



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 1



ELEVACIONES

ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES		DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL				
- Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia lib debajo del nivel prep - Tic toc debajo del nivel prep (lib a lib)	- Transición con 1/4 de giro hacia debajo del nivel prep - Transición con 1/4 de giro hacia nivel de suelo - Transición con 1/4 de giro desde nivel prep	- Parado en espalda - Show & go por nivel prep - Escuadra - Acostado de espalda - Escuadra extendida - Elevación en 1 pierna bajo nivel prep	- Acostado de espalda extendido - Elevación en 1 pierna a nivel prep - Sentado en hombros - Silla - Parado en hombros - Prono	Bajarse con paso
HABILIDADES AVANZADAS				
- Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia posición del cuerpo debajo del nivel prep - Tic Tic toc debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo) - Tic toc en nivel prep (lib a posición del cuerpo) con un conector - Estilo suelto desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector - Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector	- Transición con 1/4 de giro desde nivel prep hacia nivel prep - Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia lib en nivel prep con conector	- Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (lib a lib) con conector - Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo) - Transición desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector		
HABILIDADES ÉLITE				
- Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector - Tic Tic toc debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Tic toc en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector - Estilo suelto desde nivel de cintura hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector	- Transición con 1/4 de giro desde nivel inferior a prep hacia elevación prep - Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector	- Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector - Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel del suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector - Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector - Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo)		Cuna recta desde elevación prep

GINNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL		HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- ROL ADELANTE - ROL EN ESCUADRA - ARCO DESDE EL SUELO - ROL ATRÁS (VAT)	- PARADO DE MANOS (INVERTIDA) - ARCO CON PATEO ATRÁS - ARCO DESDE PARADA DE MANOS - CAMINO ADELANTE/ATRÁS CON PIERNAS JUNTAS	- CAMINO ATRÁS (BACK-WALKOVER) - CAMINO ATRÁS – VOLTEO ATRÁS – CAMINO ATRÁS - ROL ATRÁS A INVERTIDA	- SERIE DE CAMINOS ATRÁS - CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA - ROL ATRÁS HACIA INVERTIDA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE CAMINOS ATRÁS - VALDEZ

GINNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- MEDIA LUNA - MEDIA LUNA – ROL ATRÁS - PARADO DE MANOS (INVERTIDA) – ROL ADELANTE	- MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA - RONDADA (RO) - CAMINO ADELANTE (IAD) / SERIE DE CAMINO ADELANTE - INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA	- MEDIA LUNA – SERIE DE INVERSIONES ATRÁS - CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA / RONDADA - CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C. ATRAS - CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA - INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C. ATRAS

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 2



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL				
- Inversión desde nivel de suelo hacia nivel inferior a prep - Inversión desde el nivel de suelo hacia nivel prep	Tic toc en nivel prep (lib a lib)	- Transición con 1/2 giro hacia nivel inferior a prep - Transición con 1/2 giro hacia nivel prep - Transición con 1/4 de giro hacia 1 pierna en nivel prep - Transición con 1/4 de giro hacia extensión	- Elevación en 1 pierna a nivel prep - Extensión - Giro de barril/tronco - Variaciones de salto de rana - Subida de Walk in a prep, empuje a extensión - Transición con 1/2 hacia prono	Cuna recta desde posición del cuerpo en nivel prep
HABILIDADES AVANZADAS				
- Inversión desde nivel de suelo hacia elevación prep - Inversión desde nivel de suelo hacia lib en nivel prep	- Tic toc en nivel prep (lib a posición del cuerpo) - Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep - Estilo suelto desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep	- Transición con 1/2 giro en nivel prep hacia posición del cuerpo en nivel prep - Transición con 1/2 giro hacia lib en nivel prep	- Tic toc con 1/2 giro hacia nivel prep (1 pierna a lib) - Inversión con 1/2 giro desde nivel de suelo hacia lib en nivel prep - Transición con 1/2 giro desde extensión hacia posición de cuna	Cuna recta desde extensión
HABILIDADES ÉLITE				
- Inversión desde nivel de suelo hacia extensión - Inversión desde nivel de suelo hacia posición del cuerpo en nivel prep	- Tic toc en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep - Estilo suelto desde nivel de cintura hacia posición del cuerpo en nivel prep	- Transición con 1/2 giro hacia extensión - Transición con 1/2 giro hacia posición del cuerpo en nivel prep	- Inversión con 1/2 giro desde nivel de suelo hacia extensión - Inversión con 1/2 giro desde nivel de suelo hacia posición del cuerpo en nivel prep - Tic toc con 1/2 giro en nivel prep (1 pierna a posición del cuerpo)	Desmonte con 1/4 de giro desde elevación prep o extensión hacia cuna

