes o recursos, tarjetas verdes y otras incidencias). Si se trata de un **partido suspendido** se acelerará todo lo posible el envío del acta.

La **sanción** a las entidades **por no enviar las actas con incidencias** será:

- **1ª vez**, apercibimiento.
- **2ª vez y sucesivas**, pérdida del partido y descuento de puntos.

Los **árbitros**, por su parte, también, **deberán mandar la información**, a la secretaría de competición de A.D.S. o a los responsables arbitrales, **de una incidencia ocurrida** en un encuentro, indicando el hecho ocurrido, el partido, el deporte, la categoría y el municipio.

3.3.: INCOMPARENCIAS - NO PRESENTADOS – EXPULSIONES:

- **Incomparecencia:** no presentar ningún jugador → **1 punto de descuento**.
- **No presentado:** presencia de jugadores en un número inferior al establecido para poder comenzar el partido → **Sin descuento de puntos**.
- **Expulsión de la competición:** acumulación de dos incomparecencias o cuatro no presentados.

Los **resultados** que figurarán en las clasificaciones **por incomparecencias o no presentados** son:

- Fútbol-sala → 6-0
- Fútbol: → 3-0
- Baloncesto: → 20-0
- Voleibol: → 3-0 (incomparecencia) ó 2-0 (no presentado)

3.4.: Todos los **acuerdos del Comité de Competición estarán** en poder de los implicados **el viernes posterior a la jornada de referencia**. En caso de urgencia, se comunicará lo antes posible. Las resoluciones adoptadas por el Comité de Competición se deberán presentar en cada una de las Asambleas de Técnicos a celebrar.

3.5.: La **retirada de un equipo de forma unilateral sin causa justificada** en un encuentro, conllevará una sanción de pérdida del partido, descuento adicional de dos puntos y un mínimo de 5 encuentros de sanción al Delegado/a o Entrenador/a responsable del equipo.

4) DESARROLLO DE LOS ENCUENTROS

4.1.: Para la PROGRAMACIÓN DE LOS PARTIDOS se tendrán en cuenta los siguientes espacios mínimos de tiempo:	
FÚTBOL SALA	Mínimo 50 minutos
BALONCESTO	Mínimo 60 minutos
VOLEIBOL	Mínimo 60 minutos
FÚTBOL 7	Mínimo 60 minutos en Alevín e Infantil y 50 minutos en Benjamín.
FÚTBOL 11	Mínimo 90 minutos en Cadete y 80 minutos en Infantil

4.2.: En caso de **partidos con equipos del mismo municipio y/o entidad** los horarios se programarán seguidos uno detrás de otro (máximo 1h y 15 minutos, excepto F11 que será 1h 30 minutos) o al mismo tiempo para ayudar, en la medida de lo posible, con la logística de arbitrajes, transportes y monitores del visitante. En caso de duda se contactará con el equipo visitante en tiempo y forma.

4.3.: El **primer partido no se podrá programar antes de las 9:00 horas y el último nunca después de las 14:00 horas**, excepto en el caso de los partidos de **fútbol infantil y cadete que será a las 13:30 horas**. Se podrán jugar partidos en otros horarios siempre que exista acuerdo por escrito entre las partes, respetando los plazos marcados en esta normativa.

4.4.: Será **obligatorio** que las **INSTALACIONES estén ABIERTAS**, al menos, **30 minutos antes de la hora fijada para el comienzo** del primer partido, además la sede deberá ser diligente en los preparativos de los partidos (comprobación del estado del campo, tramitación de actas, presencia arbitral, etc.).

4.5.: Los **EQUIPOS QUE EJERZAN COMO LOCALES, DEBERÁN:**

- **Facilitar**, al menos, **2 balones** reglamentarios (4 balones en Voleibol) a los equipos visitantes en todos los deportes, para el desarrollo correcto de sus calentamientos.
- Tienen la **obligación de ofrecer un balón de juego al árbitro** del encuentro. Éste balón no podrá ser utilizado para el calentamiento de ningún equipo.
- **Deberá ofrecer un vestuario y un banquillo al equipo visitante.**
- Tiene la obligación de atender al jugador/a, en caso de **lesión**.
- En caso de incidentes graves, tiene la obligación de **garantizar la seguridad del equipo visitante.**

4.6.: Las **ACTAS** serán **firmadas por los capitanes/as y delegados/as o entrenadores/as** responsables de cada uno de los equipos participantes, dando constancia de ello el árbitro del partido.

4.7.: Se establecen unos **máximos de jugadores a incluir en las actas:**

- 15 jugadores en baloncesto, fútbol-sala, voleibol y fútbol-7.
- 20 jugadores en fútbol 11.

4.8.: En todas las competiciones se establecen **15 minutos de cortesía** sobre la hora fijada para el comienzo del encuentro, pasado dicho tiempo, si se disputa el partido, se podrá acortar la duración de este, pero siempre con el acuerdo de los dos equipos.

4.9.: En caso de **no asistencia de un árbitro** designado a un encuentro, es obligatorio que éste sea arbitrado medio tiempo por cada uno de los entrenadores/as. También podrá arbitrar un tercero si están de acuerdo los dos entrenadores/as. Si uno de los entrenadores/as se negara a pitar, el Comité de Competición podrá dar el partido por perdido al equipo cuyo responsable se negó a pitar. En Voleibol, el árbitro del tercer set se establecerá por sorteo. En estos casos en los que los partidos son arbitrados por los entrenadores, de producirse incidencias, éstas no se recogerán en el acta, sino que deben ser enviadas al Comité de Competición por parte de cada equipo, a través de los Servicios de Deportes Municipales.

4.10.: CRUCES DE FINAL DE TEMPORADA:

1. Los cruces se diseñarán dependiendo del **número de equipos** y grupos de cada temporada, teniendo en cuenta las fechas previstas para disputar la Fase de Área y Fases Zonales de Deporte Infantil.
2. La Asamblea de Técnicos acordará el modelo de cruces, una vez que los grupos queden definidos.
3. Los enfrentamientos de estos cruces se diseñarán evitando, **dentro de lo posible**, equipos de un mismo grupo.
4. En el supuesto de **finalización con empates en los partidos de cruces** de final de temporada, se establece lo siguiente:

Deporte	Normativa de juego en caso de empate
FÚTBOL 7	Benjamín, alevín e infantil → tanda de 3 penaltis .
FÚTBOL 11	Infantil y cadete → Prórroga de dos tiempos de 10 minutos y, si fuera necesario, tanda de 5 penaltis .
FÚTBOL SALA	Tanda de 3 penaltis .
BALONCESTO	Una prórroga o sucesivas de 5 minutos hasta deshacer el empate.
VOLEIBOL	Los cruces de final de temporada se jugarán a partidos al mejor de 5 set .

5) TROFEOS Y CLASIFICACIONES

5.1.: Al final de cada temporada:

- Se entregarán **MEDALLAS a los tres primeros** clasificados de cada deporte y categoría. Con las siguientes **EXCEPCIONES:**

- Si algún grupo no llegase a tres equipos participantes, recibirán medalla siempre que hayan participado en alguna competición.
- En caso de empate en la clasificación final, en categorías alevín y benjamín se entregarán medallas a los implicados sin tener en cuenta los resultados entre ellos. No se dará medalla al siguiente de los equipos empatados, excepto si el empate se produce en la tercera posición que se dará a todos los equipos empatados.
- En las categorías con dos grupos se podrán establecer cruces, dando medallas a los 3 primeros clasificados. Si existiera empate entre equipos implicados en los puestos de cruces se tendrá en cuenta el resultado particular para establecer la clasificación.

- Como norma general, en los sistemas de clasificación de liga a una primera vuelta + ligas Oro, Plata, Bronce, se entregarán trofeos a los 3 primeros clasificados de cada grupo en los sistemas de ligas Oro-Plata, y a los 2 primeros clasificados en los sistemas de ligas Oro-Plata-Bronce.

A efectos de **DESEMPATE EN LA CLASIFICACIÓN FINAL**:

En las categorías Benjamín y Alevín se adjudicará el mismo puesto. En el resto:

- 1º. A efectos de desempate en la clasificación final, **cuando alguno de los equipos empatados hubiera sido sancionado por alineación indebida, incomparecencia, retirada del equipo o pérdida del encuentro por inferioridad numérica, en una sola de estas circunstancias, provocará la exclusión de este equipo sancionado del grupo de equipos empatados**, quedando en último lugar del grupo, sin que los resultados de los encuentros en que hubiera intervenido influyan en las clasificaciones del grupo de equipos empatados.
- 2º. **Puntos entre los implicados.**
- 3º. **Diferencia de goles, puntos, sets, o puntos en cada set entre los implicados** (basket-average, gol-average).
- 4º- **En voleibol exclusivamente: diferencia de sets general** (set-average).
- 5º.-**Partido de desempate con árbitro y campo neutrales.**

5.2.: Las **clasificaciones publicadas en la web www.adsierra.es son provisionales**, siendo oficiales las supervisadas por la Comisión Técnica.

6) LA TARJETA VERDE ADS

La **Tarjeta Verde ADS** tiene características similares en tamaño y material que la roja y amarilla utilizada en los partidos. Será de utilidad por todos los árbitros en cada competición durante la temporada deportiva.

TARJETA VERDE: Los árbitros y/o jueces de los encuentros deportivos, podrán mostrar tarjeta verde, a uno o varios deportistas y/o entrenadores/as inscritos en acta, ante un hecho considerado como una **conducta propia del juego limpio y/o conducta deportiva**. Esta circunstancia, deberá ser **recogida y explicada en el acta** del encuentro y deberá ser notificada al comité de competición ADS para su valoración posterior por parte de dicho organismo como una incidencia más.

El Comité de Competición, establecerá un **ranking de deportistas y/o entrenadores/as** por cada disciplina en base a este reconocimiento.

Más información de la tarjeta Verde ADS en www.adsierra.es

7) NORMATIVA GENERAL DE DEPORTES DE EQUIPO

7.1 CATEGORÍAS DE JUEGO	AÑOS DE NACIMIENTO
Minibenjamín	2017-2018
Benjamín	2015-2016
Alevín	2013-2014
Infantil	2011-2012
Cadete	2009-2010
Juvenil	2006-2007-2008
Absoluto	2005 y anteriores

7.2: Antes y después del desarrollo de los partidos, se procederá a realizar el **PROTOCOLO DE SALUDO ADS:**

- El **equipo local**, encabezado por el entrenador, saluda uno a uno al **árbitro** que se encuentra en el centro del campo y se coloca en fila esperando a que pasen uno a uno los jugadores del **equipo visitante**. Una vez que todos los deportistas del equipo visitante han saludado al árbitro, ambos equipos, en línea y a la vez levantan los brazos en señal de saludo a los **espectadores**.



7.3: Sólo se **inscribirán en acta a los/as jugadores/as** que estén en la instalación preparados para la disputa del partido. Se podrán inscribir jugadores, entregando la **Licencia de A.D.S.** correspondiente, sólo **hasta la finalización del descanso**. En **Voleibol**, será **hasta el final del primer set**.

7.4: En caso de **coincidencia de colores** en la equipación, el equipo local estará obligado a ponerse **petos** para el desarrollo del partido.

7.5: Cuando un **árbitro cierra el acta de un partido** una vez transcurrido el tiempo de cortesía, no podrá arbitrar ese partido a continuación, ni siquiera como amistoso. En caso de acuerdo entre los entrenadores, se podrá jugar ese partido, buscando un árbitro alternativo, teniendo validez el resultado.

7.6: Los **deportistas que necesiten gafas, deberán homologarlas** para la práctica deportiva a través del protocolo marcado por ADS.

7.7: Se podrán formar equipos mixtos en todas las categorías siempre que haya equipos suficientes para formar la categoría.

7.8: A partir de categoría infantil, los equipos femeninos que compitan en categoría masculina podrán inscribirse en una categoría inferior en las disciplinas de Baloncesto, Fútbol Sala y Fútbol

7.9: En caso de enfrentarse **equipos de diferentes categorías**, se aplicará la normativa del equipo de categoría inferior.

7.10: Será **obligatorio en todos los deportes**, que **todos los jugadores inscritos en acta** jueguen al menos $\frac{1}{4}$ de la duración total del encuentro. En caso de incumplimiento, se dará el partido por perdido al equipo infractor.

7.11: El equipo local debe proporcionar **Tarjetas Verdes ADS** al colectivo arbitral que lleve el partido, si este no las tuviera.

8) NORMATIVA BALONCESTO y BALONCESTO 3X3

BALONCESTO:

8.1: BALONES y CANASTAS:

CATEGORÍAS	TAMAÑO BALÓN	ALTURA CANASTAS
Benjamín	Minibasket	Minibasket 2,60 m*
Alevín	Minibasket	
Infantil	Femenina: Intermedio Masculino: Grande	3,05 m*
Cadete		
Juvenil Masculino	Grande	
Absoluta Femenina	Intermedio	

* Si se enfrentasen dos equipos de categorías distintas, se jugará con el balón de diámetro más pequeño. En categorías benjamín y alevín se jugará con canastas de Minibasket. Si no fuera así, se dará por perdido el partido al equipo local.

