

## Reglamento de Competición en

# Qi Gong (Chi Kung)

*Organización y Arbitraje para la  
Competición de Health Qigong*

Adaptación y revisión técnica realizada por:  
D. José A. Parada Gonzalez –  
AsogaITaiji – 9/2015

# Organización y Arbitraje para la Competición de Health Qigong



## Índice:

Capítulo 1.	Organización de una competición de Health Qigong.....	2
Capítulo 2.	Programación y registro de la competición.....	6
Capítulo 3.	Normas generales y puntuación para la competición.....	8
Capítulo 4.	Sistema de arbitraje para la competición .....	11
Capítulo 5.	Tablas y diagramas de la competición de Health Qigong .....	21

Revisión técnica realizada por:  
D. José A. Parada - Juez árbitro de Health Qigong  
AsogaTaiji – 9/2015

## **Capítulo 1. ORGANIZACIÓN DE UNA COMPETICIÓN DE HEALTH QIGONG**

La organización de una competición de Health Qigong comprende tareas como establecer el reglamento y los estamentos de la competición, confirmar todos los trabajos y cuestiones que estén relacionados con la misma y constituir un equipo de arbitraje.

### **1. Establecer las condiciones de la competición**

El reglamento de una competición es la parte más crítica en el proceso de organización, ya que es a lo que los organizadores y los participantes deberán ceñirse y adaptarse durante la competición. El reglamento de competición deberá redactarse en un lenguaje simple y preciso, con toda la información completa y detallada. Deberá enviarse a todas las organizaciones y personas implicadas con anterioridad a la competición para que tengan tiempo suficiente para aprender la normativa y realizar las preparaciones pertinentes. Habitualmente, el reglamento contempla los siguientes apartados, pero puede ajustarse según la situación concreta:

1. Nombre de la competición
2. Propósito y objetivo
3. Organizador y patrocinador
4. Fecha y lugar de celebración de la competición
5. Pruebas que se realizarán en la competición
6. Inscripción a la competición
7. Solicitudes e inscripciones
8. Criterios para la puntuación y la entrega de premios
9. Constitución de un equipo de arbitraje, un Jurado de Apelación y una Comisión Supervisora.
10. Información adicional

### **2. Establecer los estamentos de la competición**

La Comisión Organizadora es el organismo de dirección temporal de la competición. Está constituido por miembros que pertenecen al patrocinador, la organización, los participantes, la Comisión de Competición, la Comisión Supervisora, el Jurado de Apelación y el Tribunal de Árbitros. La Comisión Organizadora decide el plan de organización y dirige todos los trabajos relacionados. En la Comisión Organizadora tiene que haber un presidente, varios vicepresidentes y varios miembros de la comisión. De ella dependen la Secretaría, la Comisión de Competición, la Comisión Supervisora, el Jurado de Apelación y el Tribunal de árbitros, encargados de responsabilizarse de los trabajos de los diferentes departamentos, como la administración, los litigios, el jurado...

#### **a) Secretaría**

La Secretaría es responsable de la promoción, las actividades programadas, la gestión de fondos, las inscripciones y el alojamiento para los participantes, la gestión del seguro médico, las ceremonias de apertura y clausura, la organización y ubicación del público. Para las grandes competiciones, la Secretaría puede crear equipos de publicidad, de asuntos generales, de recepción, de seguridad, de asistencia médica, etc.

#### **b) Comisión de Competición**

La Comisión de Competición es el organismo responsable de las siguientes tareas:

- Constitución del reglamento.
- Solicitud y comprobación de los participantes.
- Agenda y programación.
- Gestión del lugar y del equipamiento.
- Gestión y suministro del material para el arbitraje.
- Diseño y producción de los premios.
- Constitución de la Comisión Supervisora y el Jurado de Apelación.
- Selección del árbitro principal, ayudante del árbitro principal, juez de mesa y jueces.

- Formación.
- Comunicación y coordinación.
- Gestión de las pruebas competitivas y orden de salida.
- Organización de las pruebas diarias.
- Información de los resultados.
- Edición y publicación de la clasificación de ganadores.
- Organización de la ceremonia de entrega de premios.

#### **c) Comisión Supervisora**

La Comisión Supervisora supervisa el arbitraje y las tareas de los árbitros sin interrumpir las obligaciones de los jueces ni del Jurado de Apelación. Tampoco puede cambiar los resultados arbitrados por los jueces y el Jurado de Apelación. Tiene como responsabilidad principal los temas relacionados con el estilo competitivo y la disciplina.