LANZAMIENTOS

SIN GIRO	EN ALL STAR NOVICE , NOVICE PLUS Y PREP NO SE PERMITE:
Lanzamiento recto	- Lanzamientos - Cunas desde nivel de cintura en elevaciones - Cunas desde nivel de cintura con conector en pirámides

GINNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- FLIC FLAC (FF) - FLIC FLAC A UNA PIERNA	- CAMINO ATRÁS – FLIC FLAC - CAMINO ATRÁS – FLIC FLAC A UNA PIERNA	- FLIC FLAC A UNA PIERNA – C.ATRAS - VALDEZ – CAMINO ATRÁS – FF
		- C.ATRAS – FF A UNA PIERNA – FF - C.ATRAS CAMBIANDO PIERNA – FF - FF A UNA PIERNA – C.ATRAS – FF
		- VALDEZ – FF / FF A UNA PIERNA - ROL ATRÁS A INVERTIDA – FF / FF A UNA PIERNA

GINNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ELITE
- MEDIA LUNA – FLIC FLAC - RONDADA (RO) – FLIC FLAC	- RONDADA – FLIC FLAC A UNA PIERNA - MEDIA LUNA – FLIC FLAC A UNA PIERNA	- HAND VAULT (HV) - CAMINO ADELANTE – HAND VAULT
		- SERIE DE HAND VAULTS - HV DOS A DOS / UNA PIERNA - MEDIA LUNA – SERIE DE FLIC FLACS
		- RONDADA – SERIE DE FLIC FLACS - CAMINO ADELANTE – RONDADA – FF / SERIE DE FF - MEDIA LUNA – FF A UNA PIERNA – C.ATRAS – FF / SERIE DE FF

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 3



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	ESTILO COED	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL					
- Invertida debajo del nivel prep - Invertida en nivel prep - Inversión descendente debajo del nivel prep	- Soltar hacia nivel prep o inferior - Tic toc debajo del nivel prep (lib a lib) - Tic toc debajo del nivel prep hacia nivel prep (lib a lib)	- Transición con 3/4 de giro hacia 1 pierna en nivel prep - Transición con giro completo debajo del nivel prep - Transición con giro completo hacia nivel prep - Transición con giro completo hacia/en lib en nivel prep - Transición con 1/4 de giro hacia 1 pierna extendida	- Volteo adelante suspendido - Transición con giro completo desde nivel prep hacia prono - Lib extendido	Asistido or No Asistido: - Walk in / toss a manos - Walk in / toss a manos, impulso hacia extensión - Walk in hacia extensión	- Cuna recta desde 1 pierna extendida - Desmonte con 1/4 de giro desde 1 pierna extendida
HABILIDADES AVANZADAS					
- Inversión desde nivel de cintura/prep hacia 1 pierna en nivel extendido - Inversión desde nivel de suelo hacia lib extendido	- Soltar desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep - Soltar desde nivel de cintura (agrupado, posición X, etc.) hacia lib en nivel prep - Tic toc desde lib en nivel prep hacia posición del cuerpo extendido	- Transición con giro completo hacia posición del cuerpo en nivel prep - Transición con giro completo en nivel prep (lib a lib) - Transición con 1/2 giro hacia lib extendido - Transición con giro completo en nivel prep prep hacia posición del cuerpo en nivel prep	- Tic toc con giro completo en nivel prep (lib a lib) - Inversión con giro completo hacia elevación prep - Inversión con 1/2 giro hacia lib extendido - Volteo Adelante suspendido con 1/2 giro	Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	
HABILIDADES ÉLITE					
Inversión desde nivel de suelo hacia posición del cuerpo extendido	- Soltar desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep - Soltar desde nivel de cintura (agrupado, posición X, etc.) hacia posición del cuerpo en nivel prep	- Transición con giro completo en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Transición con giro completo hacia extensión - Transición con 1/2 giro hacia posición del cuerpo extendido	- Tic toc con giro complete en nivel prep (lib a posición del cuerpo) - Inversión con giro completo desde nivel prep o inferior hacia 1 pierna en nivel prep - Inversión con 1/2 giro desde nivel de suelo hacia posición del cuerpo extendido - Volteo adelante suspendido con giro completo	No Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	Desmonte con giro completo desde nivel prep hacia cuna o desmonte con giro desde extensión hacia cuna