8.2. CAMPO DE JUEGO:

- Se jugará con **canastas de Minibasket en categorías Benjamín y Alevín**, si no fuera así, se daría por perdido el partido al equipo local.
- Los aros deberán tener **redes**:
- Es **obligatorio el uso del MARCADOR**. En caso de **incumplimiento**:
 - 1ª vez se amonestará al equipo.
 - 2ª vez se le dará el partido por perdido.

8.3: DESARROLLO DEL ENCUENTRO:

- Todas las categorías jugarán **en 4 tiempos de 10 minutos**, con 5 minutos de descanso entre el 2º y 3er cuarto.
- Se podrá iniciar el encuentro como **mínimo con 4 jugadores/as**.
- El **equipo con posesión de balón** dispondrá de 8 segundos para pasar de mitad de campo.
- En todas las categorías, excepto Juvenil Masculino y Absoluta Femenino, será obligatorio realizar **defensa individual**.
- En categorías Benjamín y Alevín la **defensa** será **individual en medio campo**, cuando el juego se interrumpa (saque de banda o fondo). En caso de incumplimiento de esta norma, **se sancionará**:
 - **1ª vez que ocurra** → amonestación verbal.
 - **2ª vez y sucesivas** → técnica al banquillo.
- Se realizará **salto entre dos** para el inicio del partido y de los periodos, así como en las luchas, que se realizarán en el círculo más cercano al punto dónde se ha producido la lucha y habilitado a tal efecto en el campo.
- Será obligatorio que **todos los jugadores inscritos en acta** hayan **jugado antes del comienzo del último cuarto**.

- El **último minuto** de un encuentro se jugará a reloj parado en todas las categorías, siempre que exista una diferencia inferior de 11 puntos.
- El **empate** será válido para todas las categorías.
- El **árbitro** deberá tocar el balón en todos los saques, excepto después de canasta.
- Las **puntuaciones** de los partidos serán:
 - **Victoria:** 3 puntos.
 - **Empate:** 1 punto.
 - **Derrota:** 0 puntos.
- En las categorías benjamín y alevín, todas las canastas serán de 2 puntos, excepto los tiros libres, **no existiendo el triple**.

8.4. PARTICIPANTES:

- En la categoría Alevín e Infantil, el equipo que pase a la siguiente fase, deberá tener, al menos, **8 licencias**.

8.5. CAMBIOS, SUSTITUCIONES Y TIEMPOS MUERTOS:

- Los **tiempos muertos** serán a reloj parado. Cada equipo dispondrá de 2 tiempos muertos por partido.

8.6. AMONESTACIONES:

- A partir de la **4ª falta de equipo** se lanzarán tiros libres (con la 5ª), para todas las categorías.
- Cuando a un equipo se le sancione con una **técnica**, el otro equipo lanzará un tiro libre y sacará de banda.

8.7. ESPECTADORES:

- En caso de no existir gradas, los **espectadores** deberán situarse en la banda contraria a los banquillos y fuera del campo. En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán estar los jugadores, entrenadores y delegados de campo.
- En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán permanecer los jugadores, entrenadores y delegados de equipo.

8.8. JUECES DE MESA:

- Los jueces de mesa deberán tener **silbato, cronómetro, marcador de mesa y tarjetas verdes ADS** que proporcionará el equipo local.
- En las **actas** se deberá reflejar el nombre del juez de mesa. En caso de no asistir el titular, se podrá pedir la colaboración de otra persona para desarrollar esa labor, siendo obligatorio que quede identificado en el acta, así como mandar el acta con esta incidencia al responsable de la Comisión Técnica.

8.9. RECOMENDACIONES:

- Los entrenadores y responsables del equipo deberán dar ejemplo de buen comportamiento y fair play a la grada y a los propios participantes.

BALONCESTO 3X3:

1: BALONES y CANASTAS:

CATEGORÍAS	TAMAÑO BALÓN	ALTURA CANASTAS
Benjamín	Minibasket	Minibasket 2,60 m*
Alevín	Minibasket	
Infantil	Femenina: Intermedio Masculino: Grande	3,05 m*
Cadete		
Juvenil Masculino	Grande	
Absoluta Femenina	Intermedio	

* Si se enfrentasen dos equipos de categorías distintas, se jugará con el balón de diámetro más pequeño.

2. CAMPO DE JUEGO:

- Se jugará en la mitad de un campo de juego de baloncesto FIBA. La media pista contará con líneas que delimiten la misma, línea de tiro libre y línea de 3 puntos de baloncesto.
- Los aros deberán tener **redes**:
- Es **obligatorio el uso del MARCADOR, CRONÓMETRO DE TIEMPO DE JUEGO y RELOJ DE POSESIÓN**. En caso de **incumplimiento**:
 - 1ª vez se amonestará al equipo,
 - 2ª vez se le dará el partido por perdido.

3: DESARROLLO DEL ENCUENTRO:

- Ambos equipos **calentarán simultáneamente** en la misma cancha antes del partido.
- Antes de comenzar el partido se lanzará una **moneda al aire**, el equipo ganador decidirá si quiere tener la posesión al inicio del partido o en el tiempo extra, si fuera necesario.
- El tiempo de juego regular será **de 10 minutos**. El reloj se detendrá en situaciones de balón muerto y en los tiros libres. El reloj se reiniciará una vez que se haya completado el **CHECK-BALL → intercambio del balón entre el defensor y el atacante y se realiza por detrás del arco**.
- Sin embargo, **el primer equipo que anote 21 puntos** o más gana el partido si ello ocurre antes del final del tiempo de juego regular. Esta regla de “muerte súbita” se aplica sólo al tiempo de juego regular (no en una posible prórroga).

Si el tanteo está empatado al final del tiempo de juego, **se jugará una prórroga**. Habrá un intervalo de 1 minuto antes de que comience la prórroga. El primer equipo en anotar 2 puntos en la prórroga ganará el partido.

- El **EQUIPO CON POSESIÓN DE BALÓN** dispondrá de 12 segundos para realizar un ataque. Una vez finalice sin realizar ataque al aro, el balón pasará al equipo contrario (fin de la posesión).
- El **árbitro** deberá tocar el balón en todos los saques, excepto después de canasta. **Para iniciar un nuevo ataque es obligatorio poner ambos pies y balón por detrás del arco**. En todas las situaciones en las que un equipo defensor establezca el control del balón y anote una canasta sin **aclarar el balón**, la canasta se cancelará ya que el equipo no ha aclarado el balón antes del intento de lanzamiento.
- En todas las categorías, será obligatorio realizar **defensa individual**.

· CÓMO SE JUEGA EL BALÓN:

1. Tras cada canasta de campo o último tiro libre convertido (excepto aquellos seguidos de posesión de balón):
 - a. Un jugador del equipo que no ha anotado reanudará el partido botando o pasando el balón desde dentro del campo directamente debajo de la canasta (no desde detrás de la línea de fondo) hacia un lugar del terreno de juego detrás del arco.
 - b. No se le permite al equipo defensor jugar el balón dentro del “área del semicírculo de no-carga” directamente debajo de la canasta.
 2. Tras cada canasta de campo fallada o último tiro libre fallado (excepto aquellos seguidos de posesión de balón):
 - a. Si el equipo atacante consigue el rebote del balón, puede continuar intentando anotar sin llevar el balón detrás del arco.
 - b. Si el equipo defensor obtiene el rebote del balón, debe llevar el balón detrás del arco (pasándolo o regateando).
 3. Si el equipo defensor roba o tapona el balón, debe llevarlo detrás del arco (pasándolo o regateando).
 4. La posesión de balón otorgada a cualquiera de los equipos tras cualquier situación de balón muerto comenzará con un check-ball, es decir, un intercambio del balón (entre el jugador defensor y el atacante) detrás del arco en la parte superior del terreno de juego.
 5. Se considera que un jugador está “detrás del arco” cuando ninguno de sus pies está dentro del arco ni lo pisa.
 6. En caso de una situación de salto, se concederá el balón al equipo defensor y el reloj de lanzamiento se reiniciará a 12 segundos.
 7. Stalling o evitar jugar activamente (es decir, sin intentar anotar) será una violación.
- Se realizará **sorteo** para el inicio del partido.
 - Será obligatorio que **todos/as los/as jugadores/as inscritos/as en acta** jueguen el partido. Ambos equipos pueden realizar sustituciones cuando el balón pase a estar muerto y el reloj de partido esté parado, antes del check-ball o de un tiro libre.
 - Las **anotaciones** de los partidos serán las siguientes:
 - Para cada lanzamiento dentro del arco (área de tiro de campo de 1 punto) se concederá un 1 punto.
 - Para cada lanzamiento detrás del arco (área de tiro de campo de 2 puntos) se concederán 2 puntos.
 - Para cada tiro libre anotado se concederá 1 punto.
 - De cara a la **clasificación general**, si la hubiera:
 - **Victoria:** 3 puntos.
 - **Derrota:** 0 puntos.

4. PARTICIPANTES:

- Cada equipo estará formado por 5 jugadores (3 jugadores en cancha y 2 sustitutos/as).
- Cada pista de juego contará con un árbitro y un anotador.

5. CAMBIOS, SUSTITUCIONES Y TIEMPOS MUERTOS:

- Los **tiempos muertos** serán a reloj parado. Cada equipo dispondrá de 1 tiempo muerto de 30 segundos por partido. Cualquier jugador o sustituto puede solicitar el tiempo muerto en una situación de balón muerto antes de un check-ball o tiro libre.

- Las **sustituciones** se realizarán a reloj parado.

6. AMONESTACIONES:

- Un **jugador defensor** no debe agarrar, empujar, cargar, desviar o impedir el progreso de un oponente extendiendo su/s mano/s, brazo/s, codo/s, hombro/s, cadera/s, pierna/s, rodilla/s o pie/s fuera de su cilindro, provocando la pérdida del control del balón del jugador atacante.
- El jugador que cometa **4 faltas personales** quedará automáticamente **descalificado** en ese partido.
- Las **faltas personales** que se produzcan en situación de lanzamiento **dentro del arco** se penalizará con 1 tiro libre.
- Las **faltas personales** que se produzcan en situación de lanzamiento **fuera del arco** se penalizarán con 2 tiros libres.
- Las **faltas personales** que se produzcan y que en la misma acción el jugador que ha recibido la falta **consiga canasta** serán penalizadas con 1 tiro libre adicional.
- Las **faltas personales** que se produzcan cuando el equipo infractor se encuentra **en situación de bonus** se penalizarán con 2 tiros libres.
- Un equipo se encuentra en **SITUACIÓN DE BONUS** al cometer su **7ª falta personal**.
- A partir de que un equipo cometa su **10ª falta personal** (ésta incluida), las acciones serán penalizadas con **2 tiros libres y posesión**.
- Las faltas personales donde no haya acción de tiro ni penalización por bonus se pondrán en juego en la media cancha fuera del arco mediante un check-ball.
- Todas las **FALTAS TÉCNICAS** se sancionarán siempre con 1 tiro libre y posesión del balón; mientras que faltas antideportivas será con 2 tiros libres y posesión del balón. El partido deberá continuar con un check-ball en la parte superior del arco, después de una falta técnica o antideportiva.
- Nota: Una falta de equipo con control de balón (falta ofensiva) no será penalizada con tiros libres.

7. ESPECTADORES:

- En caso de no existir gradas, los **espectadores** deberán situarse en la banda contraria a los banquillos y fuera del campo. En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán estar los jugadores, entrenadores y delegados de campo.
- En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán permanecer los jugadores, entrenadores y delegados de equipo.

8. JUECES DE MESA:

- Los jueces de mesa deberán tener **silbato, cronómetro, marcador de mesa y tarjetas verdes ADS** que proporcionará el equipo local.
- En las **actas** se deberá reflejar el nombre del juez de mesa. En caso de no asistir el titular, se podrá pedir la colaboración de otra persona para desarrollar esa labor, siendo obligatorio que quede identificado en el acta, así como mandar el acta con esta incidencia al Comité de Competición ADS.

9. RECOMENDACIONES:

- Los entrenadores y responsables del equipo deberán dar ejemplo de buen comportamiento y fair play a la grada y a los propios participantes.

9) NORMATIVA FÚTBOL

9.1: BALONES:

Se utilizará el **balón** nº 4 para benjamín y alevín de fútbol-7 y el nº 5 para Fútbol-11.

9.2: CAMPO DE JUEGO:

Medidas aconsejables:

- **Campo de fútbol-7** son: **60 x 40 m.**, el área de portería 9 x 11 m. y las porterías serán de 6 x 2 m.
- **Campo de juego de Fútbol-11** es de aproximadamente de **105 x 65 m**, el área de penalti de 16,5 x 39,32 m y las porterías de 7,32 x 2,44 m.