#### **d) Jurado de Apelación**

El Jurado de Apelación gestiona las reclamaciones de los equipos participantes relativas a cómo los jueces aplican el reglamento de competición. El Jurado tiene que investigar, programar las vistas, reconsiderar y resolver la apelación. El tiempo para resolver la apelación no debe afectar al desarrollo normal del programa de competición, valoración de la clasificación y celebración de la entrega de premios. La resolución es válida sólo cuando más de la mitad de los miembros del jurado asisten a la reunión de jueces. Los miembros del jurado no pueden participar en la discusión y votación cuando el caso está relacionado con su equipo u organización. El fallo del jurado supone la decisión final y debe comunicarse a la Comisión Organizadora para su registro. El equipo participante debe obedecer la resolución del juez si ésta ha sido aprobada por el Jurado de Apelación. Si la valoración del juez no ha sido aprobada por el jurado, éste puede penalizar al juez de acuerdo con su autoridad. El jurado también puede indicar al departamento correspondiente que penalice al juez, pero no tiene autoridad para cambiar el resultado.

#### **e) Tribunal de árbitros**

El tribunal de árbitros, constituido por el árbitro principal, el ayudante del árbitro principal, juez de mesa, jueces, etc., es el responsable del arbitraje de la competición.

### **3. Constituir el equipo de arbitraje y determinar sus responsabilidades**

La calidad de los jueces es una parte crítica en la organización de una competición. Un equipo excelente de arbitraje depende de la selección de jueces cualificados. Un juez debe cumplir con los siguientes requisitos básicos: tener una moral excelente, ser educado y jugar limpio, ser una persona sana y con energía, respetar su profesión y tener ética profesional; dominar las técnicas y la teoría del Health Qigong; conocer el reglamento de la competición de Health Qigong así como el código de los árbitros; ser capaz de juzgar de forma seria, imparcial, justa y precisa. La constitución y división del trabajo es como se indica a continuación:

#### **a) El equipo del árbitro principal**

En el equipo hay 1 árbitro principal y 1-2 ayudantes del árbitro principal. El árbitro principal organiza todos los trabajos de los jueces, inspecciona y lleva a cabo los preparativos antes de la competición para asegurar la correcta ejecución del reglamento de la competición. El árbitro principal está autorizado para interpretar las normas, pero no para cambiarlas; también está autorizado para cambiar al personal y enmendar los errores de los jueces. Así mismo, es responsable de examinar e informar de los resultados de la competición y de resumir el trabajo de los jueces de la competición. El ayudante del árbitro principal asiste al árbitro principal en sus tareas y realiza todas las tareas en nombre del árbitro principal cuando no está.

#### **b) El equipo de Jurado**

1. Juez de mesa. El Juez de mesa es responsable de:

- Formar a los jueces y organizar su trabajo.
- Aplicar la deducción de puntos por repetición de la actuación por motivos personales.
- Aplicar la deducción de puntos por no sincronizar los movimientos con la música de

fondo.

- Aplicar la deducción de puntos en pruebas de grupo por falta de un miembro o por miembros de más en el grupo.
- Aplicar la deducción de puntos por llevar una vestimenta inadecuada de acuerdo con lo que establece el reglamento.
- Realizar recomendaciones al árbitro principal de cómo gestionar los errores realizados por los jueces.

2. Jueces. Los jueces trabajan bajo la dirección del Juez de Mesa y son responsables de ejecutar el reglamento, puntuar de forma independiente y anotar los detalles.

Hay dos grupos de jueces:

Grupo A: responsable de puntuar la calidad técnica de los movimientos.

Grupo B: responsable de puntuar, el responsable de cronometrar y calcular el tiempo de actuación.

### **c) El equipo de programación y grabación**

Consta de 1 jefe y 2 ayudantes en el equipo. El equipo es responsable de:

- Revisar los formularios y los documentos de inscripción.
- Temporalizar el programa.
- Preparar los formularios de la competición.
- Examinar los resultados de la competición y la clasificación.
- Publicar la tabla de clasificación.

### **d) El equipo de inspección en pista**

Consta de 1 jefe inspector y 2 inspectores, que son responsables de:

- Llamar siguiendo el orden de participación.
- Comprobar la vestimenta de los participantes y el número de participación.
- Acompañar al participante hasta la pista de competición.
- Presentar el formulario de inspección de los participantes al Juez de Mesa.

### **e) Informador, responsable de música y cámara**

El informador es responsable de:

- Comentar el desarrollo de la competición.
- Facilitar información sobre las pruebas y la competición.
- Informar de los resultados de la competición.

El responsable de música se ocupa de preparar la música de fondo y reproducirla en la pista de competición.