LANZAMIENTOS

SIN GIRO CON GIRO

Agrupado Arco	Lib arco	Carpado arco	Patada arco	Agrupado-X	Toe touch	Giro completo
---	--	--	---	--	---	---

• CAMINO ATRÁS=C.ATRAS • FLIC FLAC=FF

GIMNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS		HABILIDADES ÉLITE	
• FF / FF A UNA PIERNA - FF / FF A UNA PIERNA • SALTO AVANZADO - FF / FF A UNA PIERNA • FF / SERIE DE FF – SALTO AVANZADO	• C.ATRAS –SERIE DE FF • FF –FF – FF O MÁS	• FF –FF A UNA PIERNA –FF • SALTO AVANZADO –SERIE DE FF	• FF / SERIE DE FF –SALTO AVANZADO –FF / SERIE DE FF • SALTO AVANZADO – FF – SALTO AVANZADO – FF • FF A UNA PIERNA –SERIE DE FF	• FF A UNA PIERNA –C.ATRAS –SERIE DE FF • C.ATRAS - FF – SALTO AVANZADO - FF / SERIE DE FF

• HAND VAULT=HV MORTAL ADELANTE=MAD

GIMNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE		
• RONDADA (RO) – AGRUPADO • AERIAL	• MORTAL ADELANTE (MAD) • RONDADA (RO) – SERIE DE FF – AGRUPADO	• CAMINO ADELANTE – AERIAL • HV DOS A DOS / UNA PIERNA – AERIAL • RONDADA – FLIC FLAC – AGRUPADO	• RO – FF A UNA PIERNA - ½ GIRO – RO – A – AGRUPADO • CAMINO ADELANTE – RO – A – AGRUPADO • HV DOS A DOS / UNA PIERNA – RO – A – AGRUPADO	• HV – MAD

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 4



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	ESTILO COED	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL					
- Inversión suelta hacia nivel prep o inferior - Inversión suelta en nivel prep - Inversión descendente desde nivel prep	- Tic toc desde nivel extendido hacia nivel prep o inferior (lib a 1 pierna) - Movimiento suelto de helicóptero - Soltar desde nivel prep hacia nivel prep - Soltar hacia extensión	- Transición con 1 ½ giros hacia nivel inferior a prep - Transición con 1 ½ giros hacia nivel prep - Transición con 3/4 hacia elevación extendida	Transición con giro completo hacia nivel prep o inferior	Asistido o No Asistido: - Walk in / toss a manos - Walk in / toss a manos, impulso hacia extensión - Walk in / toss hacia extensión	
HABILIDADES AVANZADAS					
- Elevación invertida extendida - Inversión suelta desde nivel de cintura hacia elevación extendida	- Soltar desde nivel de cintura hacia lib extendido - Tic toc desde nivel extendido hacia nivel prep o inferior (posición del cuerpo a lib) - Soltar desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo extendida	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel prep a lib - Transición con 1 ½ giro en nivel prep (lib a posición del cuerpo) - Transición con giro completo hacia extensión	- Soltar con giro completo desde nivel de cintura (tic toc, agrupado o posición X) hacia lib en nivel prep - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep - Soltar con giro completo en nivel prep (1 pierna a lib) - Soltar con 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep	Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido - Toss hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	Desmonte con giro completo desde 1 pierna extendida hacia cuna
HABILIDADES ÉLITE					
- Inversión suelta desde nivel prep o mano a mano desde nivel prep hacia elevación extendida - Subida de flic flac hacia elevación extendida	- Soltar desde nivel de cintura hacia posición del cuerpo extendida - Tic toc desde nivel extendido hacia nivel prep o inferior (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Soltar desde nivel prep hacia posición del cuerpo extendida	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel prep a posición del cuerpo - Transición con 1 ½ giro en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Transición con 1 ½ giro hacia extensión - Transición con giro completo hacia 1 pierna extendida - Transición con giro completo en nivel extendido	- Soltar con giro completo desde nivel de cintura (tic toc, agrupado o posición X) hacia posición del cuerpo en prep - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep - Soltar con giro completo en nivel prep (1 pierna a posición del cuerpo) - Soltar con 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep - Soltar con 1 ½ giro desde nivel de cintura/prep (tic toc, agrupado o posición X) hacia lib en nivel prep - Inversión con giro completo hacia 1 pierna extendida	No Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido - Toss hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	- Desmonte con doble giro desde elevación prep/extensión hacia cuna - Desmonte con pateo giro

LANZAMIENTOS

SIN GIRO CON GIRO											
• Agrupado Pateo	• Carpado X	• Gancho pateo	• Doble pateo	• Doble toe touch	• Agrupado giro	• Lib giro	• Carpado giro	• Pateo giro	• Toe touch giro	• Giro toe touch	• Doble giro