9.3: DESARROLLO DEL ENCUENTRO:

- **Tiempo de juego:**

CATEGORÍAS	DISCIPLINA	DURACIÓN DE PARTIDOS
Benjamín	Fútbol 7	2 periodos de 20 minutos
Alevín	Fútbol 7	2 periodos de 25 minutos
Infantil	Fútbol 11	2 periodos de 30 minutos a reloj corrido, excepto cuando hay que avisar a los entrenadores de los equipos en los últimos 15 minutos de partido, para igualar los cambios
Cadete	Fútbol 11	2 períodos de 40 minutos, a reloj corrido, excepto cuando hay que avisar a los entrenadores de los equipos en los últimos 15 minutos de partido, para igualar los cambios.

- El **árbitro** puede rectificar una decisión suya antes de que se vuelva a reanudar el juego.
- Se aplica la **ley de la ventaja**, pudiéndose mostrar una tarjeta amarilla o roja después de la finalización de la jugada.
- Siempre habrá **balón a tierra** cuando el balón toca al árbitro y se produce alguna de estas tres situaciones:
 - a) entra en la portería.
 - b) cambia el equipo de posesión de balón.
 - c) da lugar al comienzo de un nuevo ataque.
- Cuando se produzca una falta dentro del terreno de juego, excepto en el área de penalti, el jugador defensor deberá situarse a una distancia mínima de 2 mts de donde se ponga el balón a tierra.
- Cualquier acción dentro del área donde el jugador atacante **controle el balón con la mano**, sea o no voluntariamente, y esto le ayude a marcar un gol, no tendrá validez.
- El portero no puede marcar **gol directo** desde su propia área. Tampoco será válido el gol marcado directamente de saque de centro del campo, ni de tiro libre directo desde su propio campo en ninguna categoría.
- En los **saques de banda**, el jugador defensor deberá situarse a una distancia mínima de 2 m. del jugador que saca. El saque mal efectuado se penalizará con posesión de balón para el equipo contrario.

- Si el jugador que saca de banda tira a dar a propósito a un jugador contrario, se sancionará con **tarjeta roja directa** y se reanudará el juego poniendo el balón a tierra en el lugar donde se produjo la acción a favor del equipo contrario.
- La **cesión al portero**:
 - En las **categorías benjamín y alevín** se sancionará con saque de banda, a la altura del campo dónde se haya dado el pase al portero.
 - En la **categoría infantil, en fútbol-11**, se sancionará con saque indirecto desde encima de la línea del área grande en el punto más cercano desde dónde se haya cometido la infracción.
 -
- La **colocación de la barrera** en fútbol-7 será a una distancia mínima de 6 m.
- **En F7 no existe fuera de juego.**
- El árbitro deberá **anotar en acta el dorsal** del goleador y **minuto** del mismo.

9.4: PARTICIPANTES:

- Podrán inscribirse en **ACTA** un máximo de 15 jugadores en F7 y 20 en F11. En ellas se apuntarán única y exclusivamente a los jugadores que están presentes, con sus dorsales correspondientes, que serán los que tienen que coincidir en las actas. Si un jugador no tiene dorsal, no puede participar en el partido.
- Si un jugador **no presenta la ficha sellada** por la A.D.S. o documento acreditativo de su personalidad, en cuyo caso se hará constar en el acta, no puede participar en el partido.
- Es obligatorio que los **entrenadores** presenten su ficha al árbitro y que firmen el acta antes del comienzo del encuentro, en prueba de conformidad de que los jugadores que presenta están acreditados para participar en el mismo. Si no hay entrenador, puede ejercer como tal cualquier otro responsable, anotando esta circunstancia y DNI de la persona.
- **Número mínimo de jugadores:**
 - En **F7**, para poder empezar un partido es de 6. Si en el transcurso del partido un equipo se quedase con menos de 5 jugadores, el partido se dará por finalizado, estando a expensas de lo que decida el Comité de Disciplina Deportiva.
 - En **F11** para poder comenzar un partido es de 7. Si en el transcurso del partido un equipo se quedase con menos de 7 jugadores, el partido se dará por finalizado, estando a expensas de lo que decida el Comité de Disciplina Deportiva.
- **En F7**, por baja, lesión etc., de alguno de los participantes durante el transcurso del partido, se podrá jugar con 5 jugadores/as.
- Todos los **inscritos en acta**, en todas y cada una de las categorías, deberán jugar durante el partido (a excepción de lo reglamentado en la categoría Cadete).
- Se podrá **incluir en acta a un jugador/a** que esté presente, hasta antes de comenzar la segunda parte. Una vez iniciada ésta no se podrá incluir a ningún jugador/a.

9.5: CAMBIOS, SUSTITUCIONES y TIEMPO MUERTO:

- En F7 los **CAMBIOS** son volantes, es decir, se pueden hacer con el balón en juego, pero siempre por el centro del terreno de juego. Se penalizará al jugador que entra al terreno de juego con tarjeta amarilla si antes no ha salido del campo su compañero. En F11 los cambios se realizarán cuando el balón no esté jugándose, por el centro del terreno de juego. En ambos casos se **avisará al árbitro**.
- Tanto en F7 como en F11, todo jugador sustituido **podrá volver a intervenir en el juego**.
- En F7 se dispondrá de un **TIEMPO MUERTO de 2 minutos por equipo y partido**. El árbitro concederá el tiempo muerto cuando el equipo solicitante esté en posesión del balón y el juego se encuentre parado. El partido se reanudará en el lugar donde se interrumpió el juego para concederlo.
- En **F11, cuando queden 15' para la finalización del partido**, deberá parar el mismo y dirigirse a

los entrenadores de los dos equipos y advertirles de que, si un/a jugador/a no ha participado en el partido, debe ingresar en el campo para jugar el resto del partido.

9.6: AMONESTACIONES:

1. Respecto a las tarjetas para las categorías **BENJAMÍN, ALEVÍN E INFANTIL** quedará establecido:
 - **1ª Tarjeta Amarilla** → amonestación.
 - **2ª Tarjeta Amarilla** → expulsión temporal de 5 minutos.
 - **Tarjeta Roja** → expulsión definitiva del encuentro.
 - La **expulsión por acumulación de tarjetas amarillas no** conlleva **sanción** posterior.
 - El jugador que sea expulsado con **tarjeta roja directa, por evitar ocasión manifiesta de gol, si no existe violencia** en la acción, **no conllevará sanción** en partidos posteriores.
2. En categoría **CADETE**, la **segunda tarjeta amarilla supondrá la tarjeta roja**, expulsando al jugador del partido.

9.7: ESPECTADORES:

En **F7**, los **espectadores deberán situarse en la banda contraria** (fuera del campo) **a los jugadores del banquillo y entrenador y/o delegado**.

9.8: RECOMENDACIONES:

- A partir de la categoría Infantil, es **recomendable el uso de espinilleras**.
- Los entrenadores y responsables del equipo deberán dar ejemplo de buen comportamiento y fair play a la grada y a los propios participantes.

10) NORMATIVA FÚTBOL SALA

10.1.: BALONES Y CAMPO DE JUEGO:

CATEGORÍAS	TAMAÑO DE BALÓN
Prebenjamín - Benjamín – Alevín	58 cm
Infantil – Cadete – Juvenil – Absoluta Femenina	62 cm

- Las medidas del campo de juego serán de 40x20 m y las porterías serán de 3x2 m.

10.2: DESARROLLO DEL ENCUENTRO:

- Los partidos podrán comenzarse con un **mínimo de 4 jugadores** en un equipo.
- Se penaliza la **cesión** en todas las categorías.

Remitida a **normativa de Federación**.

*“En todas las categorías, para que sea válido el **saque de puerta**, el portero lo realizará con la mano, no pudiendo pasar de forma directa al campo contrario, a menos que haya botado previamente en el propio campo o tocado en un jugador de campo. Solamente en la categoría juvenil masculina y absoluta femenina, el balón sí podrá pasar del medio del campo directamente en el saque de puerta. En el caso que juegue un equipo juvenil contra un equipo cadete, se aplicará la norma del resto de categorías, no pudiendo pasar de forma directa al campo contrario, a menos que haya botado previamente en el propio campo o tocado en un jugador de campo”.*

- En el caso de necesitar **penaltis** para deshacer un empate, se realizarán un mínimo de 3

lanzamientos.

10.3: PARTICIPANTES:

- Se abre la posibilidad de inscribir equipos femeninos. Si hay un mínimo de 5 equipos, habrá liga propia de **categoría femenina**.

10.4: CAMBIOS, SUSTITUCIONES Y TIEMPOS MUERTOS:

- En categoría benjamín y alevín, los **CAMBIOS** se pueden hacer con el balón en juego, pero siempre por el centro del terreno de juego. En categoría infantil, cadete y juvenil, los cambios se realizarán cuando el balón no esté jugándose, por el centro del terreno de juego. En ambos casos se **avisará al árbitro**.
- Se dispondrá de un **TIEMPO MUERTO** de 1 minutos por equipo y partido. El árbitro concederá el tiempo muerto cuando el equipo solicitante esté en posesión del balón y el juego se encuentre parado.

CATEGORÍAS	DURACIÓN DE PARTIDOS
Benjamín	2 periodos de 20 minutos
Alevín	2 periodos de 20 minutos
Infantil	2 periodos de 20 minutos
Cadete y Juvenil	2 periodos de 25 minutos

10.5: AMONESTACIONES:

- La **expulsión por acumulación de tarjetas amarillas** no conlleva sanción posterior.

10.6: ESPECTADORES:

- En caso de no existir gradas, los **espectadores** deberán situarse en la banda contraria a los banquillos y fuera del campo. En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán estar los jugadores, entrenadores y delegados de campo.

10.7: RECOMENDACIONES:

- Los entrenadores y responsables del equipo deberán dar ejemplo de buen comportamiento y fair play a la grada y a los propios participantes.

11) NORMATIVA VOLEIBOL Y MINIVOLEIBOL

11.1: BALONES y ALTURA DE RED:

- **El balón oficial de juego para la categoría de Minivoley es:**
 - Balón talla 4 MOLTEN 1500.
- **El balón oficial de juego para el resto de categorías es:**
 - Balón talla 5 MOLTEN 4000.

ALTURA DE LA RED*		
Categorías	Masculino	Femenina
Minivoley Benjamín	2,00 m	2,00 m
Minivoley Alevín	2,10 m	2,10 m
Infantil	2,24 m	2,10 m
Cadete	2,37 m	2,18 m
Juvenil	2,43 m	2,24 m
Absoluta	2,43 m	2,24 m

*Cuando se dispute un partido mixto, la altura de la red será la correspondiente a la categoría inferior de la modalidad masculina.

11.2: CAMPO DE JUEGO:

- Es obligatorio el uso del **MARCADOR** y **SILLA PARA EL JUEZ ÁRBITRO**. En caso de incumplimiento de alguna de estos puntos:
 - 1ª vez se amonestará al equipo.
 - 2ª vez se le dará el partido por perdido.
- Cada instalación de juego debe contar con un **LISTÓN** con las marcas de las diferentes alturas de la red según categorías, para facilitar el trabajo de los árbitros y evitar jugar con la red a alturas inadecuadas.
- **VARILLAS:** El lugar de paso del balón sobre la red estará delimitado por dos varillas situadas sobre las líneas laterales del campo.

11.3: DESARROLLO DEL ENCUENTRO:

- Antes de la hora de comienzo del partido, habrá un máximo de **10 minutos de calentamiento** en pista.
- Será obligatorio el **saludo oficial** de principio y final de partido, como marca el protocolo de saludo ADS.
- Es obligatorio que el número de **dorsal de la equipación** de todas/os las/os jugadoras/es, aparezca también, **en el pecho**.
- Las puntuaciones de los partidos serán:
 - Partido: 2-0:
 - o Victoria: 3 puntos
 - o Derrota: 0 puntos
 - Partido 2-1:
 - o Victoria: 3 puntos
 - o Derrota: 1 puntos
- Se permite **un tiempo muerto** por equipo y set.

11.4: PARTICIPANTES:

MINIVOLEIBOL (BENJAMÍN Y ALEVÍN):

- La **categoría benjamín** tendrá calendario de Liga si hay un mínimo de 5 equipos.
- Los **equipos** estarán compuestos por **4 jugadores/as** en campo; si un equipo solo puede inscribir en acta a **3 jugadores/as, podrá jugar el partido**. Con menos de tres en pista, ya sea al comienzo, como durante el encuentro, se considera al equipo como “no presentado”.
- La **categoría de minivoleibol (Benjamín y Alevín) será mixta** sin limitación alguna en función del género.
- Un jugador sólo podrá conseguir **3 puntos consecutivos con su saque**. Si esto ocurre, su equipo rota manteniendo el saque.