El responsable de filmación (cámara) tiene la responsabilidad de:

- Filmar toda la competición en directo.
- Proporcionar un vídeo de la competición para la Comisión de Supervisión y la Comisión de Arbitraje.
- Presentar todos los vídeos de la competición a la Comisión de Competición.

## **Capítulo 2. PROGRAMACIÓN Y REGISTRO DE LA COMPETICIÓN**

La programación y el registro de la competición de Health Qigong constituyen tareas previas fundamentales para la organización de la competición. Es el factor más importante para que la competición se pueda llevar a cabo de una forma objetiva, legítima y ordenada. Por consiguiente, las tareas de programación y registro deben realizarse de forma detallada y exhaustiva, teniendo en cuenta la planificación global. El programa deberá garantizar que todos los participantes puedan realizar su actuación bajo los mismos parámetros y que los jueces puedan alternar trabajo y descanso adecuadamente. Además, el programa debería adecuarse tanto como sea posible a las necesidades del público.

### **a) Principios básicos para la programación**

1. El cronometraje de cada actuación deberá ser más o menos el mismo.
2. Para cada categoría, si hay dos (o más de dos) pruebas simultáneas, el tiempo de éstas deberá ser más o menos el mismo.
3. Cuando haya dos (o más de dos) pistas donde se realizan pruebas simultáneas, se asignarán diferentes categorías a las diferentes pistas.
4. Las pruebas de la misma categoría se asignarán en la misma pista y durante el mismo día. Si la categoría no pudiera completarse, se asignará la misma hora y la misma pista en el segundo día, con el mismo equipo de jueces.
5. Para cada participante de un equipo, sólo se permite una prueba para cada categoría. Si se requiere que la misma persona realice dos pruebas, deberá preverse un tiempo de descanso suficiente entre pruebas para evitar el cansancio o el desorden.
6. Los miembros de un mismo equipo participante deberán, siempre que sea posible, no competir a la vez en categorías individuales.
7. El mismo grupo de jueces deberá responsabilizarse del arbitraje de una pista de competición para cada sesión. Si el grupo de jueces necesita hacerse cargo de dos pistas de competición en la misma sesión, se procurará el tiempo suficiente para que los jueces puedan hacer el cambio y garantizar la continuación de la competición.

## **b) Procedimiento para establecer la programación**

### *1. Protocolo base para el reglamento de la competición.*

Redactar un borrador del protocolo teniendo en cuenta la fecha, el programa, los detalles de la competición, el enfoque de la competición y la normativa indicada en el reglamento de la competición.

### *2. Revisión y estadística.*

Revisar atentamente la solicitud de cada equipo participante para garantizar que cada detalle cumple con los requisitos del reglamento de la competición. Informar al patrocinador y contactar con el equipo participante si se identificara algún problema.

Cuando se haya completado la revisión, deberá realizarse una estadística del número de equipos inscritos en la competición, número de miembros de cada equipo (incluyendo el recuento de hombres y mujeres), número de personas en cada categoría de la competición, etc.

### *3. Programa de la competición.*

En primer lugar, deberá realizarse una previsión del tiempo total necesario para todas las pruebas de la competición. El tiempo adjudicado para cada prueba deberá prever el tiempo necesario para que:

- El equipo competidor entre y salga de la pista de la competición.
- Se realice la prueba.
- Los jueces puntúen y anuncien los resultados.

En segundo lugar, dividir el tiempo total uniformemente y determinar el número de días de competición para tener el tiempo necesario para completar las categorías cada día. En tercer lugar, calcular el número de sesiones por día y, luego, asignar las categorías en cada sesión de una forma legítima. Finalmente, realizar la programación de la competición de acuerdo con lo que resulte de todo lo que se ha mencionado previamente.

### *4. Grupos de competición*

Según la programación prevista, asignar las categorías y sus grupos en cada sesión de una forma legítima y, a continuación, disponer el orden de las pruebas según los resultados del sorteo.

### *5. Revisión y comprobación.*

Cuando el programa de la competición y las actividades se confirme, revisarlo y comprobarlo con atención para evitar que se produzcan errores o que se repita alguna actividad.

### *6. Edición e impresión del programa.*

## **c) Registro de las tareas del equipo de programación y de registro**

1. Preparar los formularios de la competición y repartirlos al equipo de jueces antes de la competición.
2. Durante las diferentes pruebas de la categoría, recoger a tiempo la hoja de registro de puntuaciones de cada sesión del equipo de jueces, comprobar el resultado registrado por el apuntador y asegurarse de que el árbitro firme la hoja de registro. El resultado y el registro de cada sesión deberán guardarse cuidadosamente en caso de posibles consultas.
3. Entregar el resultado de cada sesión a la Comisión de Competición para que anuncie
4. los resultados.