• MORTAL ATRÁS AGRUPADO = AGRUPADO

GIMNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS			HABILIDADES ÉLITE	
• ONODI • ROL ATRÁS – AGRUPADO	• SERIE DE FLIC FLACS - AGRUPADO • MORTAL AGRUPADO	• CAMINO ATRÁS – AGRUPADO • ROL A INVERTIDA – AGRUPADO	• VALDEZ – AGRUPADO	• FLIC FLAC / FLIC FLAC A 1 PIERNA – AGRUPADO • SALTO AVANZADO – SERIE DE FLIC FLACS – AGRUPADO	• SALTO AVANZADO – FLIC FLAC - AGRUPADO

• MORTAL ATRÁS EXTENDIDO = EXTENDIDO

GIMNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- MEDIA LUNA - AGRUPADO - CAMINO ADELANTE - MEDIA LUNA - AGRUPADO - RONDADA - EXTENDIDO - RONDADA - ONODI - AERIAL ADELANTE - AERIAL ADELANTE - RONDADA - A - AGRUPADO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE	- MORTAL ADELANTE – MORTAL ADELANTE - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – AERIAL - RONDADA – SERIE DE FLIC FLACS – EXTENDIDO - RONDADA – ONODI – A – AGRUPADO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – AGRUPADO - AERIAL – AGRUPADO / EXTENDIDO / EXTENDIDO A 1 PIERNA - CAMINO ADELANTE – AERIAL – AGRUPADO - RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – AGRUPADO - AERIAL ADELANTE – RO – A – TEMPO – A – AGRUPADO - CAMINO ADELANTE – RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – AGRUPADO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – AGRUPADO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – AGRUPADO	- HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – AGRUPADO - RONDADA – FLIC FLAC – EXTENDIDO / EXTENDIDO A 1 PIERNA / X-OUT / PATEO - RONDADA – ONODI – A – EXTENDIDO - CAMINO ADELANTE – RONDADA – A – EXTENDIDO - AERIAL ADELANTE – RONDADA – A – TEMPO – EXTENDIDO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – EXTENDIDO - RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – EXTENDIDO - CAMINO ADELANTE – RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – EXTENDIDO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – TEMPO / AGRUPADO – A – EXTENDIDO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – EXTENDIDO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – EXTENDIDO / AGRUPADO – A – EXTENDIDO

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 5



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	ESTILO COED	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL					
- Inversión descendente desde elevación extendida - Inversión descendente desde 1 pierna extendida	- Tic toc en nivel extendido (lib a lib) - Tic toc desde nivel prep hacia nivel extendido (lib a lib)	Transición con 1 ¼ giro hacia elevación extendida	- Soltar con 1/4 de giro desde nivel de suelo (switch up) hacia 1 pierna extendida - Movimientos sueltos de helicóptero - Entre 1 ½ y 2 giros hacia prono - Soltar con 1/2 giro desde nivel de suelo (switch up) hacia lib extendido	Asistido o No Asistido: - Walk in / toss a manos, impulso hacia extensión - Walk in / toss hacia extensión	Desmonte con doble giro desde 1 pierna en nivel prep hacia cuna
HABILIDADES AVANZADAS					
- Inversión suelta desde nivel prep o mano a mano en nivel prep hacia extensión - Subida de flic flac hacia extensión	Tic toc desde nivel prep hacia nivel extendido (lib a posición del cuerpo)	- Transición con giro completo hacia lib extendido - Transición con 1 ½ giro hacia extensión - Transición con doble giro hacia / en nivel prep	- Tic toc entre 1/4 y 3/4 de giro hacia lib extendido - Soltar con 1/2 giro desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo extendido - Soltar con 1/2 giro desde nivel de cintura (agrupado) hacia lib extendido - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia lib extendido	Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido - Toss hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	Desmonte con doble giro desde lib extendido hacia cuna
HABILIDADES ÉLITE					
- Inversión suelta desde nivel prep o mano a mano en nivel prep hacia lib extendido - Subida de flic flac hacia lib extendido	- Tic toc en nivel extendido (lib a posición del cuerpo) - Tic toc en nivel extendido (posición del cuerpo a posición del cuerpo)	- Transición con giro completo hacia posición del cuerpo extendido - Transición con 1 ½ giro hacia 1 pierna extendida - Transición con doble giro hacia / en extensión	- Tic toc entre 1/4 y 3/4 en nivel extendido (lib a posición del cuerpo) - Soltar con 1/2 giro desde nivel de cintura (agrupado) hacia posición del cuerpo extendido - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo extendido - Tic toc con giro completo hacia nivel extendido (1 pierna a lib) - Tic toc con giro completo en nivel extendido (1 pierna a lib)	No Asistido: - Walk in a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna / 1 brazo extendido - Toss hacia 1 pierna / 1 brazo extendido	Desmonte con doble giro desde posición del cuerpo extendido hacia cuna