- El balón debe ser rechazado, pudiendo **el contacto** efectuarse con cualquier parte del cuerpo, **excepto con los pies**. Este contacto debe ser breve y simultáneo.
- Los jugadores de cada equipo deben colocarse, en el momento del servicio, con **tres delanteros y un zaguero**, que realizará el saque.
- Si uno de los equipos ha ganado los dos primeros sets, se podrá jugar **opcionalmente un tercer set**, si existe mutuo acuerdo. Aunque se juegue un tercer set opcional, este no deberá reflejarse en el resultado final del acta.
- **En la categoría benjamín y alevín**, subirán al marcador **DOS PUNTOS**, si el punto es precedido por una **jugada de tres toques**. Esta puntuación solo será válida si se consigue el punto directo o si se consigue que el balón sea tocado por un solo jugador del equipo contrario. El árbitro señalará esta circunstancia con dos dedos arriba levantando la mano.
- **Es recomendable** que en la categoría **Minivoley, tod@s l@ jugador@s jueguen los mismos puntos**, incluyendo en las rotaciones las “posiciones de banquillo”.

VOLEIBOL (A PARTIR DE INFANTIL):

- Se jugará con 6 jugadores/as. Se podrá **jugar con 5 jugadores/as** (3 delanteros y 2 zagueros). Con menos de 5 jugadores/as durante el desarrollo del encuentro, al equipo se le considerará como “no presentado”.
- A partir de categoría infantil no habrá restricciones por género, no obstante se realizan grupos femeninos si la inscripción lo hiciera posible (propia liga femenina con 5 o más equipos por categoría).
- La altura de la red, cuando haya algún jugador masculino será la correspondiente a lo establecido por el reglamento de la Federación Madrileña de Voleibol para las competiciones de la categoría en cuestión.
- Para la **disputa del tercer set** se sorteará campo y saque, jugándose a 15 puntos y realizando el cambio de campo a los 8 puntos de cualquiera de los dos equipos.

11.5: CAMBIOS, SUSTITUCIONES Y TIEMPOS MUERTOS:

- Se permite **un tiempo muerto** de 1 minuto por equipo y set.

11.6: AMONESTACIONES:

- **Durante los saques** ningún jugador inscrito en acta o integrante del cuerpo técnico realizará **ruido alguno o cántico** que pueda desconcentrar al jugador que realiza el saque.
- No estarán permitidas las **pérdidas de tiempo injustificadas**, en caso de producirse, se amonestará en la primera ocasión y en las siguientes y sucesivas se llevará a cabo la sanción.

11.7: ESPECTADORES:

- En caso de no existir gradas, los **espectadores** deberán situarse en la banda contraria a los banquillos y fuera del campo. En los banquillos y zonas cercanas a estos solo podrán estar los jugadores, entrenadores y delegados de campo.

11.8: RECOMENDACIONES:

- Los entrenadores y responsables del equipo deberán dar ejemplo de buen comportamiento y fair play a la grada y a los propios participantes.

12) NORMATIVA GENERAL DE DEPORTES INDIVIDUALES

12.1: Las **CONVOCATORIAS** serán enviadas al responsable de la web de la Comisión Técnica, con al menos con **15 días de antelación**. El municipio organizador deberá mandar un email recordatorio de la competición, con 15 días de antelación, a todos los servicios deportivos municipales dependientes de ADS.

12.2: El **PLAZO DE INSCRIPCIÓN** será de, al menos, de 7 días y el municipio organizador entregará los cuadros de competición, dorsales, etc., al menos, 4 días antes de la celebración de la competición.

12.3: TODAS LAS INSCRIPCIONES SE FORMALIZARÁN A TRAVÉS DE LOS SERVICIOS DEPORTIVOS MUNICIPALES, que las remitirán al Servicio Deportivo Municipal organizador dentro de los plazos establecidos. **No se aceptarán inscripciones** remitidas directamente por parte de clubes, centros educativos y demás entidades que no sean cualquiera de los 18 Servicios Deportivos Municipales que forman A.D.S.

12.4: Para que las inscripciones sean **válidas**, deberán reflejar todos los requisitos solicitados en la convocatoria.

12.5: Los deportistas que no presenten **LA LICENCIA DE A.D.S.** no podrán competir. Todos aquellos participantes que no pertenezcan a las categorías que engloba el programa de Deporte Infantil deberán presentar **la ficha de ADS sellada**. Cada municipio deberá realizar el **seguro médico** pertinente.

12.6: Las **bajas** en deportes individuales se deberán comunicar con una antelación de, al menos, 48 horas. En caso de no asistencia a la competición se podrán justificar para evitar la sanción.

12.7: Si una entidad o municipio tiene **más de un 20% de bajas** (este criterio sólo se tendrá en cuenta a partir de 10 deportistas) la **sanción** estará compuesta, por:

- **Apercibimiento**, en un primer instante.

- En la **siguiente** ocasión que se cometa una **infracción**, se establecerá, por parte del Comité de Competición de A.D.S, una sanción que impedirá la participación de ese deportista en la siguiente competición. Este criterio no se tendrá en cuenta en campo a través.

12.8: Los **organizadores de competiciones** deberán enviar al responsable de la web hasta el jueves posterior a la celebración del evento **resumen** del mismo (nota de prensa) y fotografías del mismo.

12.9: Los **RESULTADOS DE LAS COMPETICIONES** deberán ser **publicados** como muy tarde 15 días después de realizada la competición.

12.10: Para optar a una **clasificación final** sólo se podrá dejar de participar en una de las competiciones oficiales programadas para la temporada. Para la realización de la clasificación final se contabilizarán las puntuaciones obtenidas en el mínimo de pruebas requeridas.

12.11: Para las pruebas que lo necesiten, en la medida de lo posible, se entregará:

- Avituallamiento Líquido (agua)
- Avituallamiento Sólido (pieza de fruta)

13) NORMATIVA AJEDREZ

13.1. PRUEBAS:

Cada temporada se realizará una competición en **5 jornadas** en 5 municipios diferentes. Corresponderá al Municipio sede nombrar los **jueces-árbitros**, los cuales serán los encargados de todo lo concerniente con la organización de la competición.

13.2. SISTEMA DE COMPETICIÓN:

- **Emparejamiento por Sistema suizo a 5 rondas** en todas las categorías. En aquellas que no haya más de seis (6) participantes se realizará por sistema de liga.
- En las categorías infantil y cadete, en caso de que la inscripción a un torneo sea de 5 o menos inscritos, se juntarán ambas en un único torneo. De cara al ranking, se establecerán clasificaciones separadas.

13.3. PARTICIPANTES:

- **La participación está limitada a deportistas NO FEDERAD@S.** Tod@s ell@s deberán estar en posesión de la **Licencia de A.D.S.**
- La **participación** quedará limitada a un máximo de 100 jugadores (35 participantes por municipio aproximadamente), con un tope de 5 participantes por categoría. No obstante, el municipio organizador podrá variar estas cifras a tenor de la inscripción total recibida. Si algún municipio no llega a su tope de inscripción, se podrá completar con inscripciones de otros municipios.
- A efectos de emparejamiento por sistema suizo, los jugadores serán ordenados **por rating ELO de la Federación Internacional y/o Española de Ajedrez**, si lo tuvieran. Quienes no lo tengan, serán ordenados de acuerdo con lo especificado por cada delegado, teniendo en cuenta la organización en lo posible, los resultados obtenidos en análogas competiciones.
- Se establecen las siguientes categorías:
 - Prebenjamín mixto.
 - Benjamín mixto.
 - Alevín mixto.
 - Infantil mixta.
 - Cadete mixta.

13.4. COMPETICIONES:

- El **comienzo** de las sesiones de juego será a las **10:30 horas**.
- **Ritmo de Juego:** 15 minutos por jugador para toda la partida, con incremento de 5 segundos por movimiento realizado, al que se aplicarán las Leyes del Ajedrez con las específicas para ajedrez rápido (10 a 60 minutos).
- **Puntuación en cada partida:**
 - **Ganador:** 1 punto.
 - **Tablas:** 0,5 puntos.
 - **Perdedor:** 0 puntos.
- La clasificación se obtendrá según el número de puntos que los participantes hayan acumulado en sus respectivas partidas al final del torneo.
- Será **eliminado** aquel jugador que tenga **dos incomparecencias**. También podrá eliminarse al jugador inscrito que no se haya presentado a jugar la primera ronda salvo que exista aviso de que acudirá a jugar la segunda.

13.5. DESEMPATES:

- En caso de **empates a puntos**, el desempate será aplicado por los siguientes criterios, en el siguiente orden:
 1. Bucholz (exceptuando peor puntuación).
 2. Bucholz total.
 3. Piezas Negras.
 4. Sorteo.

13.6. RANKING:

- Se establecerá un Ranking general en cada jornada, con la siguiente puntuación:

PUESTO*	PUNTOS		PUESTO*	PUNTOS
1º	20		6º	10
2º	18		7º	8
3º	16		8º	7
4º	14		9º	6
5º	12		10º	5

* Desde el puesto 11º y por el hecho de participar en cada jornada, supondrá la obtención de 1 PUNTO para la clasificación final de la competición.

13.7. PREMIOS:

- En cada competición se otorgarán medallas a los **tres primeros clasificados** de cada una de las categorías, tanto en modalidad femenina como en la masculina, establecidas en la normativa de Deportiva Infantil.
- A su vez, en la última jornada también se entregarán trofeos a los tres primeros clasificados en cada una de las categorías.

14) NORMATIVA ATLETISMO

14.1: PRUEBAS:

- Cada temporada se realizarán **dos pruebas Indoor, Dos pruebas de Carrera y dos de Concursos**, preferentemente en viernes y en horario de tarde. Las pruebas de pista se guiarán por el siguiente cronograma aproximado:
 - 1ª prueba Atletismo Indoor (hasta diciembre-enero).
 - 2ª prueba Atletismo Indoor (hasta diciembre-enero).
 - 1ª prueba Control de concursos: Marzo-Abril.
 - 2ª prueba Control de Carreras: Abril-Mayo.
 - Final de Concursos: Mayo.
 - Final de Carreras: Mayo-Junio.

➤ **Concursos (dos pruebas).**

- **Prebenjamín** (Masculino y Femenino): Salto de Longitud y Lanzamiento de Jabalina-Wortex.
- **Benjamín** (Masculino y Femenino): Salto de Longitud y Lanzamiento de Jabalina-Wortex.
- **Alevín** (Masculino y Femenino): Lanzamiento de Peso (2 Kg.), Salto de Longitud y Salto de Altura.
- **Infantil** (Masculino y Femenino): Lanzamiento de Peso (3 Kg.), Salto de Longitud y Salto de Altura.

- **Cadete** (Masculino y Femenino): Lanzamiento de Peso (3kg Fem – 4 kg Mas.), Salto de Longitud y Salto de Altura.

➤ **Carreras (dos pruebas).**

- **Prebenjamín** (Masculino y Femenino): **50 metros lisos - 300 metros lisos.**
- **Benjamín** (Masculino y Femenino): **50 metros lisos - 600 metros lisos.**
- **Alevín** (Masculino y Femenino): **60 metros lisos - 600 metros lisos.**
- **Infantil** (Masculino y Femenino): **80 metros lisos - 1.000 metros lisos.**
- **Cadete** (Masculino y Femenino): **100 metros lisos - 1.000 metros lisos.**

14.2: ORGANIZACIÓN:

- **1 Juez Árbitro** además de los distintos jueces de cada prueba formados por A.D.S.
- **Megafonía.**
- Se deberá utilizar **cinta métrica en los concursos.**
- Se tomarán **todos los tiempos y mediciones** correspondientes en todas las pruebas, **publicando las clasificaciones, al menos, de los 10 primeros** en la web además de enviar esas clasificaciones a los municipios participantes, como máximo a los 15 días de la finalización de la prueba.

14.3: PARTICIPANTES:

- **Podrán participar deportistas NO FEDERADOS.** Todos los participantes deberán estar en posesión de la **Licencias de A.D.S.** debidamente cumplimentada. Cada municipio tendrá que realizar una **inscripción previa** de los atletas que van a participar. Esta información deberá aparecer en las **convocatorias**, así como la fecha límite de inscripción.
- Se deberá **confirmar la asistencia** hasta media hora antes del comienzo de la competición para eliminar las bajas, en la recogida de dorsales. **No se admitirán inscripciones el día de la prueba.**
- Si existen **dorsales** para los atletas, se llevarán en el pecho.
- En las **Finales de Atletismo de A.D.S.** cada atleta podrá participar en cuantas pruebas desee, pero la organización no podrá garantizar que el cronograma de competición permita dichas participaciones, y en cualquier caso no se esperará ni se cambiará el orden de las pruebas para facilitar la participación de atletas en varias pruebas.

14.4: DESARROLLO DE LAS PRUEBAS:

- En las carreras **superiores a los 100 metros lisos** se realizarán **finales directas** con salidas libres conjuntas.
- En las **carreras de velocidad** que necesiten realizarse series, se clasificarán para la final, directamente, los 6 u 8 mejores tiempos de las series, según la instalación.
- Se permitirá únicamente una **salida nula** por corredor, si algún atleta realizase 2 salidas nulas será descalificado.

15) NORMATIVA BÁDMINTON

15.1: PRUEBAS: Durante la temporada se realizarán las siguientes pruebas:

➤ **Circuito Individual:**

- **3 pruebas** clasificatorias en categoría **Minibenjamín mixto-Benjamín-Alevín.**

- **3 pruebas** clasificatorias en categoría **Infantil-Cadete-Juvenil**.
- **1 Final** dónde participarán **todas las categorías**.