Cuando la competición acabe, registrar la clasificación a tiempo y entregarla a la Comisión de Competición con la firma del árbitro principal.

### **Capítulo 3.   NORMATIVA GENERAL Y SISTEMA DE PUNTUACIÓN PARA LA COMPETICIÓN DE HEALTH QIGONG**

#### **1. Normativa general.**

##### **a) Naturaleza de la competición.**

Aunque el Health Qigong sea un deporte para todo el mundo, también es posible e indispensable organizar competiciones. Como en las categorías de deportes de competición, se puede participar en categorías individuales y grupales. Además se puede participar por equipo, que comprende categorías individuales y grupales. Los participantes pueden ser asignados a diferentes categorías de competición de acuerdo con su edad y género.

##### **b) Objeto de la competición.**

Las formas de Health Qigong aprobadas y autorizadas por la Asociación China de Health Qigong se utilizarán, como objeto de la competición, pero las categorías se basarán en el reglamento de cada competición. Actualmente las cuatro formas de Health Qigong revisadas y creadas por la Asociación China de Health Qigong son las que se utilizan como objeto de competición en los campeonatos amistosos y campeonatos atléticos. Cada una de las cuatro formas puede ser una categoría competitiva.

##### **c) Música de fondo.**

Deberán utilizarse las piezas musicales originales específicas sin instrucciones orales como música de fondo para la actuación en la competición.

##### **d) Vestimenta de competición.**

Todo el equipo de arbitraje y participantes deberán llevar una vestimenta específica en la competición así como la correspondiente identificación.

##### **e) Orden de salida en la competición.**

Bajo la supervisión y organización de la Comisión Organizadora y el árbitro principal. El equipo de programación y registro realizará un sorteo para decidir el orden de salida en la competición.

##### **f) Comprobación de la presencia de los participantes antes de la prueba.**

Los participantes deberán estar presentes en el lugar indicado 30 minutos antes de la prueba, para atender a la primera llamada de comprobación; la segunda llamada se efectuará 10 minutos antes de la prueba. Los participantes que no estén presentes en las llamadas de comprobación antes de la prueba serán eliminados.

##### **g) Protocolo de competición.**

Después de la llamada de entrada y después de la actuación, el equipo participante deberá saludar al árbitro.

##### **h) Comunicación de la puntuación.**

La puntuación de la competición individual y la competición grupal se comunicarán públicamente en la propia pista.

##### **i) Clasificación.**

1. La clasificación de la categoría individual y la categoría de grupo se realizará de forma descendente de acuerdo con los resultados de los participantes. Si hay empate, el que tenga la puntuación más alta en nivel de actuación global obtendrá el puesto más alto. Si se mantiene el empate, el que tenga la puntuación más alta en calidad técnica obtendrá el puesto más alto. Si obtienen la misma puntuación en calidad técnica, ambos recibirán la misma clasificación.
2. La clasificación de la categoría de grupo se realizará de forma descendente de acuerdo con los resultados de los participantes. Si hay empate, el equipo que obtenga la puntuación más alta en nivel de actuación global obtendrá el puesto más alto. Si se mantiene el empate, el equipo que obtenga la puntuación más alta en calidad técnica obtendrá el puesto más alto. Si obtienen la misma puntuación en calidad técnica, ambos grupo recibirán la misma clasificación.

#### **j) Normativa para las apelaciones.**

1. Las apelaciones sólo podrán ser presentadas por el equipo participante; no serán admitidas las apelaciones de miembros individuales pertenecientes a los equipos competidores.
2. La apelación deberá realizarse sobre cómo el equipo participante objeta el arbitraje de los jueces; cada apelación sólo puede incluir un tema.
3. La apelación deberá ser presentada por el capitán o el entrenador al Jurado de Apelación por escrito, en los 30 minutos siguientes a la finalización de la prueba realizada por el equipo o un miembro del equipo. Así mismo se realizará el pago de 100 euros en el mismo momento. Si no fuera así, no se admitirá la apelación. Si la resolución de la apelación es favorable, el importe pagado será devuelto. Si la resolución de la apelación no es favorable, dicha cantidad se destinará a la retribución de los jueces.

## **2. Método y criterio para la puntuación.**

#### **a) Método de puntuación.**

La puntuación total de cada categoría competitiva es de 10 puntos, que incluye 5 puntos por calidad técnica y 5 puntos por nivel de actuación global. El método de puntuación es el promedio de:

- El Juez de mesa y jueces del grupo A puntúan con el sistema de deducción de puntos.
- Los jueces del grupo B puntúan con el sistema de adición de puntos.