LANZAMIENTOS

SIN GIRO CON GIRO								
• Carpado gancho pateo	• Carpado pateo chica linda	• Carpado doble pateo	• Gancho doble pateo	• Gancho pateo giro	• Doble pateo giro	• Pateo pateo giro	• Carpado pateo giro	• Pateo giro pateo

• MORTAL ATRÁS AGRUPADO = AGRUPADO • MORTAL ATRÁS EXTENDIDO = EXTENDIDO

GINNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- AGRUPADO – FLIC FLAC - AGRUPADO - AGRUPADO – SERIE DE FLIC FLACS - AGRUPADO - FLIC / SERIE DE FLIC FLACS – AGRUPADO – AGRUPADO	- SALTO AVANZADO – AGRUPADO ADELANTE / ATRÁS - SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO / AGRUPADO – FLIC FLAC – AGRUPADO - FLIC FLAC - TEMPO / AGRUPADO – FLIC FLAC - AGRUPADO - SALTO AVANZADO – SERIE DE FLIC FLACS - TEMPO – FLIC FLAC – AGRUPADO - SALTO AVANZADO – SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – AGRUPADO - SERIE DE FLIC FLACS – EXTENDIDO - SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO - AGRUPADO	- FLIC FLAC – TEMPO – AGRUPADO - FLIC FLAC – EXTENDIDO - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC / SERIE DE FLIC FLACS – EXTENDIDO - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC – TEMPO – AGRUPADO - FLIC FLAC - TEMPO / AGRUPADO – EXTENDIDO - SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – EXTENDIDO / EXTENDIDO A 1 PIERNA - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC / SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – A – EXTENDIDO

• MORTAL ATRÁS CON GIRO (360°) = GIRO

GINNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE
- BARANI - RONDADA – AGRUPADO CON 1/2 GIRO - RONDADA – GIRO	- HAND VAULT – BARANI - RONDADA – SERIE DE FLIC FLACS – GIRO - ROUND OFF – ARABIAN - AERIAL LATERAL (MEDIA LUNA SIN MANOS) – A – GIRO - BARANI – A – EXTENDIDO	- MORTAL ADELANTE CON GIRO - RONDADA - FLIC FLAC – GIRO - CAMINO ADELANTE – RONDADA – A – GIRO - BARANI – A – GIRO - AERIAL FRONTAL (CAMINO ADELANTE SIN MANOS) – A – GIRO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – GIRO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – GIRO - RONDADA – A – TEMPO – A – GIRO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE CON GIRO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – TEMPO – A – GIRO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RONDADA – A – TEMPO – A – GIRO - RONDADA – ARABIAN / MORTAL CON 1/2 GIRO A 1 PIERNA – A – EXTENDIDO / GIRO