➤ **Circuito de Dobles:**

- Las modalidades de las categorías **Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil** serán **Dobles Masculino, Dobles Femenino y Dobles Mixto**.
- Se realizará una **competición de dobles previa** a la Final.
- Para la **Final de Dobles**, si fuera necesario, se dividirá en **dos sedes o turnos distintos**.
- **Jugadores:**
 - Un jugador inscrito en una determinada categoría **no podrá inscribirse en otra en la misma prueba**, aunque cumpla con los requisitos de edad.
 - **Un jugador no podrá disputar** el circuito y la competición de Dobles en **dos categorías distintas en la misma jornada**.
 - **Un jugador podrá disputar** una modalidad de dobles en una categoría y la otra modalidad de dobles en otra categoría distinta. **No pudiendo jugar en la misma modalidad en categoría distintas**. Ej: *podrá jugar el doble masculino en alevín y el dobles mixto en infantil, pero no podrá jugar el dobles masculino en las categorías alevín e infantil.*

15.2: PARTICIPANTES:

- Todos los participantes deberán estar en **posesión de la licencia de A.D.S.** debidamente cumplimentada, **no pudiendo participar jugadores federados**.
- Podrán competir los **juveniles de 3er año**.
- Se convocará a la categoría **Minibenjamín para la Final ADS** siempre que haya un mínimo de 12 inscripciones.

15.3: CATEGORÍAS:

- **Modalidad Individual y Dobles:** Minibenjamín (individual), Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil.

15.4. DESARROLLO DE LOS PARTIDOS:

- Se **recomienda el marcaje de 9 pistas** para agilizar la competición, siendo 7 el número mínimo.
- Los **partidos** se disputarán al mejor de tres sets de 21 puntos en todas las categorías, excepto en la categoría benjamín, que se jugará al mejor de un set. **En caso de falta de tiempo** y espacio, con el objetivo de la competición no se alargue demasiado, la organización podrá decidir si los partidos se juegan a un solo set de 21 puntos en la fase de grupos y en cuartos de final. En todo caso, las finales deberán jugarse al mejor de 3 sets.
- Los **cuadros** podrán ser modificados por la organización antes del comienzo de la prueba, respetando los cabezas de serie y para reagrupar a los jugadores, intentando que, en la medida de lo posible, los grupos estén formados por 3 jugadores, como mínimo.
- Las **bajas** de los deportistas deberán ser comunicadas, al organizador, al inicio de la prueba.
- Los **grupos** deberán estar compuestos por 3 jugadores/parejas de tal manera que uno de ellos lleve el marcador y el formato será de liguilla entre ellos.
- En el caso de que en una categoría sólo se hayan inscrito 4 jugadores, se podrá elaborar un **grupo único con 4 jugadores**.
- La organización tendrá que gestionar el orden de partidos para que **un jugador juegue, como mínimo, dos partidos**. Permitted, for this case, the dispute of encounters of consolation.

- En categorías **con 4 grupos o menos**, se podrá clasificar a los dos primeros de cada grupo a la siguiente fase final. En categorías **con 5 o más grupos**, sólo se clasificará el primero de cada grupo. En ambos casos, se deberá respetar los cabezas de serie.
- A la hora de elaborar los grupos, será obligatorio, siempre que el número de participantes lo permita, que se agrupen **jugadores de distintos municipios** en un mismo grupo, evitando que jugadores de un mismo municipio compitan en un mismo grupo.
- Los cuadros se elaborarán respetando los **cabezas de serie** de la clasificación de la presente temporada o de la temporada anterior para confeccionar los cuadros de la primera prueba.
- En todas las competiciones de bádminton ADS debe haber **marcadores** en cada uno de los partidos.

15.5. SISTEMA DE PUNTUACIÓN:

• Campeón	10 puntos.
• Subcampeón:	8 puntos.
• Semifinalistas o previas:	6 puntos.
• Cuartos de Final o previas:	4 puntos.
• Octavos de Final o previas:	3 puntos.
• Partido Ganado en Fase de Grupos:	2 puntos.
• Participación en Fase de Grupos:	1 punto.
• No presentado:	0 puntos.

- Se considerará **previas de una determinada fase**, aquel cuadro de previas que tiene como máximo la mitad de partidos que tiene esa fase (Ej: Previa de Semifinales serán como máximo 2 partidos previos, tres previas en semifinales se catalogarán como cuartos de final).
- Para **deshacer los empates en la Clasificación Final**, se seguirá el siguiente orden:
 1. se tendrá en cuenta aquel jugador que haya puntuado en las 3 pruebas.
 2. En caso de persistir el empate, se tendrá en cuenta la puntuación obtenida en la última prueba.
 3. Si todavía éste persistiese, se tendrá en cuenta una puntuación mayor en cualquiera de las dos primeras pruebas.
- Sólo los **12 mejores jugadores de la clasificación general podrán disputar la Final**. En caso de que un jugador clasificado entre los 12 primeros no pudiese asistir a la final se clasificaría el siguiente de la clasificación y así sucesivamente.

15.6: VOLANTES:

Los volantes serán proporcionados por la Comisión Técnica de A.D.S. Cada prueba contará con 6 botes del modelo YONEX Mavis 300, velocidad azul y color amarillo o superior

15.7: PREMIOS:

Se entregarán **medallas a los 3 primeros clasificados (1º, 2º y dos 3ºs)** en todas las competiciones y en la prueba final individual, además, se entregarán los **trofeos a los 3 primeros** clasificados del ranking final.

15.8: PROMOCIÓN:

Cada jugador deberá puntuar en, al menos, 2 competiciones para poder asistir a la Fase Zonal.

15.9: INDUMENTARIA:

- Será **obligatorio el uso de ropa deportiva**. Obligatorio el uso de prenda corta (pantalón o falda) y camiseta.

16) NORMATIVA CAMPO A TRAVÉS

Obligatoriedad de presencia de **dos ambulancias medicalizadas** y vehículos de transporte tanto en sectores como en Final ADS.

16.1: PRUEBAS:

La competición se desarrollará en 2 FASES:

➤ **1ª FASE: SECTORES**

- **PARTICIPACIÓN:** podrán participar todos aquellos niños/as en edad escolar y que pertenezcan a Centros Escolares o de Secundaria de la zona A.D.S.
- **SECTORES:** los municipios se distribuirán en **4 sectores**, participando cada colegio e instituto, únicamente, en el sector asignado a su municipio. Cada municipio podrá **inscribir como máximo 300 atletas**, excepto los municipios organizadores que no tendrán límite de inscripción.
 - **Sector 1: Colmenarejo**, San Lorenzo de El Escorial, El Escorial, Valdemorillo y Galapagar.
 - **Sector 2: Morzarzal** y, Manzanares El Real, El Boalo-Cerceda-Mataelpino, Hoyo de Manzanares, Torrelodones.
 - **Sector 3: Navacerrada**, Alpedrete, Becerril de la Sierra y Collado Mediano.
 - **Sector 4: Los Molinos**, Collado Villalba, Cercedilla y **Guadarrama (Final ADS)**.

Los sectores deberán desarrollarse observando el **15 de noviembre** como fecha máxima para su celebración.

CATEGORÍAS Y DISTANCIAS APROXIMADAS		
CATEGORÍAS	SECTORES ADS	FINAL ADS
Minibenjamín Masc y Fem	600 m	600 m
Benjamín Masc y Fem	1.000 m	1.000 m
Alevín Masc y Fem	1.200 m	1.500 m
Infantil Masc y Fem	1.500 m	2.000 m
Cadete Masc y Fem	2.000 m	2.500 m

· **CLASIFICACIÓN Y PREMIOS:**

- **Individual:** medalla a los 3 primeros.
- **Equipos:** puntúan los cuatro primeros clasificados de cada centro. Trofeo a los 3 primeros en cada categoría y medalla para los seis primeros corredores de cada uno de ellos. En caso de empate en las clasificaciones de equipo, quedará por delante el equipo cuyo 4º clasificado tenga una mejor clasificación.

➤ **2ª FASE: FINAL ADS**

· **PARTICIPACIÓN:** Tendrán **acceso a la FINAL ADS** los 20 primeros clasificados individuales y los tres primeros equipos por categoría y sector. Los equipos estarán compuestos por 6 corredores o tantos como miembros tengan entre los 20 primeros clasificados de la clasificación individual.

- **FECHA DE CELEBRACIÓN:** la final de A.D.S. deberá celebrarse, al menos, un mes antes que la Final Autonómica.
- **HORARIOS y RECEPCIÓN DE LOS PARTICIPANTES:**
 - Categorías **Prebenjamín, Benjamín y Alevín: hasta las 10:15 h.**
 - Categorías **Infantil y Cadete: hasta las 11:30 h.**

- La Salida de cada una de las carreras se realizará una vez terminada la prueba anterior.

➤ **3ª FASE: CAMPEONATO AUTONÓMICO:**

- Los criterios de clasificación para Campeonato Autonómico de Madrid se establecerán en función del reglamento establecido cada temporada por la Comunidad de Madrid.
- Se nombrará un número determinado de reservas, que pasarán a ser titulares en caso de producirse la baja de un seleccionado, por orden de preferencia.

16.2: AVITUALLAMIENTO:

- El **avituallamiento** será únicamente líquido y estará compuesto por agua.
- Los municipios organizadores de las pruebas, tanto de los sectores como de la final, deberán señalar en la convocatoria que, en el caso de que se vaya a entregar otro avituallamiento líquido, **los centros educativos participantes**, serán los **responsables de controlar** a aquellos corredores, que por motivos de alergias o cualquier otra causa, no deseen ingerirlo, ya que la ingesta de dicho avituallamiento tendrá carácter completamente voluntario.

17) NORMATIVA GIMNASIA RÍTMICA

NIVEL	PRUEBAS
DEBUTANTES	3 pruebas de Conjuntos: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa ADS Conjuntos.
	3 pruebas Individual: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa A.D.S. Individual.
ESCUELAS	3 pruebas de Conjuntos: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa ADS Conjuntos.
	3 pruebas Individual: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa A.D.S. Individual.
INICIACIÓN	3 pruebas de Conjuntos: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa ADS Conjuntos.
	3 pruebas Individual: - 1ª Fase (1 aparato – 1º aparato). - 2ª Fase (1 aparato – 2º aparato). - Copa A.D.S. Individual (2º aparato).
NIVEL ÚNICO	3 pruebas Dúos y Tríos: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa A.D.S. Dúos y Tríos.
ESCUELAS DE BASE	4 exhibiciones: 1 prueba por municipio o entidad.
GIMNASIA ADAPTADA	Para deportistas con algún tipo de discapacidad intelectual o motriz. 3 pruebas de Conjuntos, Individuales, Dúos o Tríos: - 1ª Fase. - 2ª Fase. - Copa ADS.

17.1: PARTICIPANTES:

- Todas las participantes deberán estar **en posesión de la licencia de A.D.S.** debidamente cumplimentada, con el **sello del municipio y el de A.D.S.** indicando, en la misma, la **categoría** que les corresponde por su edad.
- En las **hojas de inscripción de los conjuntos** deberá aparecer el nombre y apellidos de las gimnastas, su categoría y su nivel, indicando si una gimnasta en un conjunto tiene

un nivel inmediatamente superior. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente superior de Debutantes e Iniciación es el nivel inmediatamente superior de Escuelas. La **ausencia** de cualquiera de **estos datos** se **sancionará** con la actuación de la gimnasta o conjunto en la primera posición a la hora de competir.