#### **b) Criterio de puntuación.**

1. *Calidad técnica de los movimientos.*

La deducción total de puntos para la calidad técnica de los movimientos no puede exceder de 4 (4 incluidos), los jueces del grupo A pueden deducir 0,1 por cada tipo de error descrito más adelante. Si el mismo error aparece más de una vez en el mismo movimiento, o más de un error aparece en el mismo movimiento, o más de una persona del grupo participante comete errores en el mismo movimiento, la máxima deducción de puntuación es 0,4.

*Movimiento:* los movimientos del cuerpo, la forma de la boca y los sonidos no están en concordancia con su descripción técnica y sus requisitos de ejecución.

*Equilibrio:* moverse, tambalearse y balancearse si no están incluidos en la descripción de la técnica de los movimientos.

*Respiración:* respiración entrecortada o contención de la respiración.

*Expresión/actitud:* mente no concentrada, dispersa o ausente.

*Otros:* saltarse movimientos, los movimientos no se sincronizan con la música de fondo, vestimenta inadecuada...

2. *Niveles de actuación global.*

Hay tres niveles de actuación global y 3 grados para cada nivel, con un total de 9 grados de puntuación. La puntuación se obtiene primero decidiendo el nivel y después, el grado, entonces se define la puntuación en múltiplos de 0,05 (la segunda cifra de los decimales debe acabar en 0 o 5) en el nivel correspondiente.

*Niveles de Puntuación:*



Nivel	Grado	Puntuación
Excelente	Grado 1	5,00 – 4,80
	Grado 2	4,75 – 4,50
	Grado 3	4,45 – 4,10
Bueno	Grado 1	4,00 – 3,80
	Grado 2	3,75 – 3,50
	Grado 3	3,45 – 3,10
Escaso	Grado 1	3,00 – 2,80
	Grado 2	2,75 – 2,50
	Grado 3	2,45 – 2,10

*Criterio de arbitraje:*

**Para puntuar Excelente los participantes tienen que:**

- Realizar los movimientos exactamente como aparecen en la descripción de la calidad técnica de movimientos.
- Respirar con suavidad.
- Mostrar la mente concentrada
- Realizar una actuación elegante con el espíritu de la forma en armonía con la ejecución técnica de los movimientos.
- Todos los miembros del grupo participante se mueven de forma coordinada y a la vez.
- Realizar movimientos coordinados y en armonía con la música de fondo.

**Para puntuar Bueno, los participantes tienen que:**

- Realizar los movimientos de forma bastante precisa, como aparecen en la descripción de la calidad técnica de los movimientos.
- Respirar con bastante suavidad.
- Mostrar una mente bastante concentrada.
- El espíritu de la forma está bastante bien combinado con la ejecución técnica de los movimientos.
- Todos los miembros del grupo participante se mueven de forma bastante coordinada y a la vez.
- Realizar movimientos bastante coordinados y en armonía con la música de fondo.

**Para puntuar Escaso, los participantes normalmente muestran:**

- Los movimientos no coinciden con su descripción técnica.
- Respiración irregular.
- Falta de concentración mental.
- El espíritu de la forma está poco coordinado con la ejecución técnica de los movimientos.
- Todos los miembros del grupo participante no se mueven de forma coordinada y a la vez.
- Falta de coordinación con la música de fondo.

3. *Deducción de puntos del Juez de Mesa.*

Durante la competición, si el participante debe repetir la actuación por motivos personales, se deducirá 1 punto. Se deducirá 0,1 por cada 3 segundos si la actuación acaba por falta o exceso del tiempo establecido, la deducción acumulada no podrá exceder de 0,3. En categorías grupales, se deducirán 0,5 puntos por cada miembro ausente o adicional, se deducirá entre 0,1-0,3 por llevar vestimenta inadecuada.

**c) Deducción de puntos del Juez de Mesa.**

1. Durante la competición, si el participante debe repetir la actuación por motivos personales, se deducirá 1 punto. Se deducirá 0,1 por cada 3 segundos si la actuación acaba por falta o exceso del tiempo establecido, la deducción acumulada no podrá exceder de 0,3. En categorías grupales, se deducirán 0,5 puntos por cada miembro ausente o adicional, se deducirá entre 0,1-0,3 por llevar vestimenta inadecuada.
2. La puntuación de la calidad técnica de los movimientos del equipo participante (miembro del equipo) será el promedio de la puntuación de los 3 jueces del grupo A.
3. La puntuación del nivel de actuación global del equipo participante (miembro del equipo) será el promedio de la puntuación de los 3 jueces del grupo B.
4. La puntuación final del equipo participante (miembro del equipo) será la suma de la puntuación de la calidad técnica de los movimientos y del nivel de actuación global, menos los puntos de la deducción del Juez de Mesa.