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 6



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	ESTILO COED	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL					
- Inversión descendente desde nivel extendido - Inversión descendente desde 1 pierna extendida - Inversión suelta desde nivel prep o superior hacia extensión - Inversión suelta desde nivel prep o superior hacia lib extendido - Rewind hacia nivel de cintura (N6)	- Tic toc en nivel extendido (lib a lib) - Tic toc desde nivel prep hacia nivel extendido (lib a lib) - Tic toc desde nivel prep hacia nivel extendido (lib a posición del cuerpo)	- Transición con giro completo hacia posición del cuerpo extendido - Transición entre 1 ¼ y 1 ¾ de giro hacia extensión	- Entre 1 ½ y 2 giros hacia prono - Movimientos sueltos de helicóptero con giro - Tic toc entre 1/4 y 3/4 de giro hacia 1 pierna extendida - Soltar con 1/2 giro desde nivel de suelo (switch up) hacia 1 pierna extendida - Soltar con 1/2 giro desde nivel de cintura (agrupado) hacia 1 pierna extendida - Subida de flíc flac entre 1/4 y 1/2 giro hacia elevación prep (N6)	Asistido o No Asistido: - Walk in / toss hacia extensión - Walk in / toss a manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna extendida	Desmonte con doble giro desde lib extendido hacia cuna
HABILIDADES AVANZADAS					
- Rewind hacia elevación prep (N6) - Inversión suelta desde mano a mano en nivel prep hacia lib extendido	Tic toc en nivel extendido (lib a posición del cuerpo)	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel extendido a lib - Transición con 1 ¾ giro hacia / en nivel extendido a lib (N6) - Transición con doble giro hacia / en extensión - Transición con 2 ¼ giros hacia / en extensión (N6)	- Tic toc con giro completo hacia nivel extendido (1 pierna a lib) - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia lib extendido - Subida de flíc flac con 1/4 de giro hacia posición del cuerpo extendida (N6) - Inversión suelta entre 1/4 y 1/2 giro desde nivel prep hacia 1 pierna extendida (N6) - Soltar con 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia lib extendido	Asistido: - Toss hacia 1 pierna extendida - Toss hacia 1 brazo extendido - Toss con giro completo hacia elevación extendida - Rewind hacia elevación prep (N6)	Desmonte con doble giro desde posición del cuerpo extendido hacia cuna
HABILIDADES ÉLITE					
- Inversión suelta desde mano a mano en nivel prep hacia posición del cuerpo extendida - Inversión suelta desde mano a mano extendido hacia extensión - Rewind hacia elevación extendida (N6)	Tic toc en nivel extendido (posición del cuerpo a posición del cuerpo)	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel extendido a posición del cuerpo - Transición con 1 ¾ giro hacia / en nivel extendido a posición del cuerpo (N6) - Transición con doble giro hacia / en nivel extendido a 1 pierna (N6)	- Tic toc con giro completo en nivel extendido (lib a lib) - Subida de flíc flac con 1/2 de giro hacia elevación extendida (N6) - Inversión suelta con 1/2 giro desde nivel prep o superior hacia posición del cuerpo extendida (N6) - Subida de hand vault con 1/2 giro hacia elevación extendida (N6) Soltar entre 1 y 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo extendida - Tic toc entre 1/4 y 3/4 de giro en nivel extendido (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Soltar con giro completo desde nivel de cintur (agrupado) hacia posición del cuerpo extendida - Tic toc con giro completo desde nivel prep hacia nivel extendido (1 pierna a posición del cuerpo)	No Asistido: - Toss hacia 1 pierna extendida - Toss hacia 1 brazo extendido - Toss con giro completo hacia elevación extendida Las siguientes habilidades recibirán crédito de Estilo Coed siempre y cuando la habilidad sea Sin Asistencia desde el inicio hasta el desmonte hacia la superficie de presentación o hacia posición cuna No Asistido: - Rewind hacia elevación extendida (N6) - Subida de hand vault con 1/2 giro hacia elevación extendida (N6) Inversión suelta desde mano a mano extendido hacia elevación extendida	- Desmonte pateo giro pateo hacia cuna (N6) - Desmonte pateo doble giro hacia cuna (N6)

LANZAMIENTOS

SIN GIRO	CON GIRO		
- Carpado gancho pateo - Carpado pateo chica linda - Carpado doble pateo - Gancho pateo pateo	<table> <tr> <td> - Agrupado doble giro (N6) - Carpado doble giro (N6) - Pateo doble giro (N6) - Toe touch doble giro (N6) </td><td> - Doble giro toe touch (N6) - Gancho pateo doble giro (N6) - Doble pateo doble giro (N6) - Pateo giro pateo giro (N6) </td></tr> </table>	- Agrupado doble giro (N6) - Carpado doble giro (N6) - Pateo doble giro (N6) - Toe touch doble giro (N6)	- Doble giro toe touch (N6) - Gancho pateo doble giro (N6) - Doble pateo doble giro (N6) - Pateo giro pateo giro (N6)
- Agrupado doble giro (N6) - Carpado doble giro (N6) - Pateo doble giro (N6) - Toe touch doble giro (N6)	- Doble giro toe touch (N6) - Gancho pateo doble giro (N6) - Doble pateo doble giro (N6) - Pateo giro pateo giro (N6)		