- **No podrán participar gimnastas federadas de serie preferente ni nivel prenatal, ni aquellas que hayan estado federadas en estos niveles en las dos temporadas anteriores.** Por lo que no es posible la **inscripción de gimnastas** que hayan participado en las **dos temporadas anteriores** a la actual en: **Campeonatos de la Serie Preferente** de la Federación Madrileña de Gimnasia, **Campeonatos de Prenacional o Campeonatos Nacionales de Base.**
- Las **gimnastas que en la temporada anterior hayan participado en el nivel Iniciación** de la Federación Madrileña de Gimnasia, **y hayan ascendido al nivel Prenacional, no podrán participar en ninguno de los niveles** de las competiciones de la Agrupación Deportiva de la Sierra.
- Una **gimnasta** sólo podrá **tener licencia de deportista por una entidad**, no pudiendo tener dos licencias de deportista por entidades o municipios distintos. Por lo que, una **gimnasta no podrá competir por dos municipios o entidades diferentes en una misma temporada**, ni en individual, dúos o tríos ni en conjuntos. Tampoco podrá competir en individual, dúos o tríos con un municipio o entidad y formando parte de un conjunto de otro municipio o entidad.
- **En Nivel Debutantes Modalidad Individual:** Las **gimnastas que sobrepasen** en la 1 y 2ª fase **más de 2 puntos la nota media de su correspondiente categoría/grupo**, no subirán a pódium por considerarse que pertenecen al nivel Escuelas, y no podrán sumar nota para la clasificación final ni volver a participar en esta competición. **No harán media las puntuaciones por debajo de 10 puntos en manos libres, o de 8 puntos en los ejercicios con aparato.**
- **En Nivel Debutantes Modalidad Conjuntos:** Las **gimnastas que sobrepasen** en la 1 y 2ª fase **más de 3 puntos (manos libres) o 3,5 puntos (aparato) la nota media de su correspondiente categoría/grupo**, no subirán a pódium por considerarse que pertenecen al nivel Escuelas, y no podrán sumar nota para la clasificación final ni volver a participar en esta competición. **No harán media las puntuaciones por debajo de 10 puntos en manos libres, o de 8 puntos en los ejercicios con aparato.**
- **En Nivel Escuelas Modalidad Individual:** Las **gimnastas que sobrepasen** en la 1 y 2ª fase **más de 2,5 puntos la nota media de su correspondiente categoría/grupo**, no subirán a pódium por considerarse que pertenecen al nivel Iniciación, y no podrán sumar nota para la clasificación final ni volver a participar en esta competición. **No harán media las puntuaciones por debajo de 10 puntos en manos libres, o de 8 puntos en los ejercicios con aparato.**
- **En Nivel Escuelas Modalidad Conjuntos:** Las **gimnastas que sobrepasen** en la 1 y 2ª fase **más de 3 puntos (manos libres) o 3,5 puntos (aparato) la nota media de su correspondiente categoría/grupo**, no subirán a pódium por considerarse que pertenecen al nivel Iniciación, y no podrán sumar nota para la clasificación final ni volver

a participar en esta competición. **No harán media las puntuaciones por debajo de 10 puntos en manos libres, o de 8 puntos en los ejercicios con aparato.**

- **Ascensos de nivel en la modalidad Individual y en los niveles de Debutantes y Escuelas:** aquellas gimnastas clasificadas en las primeras posiciones de la clasificación final de la Copa de Gimnasia Rítmica ascenderán al nivel inmediatamente superior siguiendo los siguientes criterios. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente superior de Debutantes e Iniciación es el nivel inmediatamente superior de Escuelas.
 - **Categorías con menos de 3 participantes: no es obligatorio que se produzca el ascenso de la gimnasta** clasificada en primera posición. El ascenso se podrá realizar a criterio de la entrenadora.
 - **Categorías de 3 a 6 participantes:** ascenderá de nivel la **gimnasta clasificada en primera posición** de la clasificación general.
 - **Categorías de 7 a 12 participantes:** ascenderán de nivel las **dos gimnastas clasificadas en las dos primeras posiciones** de la clasificación general.
 - **Categorías con más de 13 participantes:** ascenderán de nivel las **tres gimnastas clasificadas en las tres primeras posiciones** de la clasificación general.

- **Ascensos de nivel en la modalidad Conjuntos y en los niveles de Debutantes y Escuelas:** aquellos **conjuntos clasificados en la primera posición**, en sus respectivas categorías, **de la clasificación final de la Copa de Gimnasia Rítmica ascenderán al nivel inmediatamente superior**. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente superior de Debutantes e Iniciación es el nivel inmediatamente superior de Escuelas. Para que las **gimnastas de un conjunto de la categoría perteneciente a un determinado nivel** estén obligadas a **subir al nivel inmediatamente superior** deberán participar en la competición, y en esa categoría, un **mínimo de 2 conjuntos**.

- Aquellas **2 gimnastas individuales** que en la **clasificación final de la suma de las dos fases** quedaron en **los dos últimos lugares en los niveles Iniciación y Escuelas podrán descender al nivel inmediatamente inferior en la temporada siguiente**, siempre y cuando, hayan sido puntuados. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente inferior de Iniciación y Debutantes es el nivel inmediatamente inferior de Escuelas.

El **descenso o la permanencia en ese nivel** se podrá realizar a criterio de la entrenadora.

Solo estará permitido el descenso de un solo nivel.

Esta norma **no se aplicará para gimnastas no presentadas o que causen baja y tampoco será de aplicación si no hay un mínimo de 6 gimnastas** en esa categoría.

- Aquellos **conjuntos** que en la **clasificación final de la suma de las dos fases** quedaron en **el último lugar en los niveles Iniciación y Escuelas podrán descender al nivel inmediatamente inferior en la temporada siguiente**, siempre y cuando, hayan sido puntuados. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente inferior de Iniciación y Debutantes es el nivel inmediatamente inferior de Escuelas.

El **descenso o la permanencia en ese nivel** se podrá realizar a criterio de la entrenadora.

Solo estará permitido el descenso de un solo nivel.

Esta norma **no se aplicará para conjuntos no presentadas o que causen baja y tampoco será de aplicación si no hay un mínimo de 4 conjuntos** en esa categoría.

- Los organizadores de las competiciones de los **niveles de Debutantes y Escuelas** deberán incluir en la memoria el listado nominal de las componentes de los conjuntos y gimnastas campeones.
- Ninguna gimnasta de los niveles Debutantes, Escuelas e Iniciación podrá **formar parte de un Conjunto de Escuela de Base**.
- Las gimnastas que hayan participado en alguna **competición de nivel de promoción** organizada por la Federación Madrileña de Gimnasia **no podrán inscribirse** en ninguna de las **competiciones organizadas por A.D.S**, ni a título individual ni como parte de un conjunto. **Ni tampoco las gimnastas que hayan ascendido desde el nivel Iniciación al nivel Prenacional o Nacional Base**.
- Las **gimnastas que participen en cualquier tipo de competición** organizada por la Federación Madrileña de Gimnasia en el **nivel de Iniciación** podrán participar en el nivel de Iniciación de A.D.S, **no estando permitida su participación en los niveles de Escuelas y Debutantes**, ni a título individual ni como parte de un conjunto. Salvo excepciones aceptadas en la formación de los conjuntos indicadas en el apartado “u” de este documento.
- Las **gimnastas que participen en cualquier tipo de competición** organizada por la Federación Madrileña de Gimnasia en el **nivel de Escuelas**, podrán participar en el nivel de Escuelas de A.D.S, **no estando permitida su participación en el nivel Debutantes**, ni a título individual ni como parte de un conjunto. Salvo excepciones aceptadas en la formación de los conjuntos indicadas en el apartado “u” de este documento.
- Las **gimnastas que participen en cualquier tipo de competición** organizada por la Federación Madrileña de Gimnasia en el **nivel de Debutantes** podrán **participar en ese mismo nivel** en A.D.S.
- En la **modalidad de Conjuntos**, una gimnasta sólo podrá participar en un conjunto, no pudiendo aparecer en la alineación de dos conjuntos distintos, independientemente sean de los niveles Debutantes, Escuelas e Iniciación.; si existiese participación en dos conjuntos de la misma o distinta categoría, se considerará **alineación indebida**.
- En un **conjunto de nivel Debutantes o Escuelas se permite la inscripción**, como máximo, de una gimnasta del nivel inmediatamente superior. Entendiendo que Escuelas es el nivel inmediatamente superior de Debutantes e Iniciación es el nivel inmediatamente superior de Escuelas.
- Si una **gimnasta de nivel Debutantes participa en un conjunto de nivel Escuelas**, deberá, obligatoriamente, inscribirse en nivel Escuelas en la competición individual a partir del momento en que ocurra este hecho. Por lo que pasará a ser de nivel Escuelas para las competiciones que queden por desarrollarse.
- Si una **gimnasta de nivel Escuelas participa en un conjunto de nivel Iniciación**, deberá, obligatoriamente, inscribirse en nivel Iniciación en la competición individual a partir del momento en que ocurra este hecho. Por lo que pasará a ser de nivel Iniciación para las competiciones que queden por desarrollarse.

- Si una **gimnasta de nivel Iniciación participa con un conjunto de nivel Escuelas**, estará obligada a inscribirse en nivel Iniciación en la competición individual.
- Si una **gimnasta de nivel Escuelas participa con un conjunto de nivel Debutantes**, estará obligada a inscribirse en nivel Escuelas en la competición individual.
- La **modalidad Dúos y Tríos** está dentro de la competición individual, por tanto, una gimnasta no podrá participar en las dos modalidades de un modo simultáneo. **La participación en una modalidad limita la inscripción de la otra.**

17.2: DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN:

- a. En **todas las modalidades**, los **aparatos** serán los que dicte la **normativa de la Federación Madrileña de Gimnasia para la Serie Básica y para competiciones de gimnasia adaptada a personas con discapacidad**. En alguna de las fases de las distintas modalidades o categorías los aparatos podrán ser diferentes a los que dicte esta normativa.
- b. En la modalidad de **Conjuntos de los niveles Debutantes y Escuelas** se permitirá, como **excepción**, la participación de una gimnasta del nivel inmediatamente superior, siendo obligatorio indicar esta excepción en la inscripción del equipo, pudiendo ser sancionado con la expulsión si no se comunica el hecho.
- c. El **Sorteo y Orden de Actuación** deberán ser enviados, como mínimo, con 15 días de antelación a las entidades participantes.
- d. La **Convocatoria** deberá ser enviada un mes antes de la celebración de la competición conforme a los plazos y modelos establecidos.
- e. **Todas las inscripciones se formalizarán a través de los Servicios Deportivos Municipales**, que las remitirán al Servicio Deportivo Municipal organizador dentro de los plazos establecidos. No se aceptarán inscripciones remitidas directamente por parte de clubes, centros educativos y demás entidades que no sean cualquiera de los 18 Servicios Deportivos Municipales que forman A.D.S.
- f. Con relación a las **incidencias de Inscripción**, cuando esta sea debida al municipio que inscribe, el conjunto o gimnasta actuarán los primeros. Cuando sea debida al organizador, el conjunto o gimnasta actuarán al final.
- g. Las **fichas de los deportistas y la documentación relativa a la inscripción** deberán ser **entregadas al inicio del descanso del siguiente bloque de competición**. En caso de **no ser entregada la ficha de deportista en el plazo fijado en normativa, la gimnasta actuará fuera de competición**.
- h. La **música** se entregará obligatoriamente **en formato MP3** y deberá ser enviada por correo electrónico al organizador de la competición, al menos con 7 días de antelación a la fecha fijada para el desarrollo de la competición. El nombre de la pista deberá nombrarse de la siguiente manera:

Individuales: Orden de Paso, Nombre y Apellidos de la Gimnasta, Categoría, Aparato y Entidad

Ej: 32_AlmudenaCidTostado_Benjamín_Pelota_SL.mp3

Conjuntos: Orden de Paso, Municipio_Equipo_Categoría_Aparato.mp3

Ej: 32_San Lorenzo_A_Cadete_ArosPelotas.mp3

- i. En las **Competiciones** se realizará **un desfile antes de la entrega de medallas con las gimnastas y conjuntos que deber subir al pódium**, pudiendo participar en él todas las gimnastas participantes.
- j. En las **Exhibiciones de Escuelas de Base no está permitida la participación de conjuntos de los niveles Debutantes, Escuelas e Iniciación**. Los conjuntos que participen en la exhibición de Escuelas de Base deberán estar compuestos por un mínimo de 8 gimnastas. Si el municipio tuviese problemas para poder respetar esta regla, bien por el número de gimnastas que puede aportar a los conjuntos o por el nivel de las mismas, el Técnico de Deportes del municipio podrá hacer una petición a la Comisión Técnica de A.D.S. para que sea valorada la posibilidad de participar con un conjunto compuesto por menos de 8 gimnastas. Será el responsable de Gimnasia Rítmica de la Comisión Técnica de A.D.S. el que permita la actuación de un conjunto con un número de gimnastas inferior a 8.

17.3: TROFEOS:

- a. Se entregarán **MEDALLAS** en las distintas fases y en la Copa A.D.S. a las tres primeras gimnastas clasificadas y a los tres primeros conjuntos.
- b. Se entregarán **MEDALLAS** a las 3 primeras gimnastas y los tres primeros conjuntos de la clasificación general (suma 1ª y 2ª fase).
- c. En las **exhibiciones de escuelas de base** no se entregarán trofeos, en esta ocasión se entregarán recuerdos a las gimnastas participantes.

17.4: CLASIFICACIONES:

- a. Cada fase contará con su propia **clasificación independiente**. Una vez disputadas las dos fases, se establecerá una **clasificación final**, resultante de la suma de las notas de las clasificaciones de ambas fases.
- b. Para que un **conjunto pueda puntuar en la clasificación final** (suma de ambas fases) debe estar **compuesto por las mismas gimnastas, incluyendo a la gimnasta suplente**. Si un **conjunto cambiase a 1 gimnasta del conjunto o a la gimnasta suplente, en alguna de las dos fases, se considerarán como dos conjuntos distintos**. En los **conjuntos con una gimnasta suplente inscrita, esa gimnasta podrá participar en una de las dos fases**, sin que ese conjunto se convierta en un conjunto distinto, por lo que se entenderá que el conjunto está compuesto por las mismas gimnastas.