## **Capítulo 4. SISTEMA DE ARBITRAJE PARA LA COMPETICIÓN DE HEALTH QIGONG.**

El Health Qigong es un deporte tradicional en China. Es un sistema único para desarrollar destrezas y específico en el sistema de arbitraje y puntuación. La mayor parte de los deportes ponen énfasis en los movimientos externos del cuerpo; en cambio, para los practicantes de Health Qigong no es imprescindible que coincidan con precisión la calidad técnica de los movimientos externos, dado que lo más importante es arbitrar y obtener una evaluación fiable que se base en los movimientos internos como la respiración, la mente y la consciencia, el nivel de actuación global, etc.

**a) Arbitraje de la calidad técnica de los movimientos.**

La puntuación de la calidad técnica de los movimientos refleja cómo el participante satisface los requisitos de ejecución de los movimientos descritos en las formas de Qigong. Debido a las características del Health Qigong, el arbitraje y la evaluación están basados en el cuerpo, el qi y la mente del participante.

- Criterios de movimiento: precisión de la postura y el movimiento de los miembros del equipo participante, incluyendo también la forma de la boca y el sonido. Por ejemplo, los instantes estáticos se examinan de forma que los movimientos del cuerpo del participante coincidan con los requisitos de la calidad técnica de los movimientos; la dinámica del movimiento se examina de forma que los movimientos del cuerpo del participante coincidan con los requisitos de las formas de Qigong.

- Criterios de respiración: se evalúa si la respiración de los practicantes coincide con lo que se especifica en las formas de Qigong. La respiración debe ser profunda, larga, continua y suave. Los jueces deben observar si la respiración es entrecortada, forzada u oprimida.

- Criterios sobre la mente: se evalúa si el practicante está concentrado. Los jueces deben observar si el participante tiene la mente ausente o dispersa.

Además los jueces pueden deducir puntos por las siguientes razones:

- Cualquier pausa o discontinuidad no descrita en la calidad técnica de movimientos será arbitrada como olvido o fuera de lugar.
- Cualquier movimiento, tambaleo o balanceo no descrito en la calidad técnica de movimientos.
- Falta de coordinación del movimiento con la música de fondo.

El sistema para la deducción de la calidad técnica de los movimientos es 0,1 por cada error, de acuerdo con los tipos de errores comunes descritos más adelante. En cualquier caso, los jueces deben saber que la deducción de puntos acumulada para la calidad técnica de movimiento no puede exceder en 4 (4 incluido). Para las repeticiones del mismo error en el mismo movimiento, o más de un error en el mismo movimiento, o más de una persona tiene errores en el mismo movimiento, la deducción de puntos acumulada será 0,4 como máximo. En la pista de competición, hay más de un equipo que está actuando simultáneamente, el tiempo pasa rápido y los movimientos se realizan en un instante, por tanto el juez responsable de puntuar la calidad técnica de los movimientos tiene que estar familiarizado y conocer completamente los errores comunes que se puedan cometer, para arbitrar y puntuar de forma rápida y precisa.

#### **b) Arbitraje del nivel de actuación global.**

El nivel de actuación global implica evaluar el conjunto de movimientos, respiración y mente (atención, intención, consciencia y concentración); se trata de una valoración global. El arbitraje requiere que los jueces conozcan las reglas de la competición, y dominen y sepan perfectamente la forma de Qigong que van a arbitrar. Los jueces deben evaluar a tiempo y con precisión el nivel y la puntuación de los miembros del equipo, para obtener un resultado de evaluación legítimo.

El criterio para evaluar los movimientos no sólo está basado en la calidad técnica de los movimientos, sino también en el arbitraje de la coordinación y el ritmo de los movimientos, así como la aplicación de la fuerza interna.

- La coordinación del movimiento está focalizada en la coordinación de las diferentes partes del cuerpo de los miembros del equipo participante, la falta de coordinación de los movimientos incluye:

- Falta de coordinación entre las extremidades superiores e inferiores.
- Falta de coordinación entre los movimientos de las extremidades y el tronco.
- Movimientos discontinuos o movimientos de conexión poco naturales.