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



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 7



ELEVACIONES

ESTILO INVERSIÓN	ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	ESTILO COED	DESMONTE
HABILIDADES DEL NIVEL					
- Mortal libre desde nivel de suelo hacia cuna (N7) - Mortal libre desde nivel de suelo hacia nivel prep (N7) (excluyendo rewind) - Mortal libre desde nivel de suelo hacia extensión (N7) (excluyendo rewind) - Inversión suelta desde nivel prep o superior hacia extensión - Inversión suelta desde nivel prep o superior hacia lib extendido - Rewind con 1 ¼ rotación de mortal (N7) Rewind hacia elevación prep	- Tic toc en nivel extendido (lib a lib) - Tic toc hacia nivel extendido (lib a lib) - Tic toc hacia nivel extendido (1 pierna a posición del cuerpo)	- Transición entre 1 ¼ y 1 ¾ de giro hacia extensión - Transición con doble giro hacia extensión	- Entre 1 ½ y 2 giros hacia prono - Movimientos sueltos de helicóptero con giro - Subida de hand vault con 1/2 giro hacia extensión - Tic toc entre 1/4 y 3/4 de giro hacia 1 pierna extendida - Soltar con 1/2 giro desde nivel de suelo (switch up) hacia 1 pierna extendida - Mortal libre con giro desde nivel de suelo hacia cuna (N7) - Soltar con 1/2 giro desde nivel de cintura (agrupado) hacia 1 pierna extendida	Asistido / No Asistido: - Walk in / toss hacia extensión - Walk in / toss hacia manos, impulso hacia 1 pierna extendida - Walk in hacia 1 pierna extendida	- Mortal adelante libre hacia nivel de suelo (N7) - Mortal libre desde nivel prep o inferior hacia cuna (N7) - Desmonte con doble giro desde 1 pierna extendida hacia cuna
HABILIDADES AVANZADAS					
- Flic flac - rewind hacia nivel prep (N7) - MEDIA LUNA / RONDADA - rewind hacia elevación prep (N7) Rewind hacia extensión Mortal libre desde nivel de suelo hacia extensión (N7) (excluyendo rewind)	Tic toc en nivel extendido (lib a posición del cuerpo)	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel extendido a lib - Transición con 1 ¾ giro hacia / en nivel extendido a lib - Transición con doble giro hacia / en extensión - Transición con 2 ¼ de giro hacia / en extensión	- Tic toc con giro completo hacia nivel extendido (1 pierna a lib) - Soltar con giro completo desde nivel de suelo (switch up) hacia lib extendido - Subida de flic flac con 1/4 de giro hacia posición del cuerpo extendida - Inversión suelta entre 1/4 y 1/2 giro desde nivel prep o superior hacia 1 pierna extendida - Soltar con 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia 1 pierna extendida - Mortal libre con giro desde nivel de suelo hacia elevación en prep (N7) - Rewind entre 1/4 y 1 ¼ de giro hacia nivel prep (N7) - Subida de flic flac con giro completo hacia nivel prep (N7)	Asistido: - Toss hacia 1 pierna extendida - Toss hacia 1 brazo extendido - Toss con giro completo hacia elevación extendida No Asistido: Toss hacia 1 brazo extendido	
HABILIDADES ÉLITE					
- Soltar desde mano a mano en nivel prep hacia posición del cuerpo extendida - Inversión suelta desde mano a mano extendido hacia extensión - Rewind hacia 1 pierna extendida - Flic flac - rewind hacia elevación extendida (N7) - MEDIA LUNA / RONDADA - rewind hacia elevación extendida (N7) Mortal libre desde nivel de suelo hacia 1 pierna extendida (N7) (excluyendo rewind)	Tic toc en nivel extendido (posición del cuerpo a posición del cuerpo)	- Transición con 1 ½ giro hacia / en nivel extendido a posición del cuerpo - Transición con 1 ¾ de giro hacia / en nivel extendido a posición del cuerpo - Transición con doble giro hacia / en nivel extendido a 1 pierna	- Tic toc con giro completo en nivel extendido (1 pierna a lib) - Subida de flic flac con giro completo hacia elevación extendida (N7) - Inversión suelta con 1/2 giro desde nivel prep o superior hacia posición de cuerpo extendida - Subida de hand vault con 1 ½ giro hacia elevación extendida stunt (N7) Soltar entre 1 y 1 ½ giro desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo extendida - Tic toc entre 1/4 y 3/4 de giro en nivel extendido (posición del cuerpo a posición del cuerpo) - Soltar con giro completo desde nivel de cintura (agrupado) hacia posición del cuerpo extendida - Tic toc con giro completo hacia nivel extendido (1 pierna a posición del cuerpo) - Mortal libre con giro desde nivel de suelo hacia elevación extendida (N7) - Rewind entre 1/4 y 1 ¼ giro hacia elevación extendida (N7)	No Asistido: - Toss con giro completo hacia elevación extendida Las siguientes habilidades recibirán crédito de Estilo Coed siempre y cuando la habilidad sea Sin Asistencia desde el inicio hasta el desmonte hacia la superficie de presentación o hacia posición cuna No Asistido: - Rewind hacia elevación extendida - Subida de hand vault con 1/2 giro hacia elevación extendida - Subida de flic flac con giro completo hacia elevación extendida (N7) Inversión suelta desde mano a mano extendido hacia elevación extendida	- Desmonte con giro pateo giro hacia cuna - Desmonte con pateo doble giro hacia cuna - Desmonte de mortal libre con 1/2 giro desde nivel prep hacia cuna (N7)