17.5: SANCIONES:

- a. La sanción que se podrá aplicar a un municipio o una entidad, estará compuesta, por un **apercibimiento**, en un primer instante, y, en la siguiente ocasión que se cometa una infracción, se establecerá, por parte del Comité de Competición de A.D.S, una sanción que podría llegar a impedir la participación de un conjunto o gimnasta en esa temporada o, incluso, en la siguiente temporada. La **sanción estará en vigor un año**.
- b. En el caso que en un **conjunto exista una o más gimnastas de nivel Preferente o Prenacional o gimnastas que hayan ascendido desde el nivel Iniciación a nivel Prenacional**, se considerará alineación indebida y ese conjunto no podrá participar en la competición o se eliminará la nota que pudiera haber obtenido.

17.6: COPA A.D.S.:

- a. **Se clasificarán**, para la disputa de la Copa A.D.S. **entre el 70% y el 60% de las gimnastas o conjuntos de cada categoría y cada nivel** clasificados en las primeras posiciones **tras la publicación oficial de la clasificación final de la suma de la 1ª y la 2ª fase**.
- b. Este porcentaje se establecerá **en función del número de gimnastas o conjuntos en cada uno de los niveles y categorías**, de tal forma que permita un **reparto homogéneo** de conjuntos y gimnastas clasificadas **en cada uno de los niveles y categorías**.
- c. En categorías y niveles con **menos de 5 participantes, se clasificarán**, para la Copa A.D.S, **todos los conjuntos o gimnastas**.

17.7: CURSOS DE FORMACIÓN:

- Al comienzo de cada temporada se programará un **curso de actualización de la normativa de serie básica y del código** para las entrenadoras. Este punto está sujeto a la colaboración de la Federación Madrileña de Gimnasia.

18) NORMATIVA KARATE

18.1: PRUEBAS, CATEGORÍAS y DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN:

<u>KATAS</u>	
Categorías: Prebenjamín Mixto (masculino y femenino en la misma categoría), Benjamín, Alevín, Infantil y Cadete Masculino y Femenino. Se establece la modalidad de Katas Dúo Infantil-Cadete pudiendo ser mixta, masculina o femenina. Todas las categorías serán a eliminatoria directa sin repesca.	
• Prebenjamín (mixto)	Cat.1 Hasta cinturón amarillo
• Benjamín (masculino y femenino)	Cat.2 desde amarillo-naranja
• Alevín (masculino y femenino)	Cat.1 Hasta cinturón naranja-verde Cat.2 desde verde
• Infantil (masculino y femenino)	
• Cadete (masculino y femenino)	
<u>KUMITE</u>	
Categorías: Alevín, Infantil y Cadete . Deberá albergar la competición de Katas de las categorías infantil y cadete.	
Serán obligatorias las protecciones especificadas en el programa de Deporte Infantil. Debido a la situación de Pandemia por Coronavirus, cada Municipio o entidad participante, deberá aportar las protecciones para sus competidores, encargándose de su limpieza y desinfección.	
• Alevín Masculino	Desde naranja verde -35, -40, +40 kg
• Alevín Femenino	Desde naranja verde -36, +36 kg
• Infantil Masculino	Desde cinturón verde -42, -47, +47, -55, -60, +60 Kg
• Infantil Femenino	
• Cadete Masculino	Desde cinturón azul -50, -50, -60, -65, 70, +70 Kg
• Cadete Femenino	Desde cinturón azul -53, +53 Kg
<u>JORNADA DE ENTRENAMIENTO CONJUNTO DE ESCUELAS:</u>	
Se celebrará una jornada de entrenamiento conjunto para escuelas y entidades de ADS, a celebrarse en sesión de mañana o tarde. Se realizará convocatoria e inscripción, y se citará por franjas horarias a las distintas categorías pudiéndose agrupar según los inscritos. Se dispondrán distintos tatamis por los que los participantes irán rotando y en los que trabajar distintas técnicas y se finalizará con una Kata conjunta. La jornada estará dirigida por entrenadores de escuelas y entidades de ADS en sistema de rotación cada temporada.	

18.2: PARTICIPANTES:

- Todos los participantes deberán estar en **posesión de la licencia de A.D.S. o de la licencia federativa** debidamente cumplimentadas. En caso de no presentar una de ambas, el karateca no podrá participar.
- El municipio organizador podrá variar las categorías en función de la inscripción y atendiendo siempre al principio de máxima participación de los karatecas.

18.3: TROFEOS:

Se entregarán **medallas a los campeones, subcampeones y semifinalistas** (bronce) de cada categoría.

19) NORMATIVA NATACIÓN

19.1: PRUEBAS:

- **Seis PRUEBAS CLASIFICATORIAS**, intentando que sea una por mes a partir del mes de diciembre.
- **Una FINAL ADS** en mayo.

19.2: PARTICIPACIÓN:

- Todos los participantes **deberán estar en posesión de la licencia de A.D.S.** debidamente cumplimentada, no pudiendo participar deportistas federados.
- **Los municipios sin piscina** que quisieran inscribir a nadadores, deberán comunicarlo a principio de temporada a la Comisión Técnica de A.D.S.
- **Límite MÁXIMO DE INSCRIPCIONES POR CATEGORÍA**, (se consideran categorías diferentes Masc. y Fem.).
 - Municipios con una sola entidad: **10 nadadores.**
 - Municipios con dos entidades: **12 nadadores.**
 - Municipios con tres entidades: **14 nadadores.****Y así progresivamente.**

19.3: DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN

- Deberá haber presencia de **juces A.D.S.**, en todas las competiciones. Se realizará un **acta arbitral** con las incidencias de cada competición.
- En las **Fases Clasificadoras:**
 - Los participantes podrán competir en todas las pruebas que lo deseen.
 - Las bajas de nadadores se tendrán que comunicar con una antelación de, al menos, 48 horas.

➤ SALIDAS

- En las categorías de **Prebenjamín, Benjamín y Alevín, se permitirá 1 salida NULA** denominada FALSA (que contará como penalización) exclusivamente en las pruebas clasificatorias, **pudiendo participar el deportista en competición.**

- **No existirá dicha salida FALSA** para las categorías de **Infantil, Cadete y Juvenil**, quedando directamente descalificados. Igualmente se les permitirá participar pero fuera de cronometraje oficial y por lo tanto de competición.

- En la **Fase Final**:

- **Las bajas de nadadores** en la fase final se tendrán que comunicar con una antelación de, al menos, 72 horas.
- **No existirá dicha salida FALSA PARA NINGUNA DE LAS CATEGORÍAS**, señalando las calles de los deportistas que realicen salida **NULA**, con un **cono o banderín rojo**, para advertir que están fuera de cronometraje oficial y por lo tanto de competición.
- Ningún nadador podrá competir en un **número de pruebas superior a 3** ni sumar una **distancia total** de más de **300 metros**.
- El orden de los **ESTILOS INDIVIDUAL** será: Mariposa, Espalda, Braza, Crol.
- El orden de **ESTILOS RELEVOS**, será: Espalda, Braza, Mariposa y Crol.
- En todas las categorías se compete en modalidad masculina y femenina, no siendo mixto.
- En las **pruebas de RELEVOS**, existirán 2 modalidades en cuanto a sexo:
 - **MASCULINA-MIXTA**, en la que podrán participar un máximo de 3 féminas.
 - **FEMENINA**.
- Ningún participante podrá competir en distinta categoría a la de su año de nacimiento, **a excepción de los relevos** en los que podrán ser de categoría inferior un máximo del 50 % de los componentes.
- La **prueba 200m en categoría infantil, cadete y juvenil** se nadará en estilo libre los años impares y estilos los años pares.

19.4: PENALIZACIONES:

- Sólo existirán **penalizaciones** en las categorías Prebenjamín y Benjamín.
- Pruebas por Relevos: Se sumará un segundo (1 seg.) al tiempo total por cada penalización.
- A igualdad de puestos, quedará en primera posición el menos penalizado.

19.5: PREMIOS Y TROFEOS:

Se entregarán **medallas** a los 3 primeros clasificados de cada prueba en la Final, entregando las medallas de relevos en las fases previas.

19.6: CURSOS DE FORMACIÓN:

Al comenzar la temporada se realizarán cursos de actualización de jueces de A.D.S.

		PRUEBAS						
		1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	FINAL
Prebenjamín	25 m. espalda				x			x
	25 m. crol		x					x
Benjamín	50 m. crol		x					x
	50 m. espalda				x			x
	50 m. braza						x	x
	4 x 25 m. crol		x					
	4 x 25 m. espalda-braza						x	
Alevín	100 m. espalda				x			x
	100 m. libres		x					x
	100 m. braza						x	x
	4 x 50 m. braza				x			
	4 x 50 m. (m-e / b-c)						x	
	4 x 50 m. crol		x					
Infantil	200 m. estilos (m-e-b-c)					x		x
	100 m. espalda	x						x
	100 m. braza			x				x
	50 m. mariposa			x				x
	100 m. libres					x		x
	4 x 50 m. libres	x						
	50 m. libres	x						x
4 x 50 m. estilos (e-b-m-c)			x					
Cadete	200 m. estilos (m-e-b-c)					x		x
	100 m. espalda	x						x
	100 m. braza			x				x
	50 m. mariposa			x				x
	100 m. libres					x		x
	4 x 50 m. libres	x						
	50 m. libres	x						x
4 x 50 m. estilos (e-b-m-c)			x					
Juvenil	200 m. estilos (m-e-b-c)					x		x
	100 m. espalda	x						x
	100 m. braza			x				x
	50 m. mariposa			x				x
	100 m. libres					x		x
	4 x 50 m. libres	x						
	50 m. libres	x						x
4 x 50 m. estilos (e-b-m-c)			x					

19.7: NATACIÓN ARTÍSTICA:

PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIONES:

- Podrán participar todos los clubs, asociaciones, colegios, escuelas deportivas y entidades que pertenezcan a la Agrupación Deportiva de la Sierra (ADS) y cuyos deportistas NO estén en posesión de licencia expedida por la Federación Madrileña de Natación en la disciplina de Natación Artística en la temporada vigente.
- Las entidades deberán enviar el formulario de inscripción, solicitándolo a la instalación organizadora y enviandoselo a la misma con los datos solicitados, 20 días antes de la celebración de la jornada.
- Las bajas (ANEXO I) se entregarán completando el formulario en la reunión de delegados que se realizará 30 minutos antes del comienzo de la competición.
- No se admite otro formato, si una nadadora no se ha dado de baja antes del inicio de la competición se considerará como no presentada, por lo tanto, su equipo será descalificado.
- Todo lo no especificado en esta normativa se regirá por la Normativa General de Natación Artística FMN o FINA.

ESTRUCTURA DE LA COMPETICIÓN:

Solo Femenino o Masculino: Campeonato de Verano (Mayo/Junio).

Dúo o Dúo Mixto: Campeonato de Verano (Mayo/Junio).

Rutinas: Campeonato de Verano (Mayo/Junio) equipo.

- En las competiciones de SOLO y DÚO, cada entidad podrá participar máximo con 2 ejercicios en cada categoría.

· Categorías por año de nacimiento:

1. Benjamín: 2014-2015.
2. Alevín: 2012-2013.
3. Infantil: 2010-2011.
4. Cadete: 2008-2009.
5. Juvenil: 2007 y anteriores.

*** El último año de cada categoría podrá participar en la categoría inmediata superior.**

REGLAMENTACIÓN TÉCNICA ESPECÍFICA:

1. La duración de los ejercicios (para sólo, dúo o rutina) será el siguiente:

1. **Categoría Benjamín:** Dos minutos [2'00"] (más/menos 15").
2. **Categoría Pre Alevín:** Dos minutos treinta segundos [2'30"] (más/menos 15").
3. **Categoría Infantil:** Dos minutos treinta segundos [2'30"] (más/menos 15").
4. **Categoría Cadete:** Dos minutos cuarenta segundos [2'40"] (más/menos 15").
5. **Categoría Juvenil:** Dos minutos cincuenta segundos [2'50"] (más/menos 15").

2. Se podrán utilizar quince segundos [15"] para realizar movimientos fuera del agua en el inicio de la rutina.

3. El paseo hasta la posición estática (las nadadoras deberán tocar el suelo con alguna parte de su cuerpo) no podrá superar los treinta segundos [30"] desde la línea de inicio.

4. El no cumplimiento de cualquiera de estos tiempos supondrá una penalización de 0,5 puntos en la puntuación total del ejercicio.
5. La composición del equipo contará con un número mínimo de 3 y máximo de 12 participantes, existiendo una penalización de 1 punto para los equipos con sólo 3 participantes.
6. Un mismo participante sólo podrá competir en un sólo, dúo y equipo.
7. Se deberán incluir en la rutina los elementos obligatorios (ANEXO III) en el orden establecido. Además, se podrán incluir otros elementos.
8. La no realización de algún elemento obligatorio por algún integrante o la alteración del orden establecido, supondrá una penalización de 0,5 puntos en la puntuación total del ejercicio.
9. Se prohíbe hacer gestos (técnicos o de ayuda) y/o marcar el ritmo a las nadadoras.
10. El orden de salida se realizará por sorteo.