- El ritmo del movimiento se valora según la habilidad que tienen los miembros del equipo participante de controlar los instantes dinámicos y estáticos, la lentitud y la rapidez, para comprobar si los miembros del equipo saben diferenciar los diferentes instantes dinámicos, estáticos, ritmo lento y rápido.

- La aplicación de la fuerza interna se valora en cómo los miembros del equipo participante aplican la fuerza interna a lo largo de toda la actuación. No se trata de poner énfasis en un movimiento de Health Qigong para expresar fuerza interna, pero la realización de cada movimiento individual depende de la aplicación de la fuerza interna. Los movimientos rígidos y tensos, los movimientos con poca fuerza y blandos, la carencia de ritmo y coherencia en el movimiento y la conexión de los movimientos, son la manifestación de una aplicación pobre de fuerza interna.

El criterio de respiración se valora según la respiración de los miembros del equipo participante, si la respiración es entrecortada u oprimida, o si la respiración se coordina con el movimiento. Los requisitos globales para la respiración de Health Qigong son:

- Inspirar para movimientos de extensión y apertura, espirar para movimientos de recogimiento.
- Inspirar para movimientos hacia arriba, espirar para movimientos hacia abajo.
- Espirar para movimientos hacia el exterior, inspirar para movimientos hacia el interior.

En la mayor parte de casos, el miembro de un equipo participante será arbitrado por su "respiración suave", si no muestra respiración entrecortada u oprimida, y la frecuencia respiratoria coordinada con el ritmo de los movimientos está de acuerdo con los requisitos especificados anteriormente.

Es bastante difícil emitir un juicio sobre cómo los participantes focalizan la mente o no durante la actuación. En la realidad, los jueces basarán su evaluación en los siguientes parámetros:

- Si el miembro del equipo participante muestra una mente dispersa o ausente.
- Cómo el miembro del equipo participante se concentra en la actuación y el movimiento.
- Coordinación de la expresión de los ojos con los movimientos del cuerpo.

El criterio de calidad técnica de la ejecución de los movimientos se valora en cómo el espíritu de la forma se une a la calidad técnica del movimiento y a las características del movimiento. Se arbitra en función de la actitud mental y estilo de actuación del practicante y de cómo estas características se corresponden a las de las formas de Qigong. La actitud mental es el estado mental que muestra el practicante. Una actitud mental positiva es un estado de paz, calma, tranquilidad, seguridad y, al mismo tiempo, muestra gran vitalidad. Una actitud mental negativa es un estado que expresa inquietud, agitación o apatía. En la evaluación de una categoría individual, los jueces observan principalmente el carácter, la expresión facial y la expresión de los ojos del individuo. El carácter global de un grupo es la suma de la expresión facial de los miembros del grupo que es observada para la evaluación del grupo de competición. Si cada miembro muestra un carácter amable, una expresión facial relajada, junto con la expresión de grandeza y fuerza de todo el grupo, éste será evaluado por tener una actitud mental positiva.

El criterio de estilo valora cómo el miembro de un equipo participante muestra en la actuación las características propias de cada forma. Para la evaluación, se tienen en cuenta los siguientes parámetros:

- Cómo el miembro del equipo participante ejecuta la actuación global del Health Qigong.
- Cómo el miembro del equipo participante ejecuta el estilo de la forma específica del Health Qigong.
- Si se mantiene el mismo estilo a lo largo de toda la actuación.

Los miembros del equipo participante pueden mostrar un estilo personal en la actuación, pero el estilo personal debe estar en armonía con el estilo de la actuación de la forma, si no, afectará a la evaluación del nivel de actuación global.

En la categoría de grupo, el grupo debe moverse de forma coordinada y sincronizada, lo que ayuda a expresar el carácter y actitud mental del grupo, mejorando la calidad de su actuación y reflejando el nivel competitivo de la forma. Si todos los miembros del grupo realizan la actuación según la descripción técnica de la forma, el grupo estará actuando de forma coordinada y sincronizada. Por consiguiente, los jueces tienen que evaluar según la disposición de la formación y la coordinación de todo el grupo en los movimientos claves, lo que representa un elemento esencial en el momento de evaluar el nivel de actuación global.

El movimiento tiene que estar en armonía con la música de fondo, es decir, la música de fondo se sincroniza con el movimiento. La música de fondo de las formas de Health Qigong deben ser piezas musicales suaves, tranquilas, coherentes y relajadas; el ritmo y la melodía deben

estar en concordancia con las características y velocidad de movimiento de la forma. Normalmente, la melodía de la parte dinámica será un poco más rápida y con un tono más alto que la de la parte estática. Una música apropiada ayuda a los practicantes a concentrar la mente y mejorar el efecto terapéutico. Cada una de las cuatro formas de Health Qigong que promueve la Administración General del Deporte de la República Popular China tiene una composición original, creada de acuerdo con las características de la forma. Para evaluar si el movimiento está en armonía con la música de fondo se tendrán en cuenta los siguientes parámetros:

1. Si la música de fondo está en concordancia con el movimiento y las características de la forma de Qigong.
2. Si el movimiento de la actuación se coordina con la melodía y el ritmo de la música.