LANZAMIENTOS

SIN GIRO			CON GIRO		
- Mortal agrupado - Mortal X-out	- Mortal carpado - Mortal extendido	Pateo triple giro (Sin Mortal)	- Mortal extendido con giro - Mortal extendido con doble giro - Mortal X-out con giro	- Mortal pateo con giro - Arabian con 1 ½ giro - Carpado a extendido con doble giro	

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

VERSION 03.18.25



SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – HABILIDADES NIVEL 6 Y 7



• MORTAL ATRÁS AGRUPADO = AGRUPADO • MORTAL CON 360° = GIRO • MORTAL CON 720° = DOBLE GIRO

GIMNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE	
SALTO AVANZADO – AGRUPADO	- SERIE DE FLIC FLACS – GIRO - SALTO AVANZADO – SERIE DE FLIC FLACS – GIRO - FLIC FLAC - TEMPO – SERIE DE FLIC FLACS – GIRO - SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – GIRO - FLIC FLAC – TEMPO – A – GIRO	- FLIC FLAC – GIRO - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC – GIRO - AGRUPADO CON GIRO - SALTO AVANZADO – AGRUPADO CON GIRO - FLIC FLAC – TEMPO – GIRO - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC - TEMPO - GIRO	- SERIE DE FLIC FLACS – DOBLE GIRO - SALTO AVANZADO – SERIE DE FLIC FLACS – DOBLE GIRO - FLIC FLAC – TEMPO – SERIE DE FLIC FLACS – DOBLE GIRO - SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – DOBLE GIRO - FLIC FLAC – TEMPO – DOBLE GIRO - SALTO AVANZADO – FLIC FLAC / SERIE DE FLIC FLACS – TEMPO – DOBLE GIRO - SERIE DE FLIC FLACS – GIRO / DOBLE GIRO – TEMPO – GIRO / DOBLE GIRO

• FLIC FLAC = FF • MORTAL CON 540° = 1.5 GIRO • MORTAL CON 720° = DOBLE GIRO

GIMNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES ÉLITE	
- MEDIA LUNA – MORTAL CON 360° (GIRO) - RONDADA (RO) – GIRO - RONDADA – FF / SERIE DE FF – GIRO - CAMINO ADELANTE – A – GIRO - AERIAL LATERAL / ADELANTE – GIRO - RONDADA – A – ONODI – A – GIRO - MORTAL ADELANTE CON GIRO	- RONDADA – FF – PATEO GIRO / GIRO A 1 PIERNA - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – A – GIRO - RONDADA – TEMPO – GIRO - RONDADA – A – TEMPO – A – GIRO - EXTENDIDO ADELANTE CON 1.5 GIRO	- RONDADA (RO) – ARABIAN / 1/2 GIRO A 1 PIERNA – RO – A – GIRO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE CON GIRO - HAND VAULT – MORTAL ADELANTE – RO – A - GIRO - RONDADA – FLIC FLAC – GIRO – A – GIRO - RONDADA – A – GIRO – GIRO - RO – A – 1.5 GIRO A 1 PIERNA - A – GIRO - EXTENDIDO ADELANTE CON 1.5 GIRO - A - GIRO / DOBLE GIRO - RONDADA – DOBLE GIRO - RONDADA – A – DOBLE GIRO - CAMINO ADELANTE – A – DOBLE GIRO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – A – DOBLE GIRO	- RONDADA – A – TEMPO – A – DOBLE GIRO - RONDADA – TEMPO – DOBLE GIRO - RONDADA – ARABIAN – A – DOBLE GIRO - RONDADA – A – GIRO – A – DOBLE GIRO - RONDADA – A – 1.5 GIRO A 1 PIERNA – A – DOBLE GIRO - RONDADA – A – DOBLE – SERIE DE FLIC FLACS – A – DOBLE GIRO - RONDADA – A – GIRO – A – TEMPO – DOBLE GIRO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RO – A – TEMPO – A – DOBLE GIRO - RONDADA – A – DOBLE GIRO – TEMPO – DOBLE GIRO - MORTAL ADELANTE A 1 PIERNA – RO – ARABIAN – RO – A – TEMPO – DOBLE GIRO