ELEMENTOS OBLIGATORIOS CATEGORÍA BENJAMÍN

- Recorrido mínimo de **20 metros**.
- Realizar, al menos, **3 formaciones diferentes**. (Excepto en el solo)
- Los siguientes elementos se deberán realizar por todos los participantes en el orden establecido.
 1. Desplazamiento en posición de **eggbeat**.
 2. Figura comenzando **vela izquierda, vela derecha**, resto libre.



Posición Vela

3. **Boost** de brazos (con los brazos extendidos a lo largo del cuerpo).
4. Desplazamientos realizando **kip pull** (mínimo dos). Movimiento simple de un solo brazo, siendo el movimiento "pull" un movimiento de recogida submarina.
5. Formación con **figura en superficie**.

ELEMENTOS OBLIGATORIOS CATEGORÍA PRE-ALEVÍN

- Recorrido mínimo de **30 metros**.
- Realizar, al menos, **4 formaciones diferentes**. (Excepto en el solo).
- Los siguientes elementos se deberán realizar por todos los participantes en el orden establecido.
 1. Posición de **eggbeat**, con **un brazo extendido** en la vertical.
 2. Figura comenzando **Pierna de Ballet izquierda, Pierna de Ballet derecha**, resto libre.



Pierna de Ballet

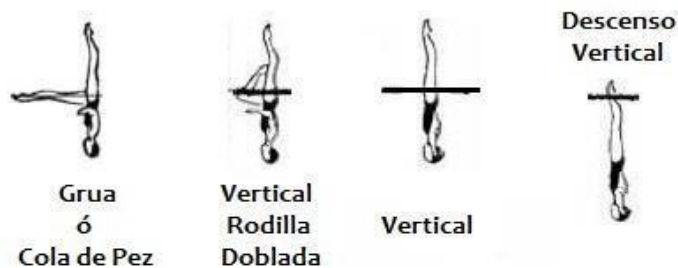
3. Movimientos de brazos desplazándose en piernas de espalda.
4. **Boost** de brazos (brazos pegados al cuerpo).

5. Ejecutar uno o más movimientos en **cadencia** (Secuencia de movimiento ejecutado uno a uno por cada una de las nadadoras).

ELEMENTOS OBLIGATORIOS CATEGORÍA INFANTIL

- Recorrido mínimo de **30 metros**.
- Realizar, al menos, 5 formaciones diferentes. (Excepto en el solo).
- Salto o Plataforma. (Excepto en el solo).
- Los siguientes elementos se deberán realizar por todos los participantes en el orden establecido.

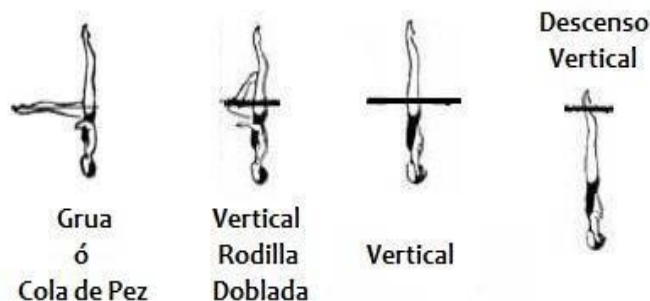
1. Posición de eggbeat, con los dos brazos extendidos en la vertical
2. Figura empezando en pierna de ballet, más posición encogida, cambios de posición a vertical rodilla doblada, resto libre (se pueden incluir otros elementos).
3. Figura combinando entrada carpa, cambios en cola de pez y helicóptero, resto libre.
4. Boost de brazos (Un brazo extendido en la vertical).



ELEMENTOS OBLIGATORIOS CATEGORÍA CADETE

- Recorrido mínimo de **30 metros**.
- Realizar, al menos, **6 formaciones diferentes**. (Excepto en el solo).
- **Salto o Plataforma**. (Excepto en el solo).
- Los siguientes elementos se deberán realizar por todos los participantes en el orden establecido.

1. Combinación de brazos en posición **eggbeat**, que incluya **brazos dobles** y al menos **una rotación** del cuerpo (90, 180, 360°)
2. Figura empezando en piernas de ballet en las que al menos se incluya una **pierna de ballet simple** y una **pierna de ballet doble**, más combinación de piernas incluyendo **cola de pez y/o vertical rodilla doblada**, resto libre (se pueden incluir otros elementos).
3. **Boost** con **medio giro** y **al menos un brazo**.



ELEMENTOS OBLIGATORIOS CATEGORÍA JUVENIL

- Recorrido mínimo de **35 metros**.
- Realizar, al menos, **6 formaciones diferentes**. (Excepto en el solo).
- **Salto o Plataforma**. (Excepto en el solo).

- Esta categoría no tiene elementos obligatorios a realizar, pero deberá registrarse siempre por una **rutina de equipo libre**.

MÚSICAS:

Al hacer la inscripción, las escuelas remitirán, a la dirección de correo pertinente, las composiciones musicales que utilizarán en los ejercicios (rutinas). Los archivos musicales deberán estar en formato MP3 y nombrados de la siguiente manera:

1. Nombre de la escuela, club, ayuntamiento, colegio, etc...
2. Categoría.
3. Modalidad del ejercicio (Equipo, Solo, Dúo, ...).
4. Si hubiese más de un equipo en una categoría, un número por cada uno de ellos.

JURADO:

Será designado por ADS.

Para la competición de rutinas se utilizará el siguiente esquema de puntuación:

- Un panel con 4 jueces puntuación y 1 juez árbitro.
- 4 jueces en secretaría:
 - 2 jueces mesa (anotación de notas, penalizaciones, etc.)
 - 2 jueces cronos (controlar el tiempo de entrada, de la rutina, etc.)

PREMIOS:

Los integrantes de los tres primeros equipos de cada categoría recibirán medallas.

ANEXO I

AGRUPACIÓN DEPORTIVA DE LA SIERRA
NATACIÓN SINCRONIZADA
Fecha:...../...../.....
Competición:
Lugar:

CAMBIOS Y BAJAS

ES IMPRESCINDIBLE QUE LA PRESENTACIÓN DE SOLICITUD SE ENTREGUE AL COMIENZO DE LA REUNIÓN DE DELEGADOS, COMPLETAR TODOS LOS APARTADOS CON LETRA LEGIBLE.

Nombre del CLUB/ESCUELA:.....

CAMBIO

BAJA

DATOS DEL PARTICIPANTE:

NOMBRE Y APELLIDOS	CATEGORÍA	EQUIPO
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		

El delegado(a) del club:

Firma:

Fecha:...../...../20.....

Hora:.....h..... min.

Recibido por el Juez Árbitro

Firma:

Fecha:...../...../20.....

Hora:.....h..... min.

20) NORMATIVA TENIS y MINITENIS

TENIS

Pendiente de actualización 24-25

20.1: ASPECTOS ORGANIZATIVOS:

- Una vez terminado el plazo de inscripción, se realizará el **calendario de competición**, que se enviará a todos los municipios. Este calendario será el mismo que el diseñado para los deportes de equipo, dejando dos jornadas libres para la disputa de los Torneos Individuales.

- Todos los municipios designarán **un capitán**. El capitán del equipo local deberá ponerse en contacto con el capitán del equipo contrario entre el lunes y el martes de la semana del enfrentamiento para **definir los enfrentamientos a realizar**.
- Los encuentros se programarán los sábados por la tarde, a partir de las 14 horas.
- En caso de querer disputar los encuentros en otra banda horaria diferente a la indicada, se deberá enviar una solicitud al equipo contrario y sólo tras acuerdo mutuo se concederá ese cambio de horario.

20.2: SISTEMA DE COMPETICIÓN:

- Cada enfrentamiento constará de **seis partidos** con los siguientes emparejamientos o categorías:
 - Benjamín Mixto.
 - Alevín Masculino y Femenino.
 - Infantil Masculino y Femenino.
 - Cadete Masculino.
- Teniendo como base los 6 partidos, alguna categoría podría variar previo acuerdo de las dos partes. Ej: *si una localidad no tiene alevín femenino, se podrían jugar dos partidos de alevín masculino.*
- **El martes quedará fijado el número de partidos, así como las categorías a disputar, no pudiéndose cambiar los partidos fijados. Se dará el punto por ganado al otro equipo.**
- Si el día de la disputa de la jornada, no presentase jugador uno de los dos equipos, se contabilizan como partido ganado para el que sí se ha presentado.
- En los encuentros que se disputen en las localidades que disponen de tres pistas, se podrán jugar 9 partidos, poniéndose de acuerdo en la categoría que supere las 6 obligatorias.
- La **puntuación** se contabilizará de la siguiente manera:
 - 2 puntos: entidad ganadora.
 - 1 punto: empate.
 - 0 puntos: entidad perdedora.
- Se realizarán enfrentamientos **a doble vuelta**.
- En **caso de empate**, al final de la temporada, se tendrán en cuenta:
 - 1º - Enfrentamiento entre ellos.
 - 2º - Se penalizará si ha habido una incomparecencia.
 - 3º - Se tendrá en cuenta la puntuación general (partidos ganados).

20.3: NORMATIVA DE COMPETICIÓN:

- En función de los municipios inscritos, **la competición podrá dividirse en grupos**, en cuyo caso se llevará a cabo una fase de Play Off, con cruces entre los dos grupos una vez finalizada la fase de liga regular.
- Se establecerá una **clasificación general** que podrá ser consultada en la página web de la agrupación.
- **Los equipos locales serán los encargados de aportar las pelotas de juego.**
- No habrá árbitros en las pistas, siendo los jugadores los encargados de actuar como árbitros.
- Los capitanes actuarán como **Jueces Árbitros**, resolviendo cualquier duda o reclamación que pudiera producirse.

· **Los encuentros se disputarán siguiendo el siguiente criterio:**

- **Benjamín y Alevín:** 2 set de 21 puntos con Super Tie-Break a 11 puntos al empatar a un set cada uno.
 - **Infantil y Cadete:** 2 set de 6 juegos con Tie-Break de 7 puntos. El tie-break se disputará cuando se produzca el empate a 5 juegos. (Super Tie-Break a 10 puntos al empatar a un set cada uno).
- **Se recomienda el uso de pelotas de menor presión para los partidos de categorías benjamín y alevín** (punto naranja para los primeros y punto verde para los segundos).

20.4: PREMIOS:

- Se entregará trofeo y 12 medallas al equipo campeón.

MINITENIS

20.5: PRUEBAS:

- En cada temporada se realizarán **3 competiciones**. Se programará una competición por trimestre.

20.6: PARTICIPANTES:

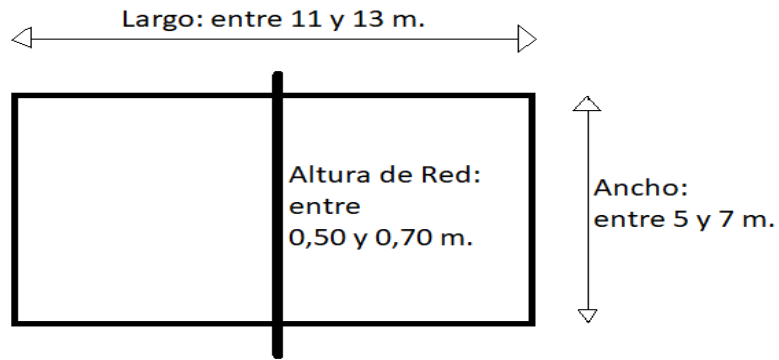
- Todos los participantes deberán estar en **posesión de la licencia de A.D.S.** debidamente cumplimentada con el sello del municipio y A.D.S. En caso de no presentarla no podrán participar.
- Sólo podrán participar jugadores de las **categorías Prebenjamín y Benjamín**.
- **No podrán participar** aquellos jugadores que durante la temporada hayan participado en algún torneo de tenis federado.
- Cada entidad o municipio podrá inscribir **a un máximo de 15 jugadores por categoría**.
- Los jugadores que participen en competiciones individuales de TENIS, **NO podrán participar en los encuentros de MINITENIS**.

20.7: DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN:

· **Características** de la competición:

- **Mixta.**
- La competición será en forma de **liga**.
- Los **partidos** se disputarán **por tiempo**.
- Los jugadores disputarán, **al menos, 2 partidos**.
- El **servicio** irá cambiando de jugador cada 2 puntos y se efectuará desde detrás de la línea de fondo, sacando por debajo de la cintura sin bote en la categoría Benjamín y se podrá hacer con bote en la categoría Minibenjamín.
- Los **no presentados** no podrán participar en los siguientes torneos de la temporada en curso.
- Deberá haber un **juez-árbitro** en cada pista, así como un **marcador**.
- Será obligatorio el uso de **pelotas de baja presión** para disputar los partidos.

· **Medidas orientativas para las pistas de Minitenis:**



**** Esta Normativa puede modificarse durante la temporada deportiva en función de las resoluciones y acuerdos que se tomen por parte de la Comisión Técnica y Asamblea de Técnicos de A.D.S.**