Para la evaluación del nivel de actuación global, cada prueba debe mostrar el estilo y características que la distinguen de las demás. La evaluación tiene que destacar los puntos clave, pero al mismo tiempo tiene que observar la actuación global, por lo que debe verse claramente tanto la diferenciación como la integración. Es necesario que los jueces aprendan seriamente de las experiencias anteriores, para aplicar los mismos criterios de una forma imparcial y equitativa a lo largo de toda la competición, especialmente para las categorías que no pueden ser completadas al mismo tiempo y en la misma sesión, los criterios deben ser idénticos desde el inicio hasta el final.

#### **c) Arbitraje de deducción de puntos del Juez de Mesa.**

Generalmente hay cuatro parámetros de deducción de puntos por parte del Juez de Mesa en una competición de Health Qigong.

1. Repetición de la prueba de los miembros del equipo participante. Debe ser causada por razones personales como errores o situarse en un lugar no indicado. La interrupción causada por razones objetivas no se incluye en la deducción.
2. Falta o exceso de tiempo para finalizar la forma. Se deducirán puntos si la forma acaba antes o después del tiempo especificado para su ejecución. Para realizar la deducción, el árbitro debe anotar cuánto tiempo falta o se excede.
3. Miembro adicional o miembro ausente de un grupo en competición grupal. El Juez de mesa debe prestar atención a la notificación del ayudante de aviso de salida y comprobarlo en la pista personalmente para realizar la deducción.
4. Vestimenta inapropiada de los miembros del equipo participante. El árbitro tiene que prestar atención a la notificación del ayudante de avisos de salida para comprobarlo en la pista personalmente para la deducción.

#### **d) Calidad técnica de las cuatro formas de Health Qigong y los errores comunes.**

### **1. Health Qigong - Yi Jin Jing**

#### **A. Estilo técnico**

Deben realizarse movimientos con estiramiento, suaves, precisos, que combinen fuerza y suavidad. Se debe poner énfasis en el estiramiento y extensión de los huesos y tendones, así como en la rotación, estiramiento y flexión de la columna vertebral. La respiración deberá ser natural, suave, fluida, ni entrecortada ni oprimida. La mente tiene que estar relajada y la conciencia, en paz, y debe seguir al movimiento de la forma sin esfuerzo y de forma natural.

#### **B. Errores Comunes**

Movimientos	Errores
Wei Tuo presenta una ofrenda 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuando se juntan las palmas delante del pecho, se suben los hombros y se levantan los codos o se relajan demasiado los hombros y se bajan los codos.</li> <li>2. Las palmas se juntan fuertemente.</li> </ol>
Wei Tuo presenta una ofrenda 2	Los brazos no se levantan hasta la posición correcta.
Wei Tuo presenta una ofrenda 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Codos flexionados cuando se levantan los brazos.</li> <li>2. Se pierde el equilibrio cuando se levantan los talones.</li> </ol>
Coger una estrella y cambiar la constelación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sacar el abdomen cuando se mira hacia arriba.</li> <li>2. Falta de coordinación y postura incorrecta del movimiento de los brazos.</li> </ol>
Estirar a nueve bueyes por la cola	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Excesiva fuerza de los brazos que hacen el movimiento rígido.</li> <li>2. Rotación insuficiente de los brazos.</li> </ol>
Enseñar las palmas y desplegar las alas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El pecho no se expande lo suficiente.</li> <li>2. Cuando se empujan las palmas hacia delante se aplica fuerza física en vez de fuerza interna.</li> <li>3. Respiración tensa y poco natural.</li> </ol>
Nueve fantasmas desenvainan un sable	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Relajar las manos detrás del cuerpo cuando se flexionan las rodillas y se cierran los brazos.</li> <li>2. El peso del cuerpo está descentrado hacia un lado cuando la persona mira atrás y abajo.</li> <li>3. Girar excesivamente la cabeza.</li> </ol>
Tres platos caen al suelo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los brazos rígidos cuando se presionan las palmas hacia abajo al agacharse.</li> <li>2. Agacharse insuficientemente.</li> <li>3. Olvidarse el sonido "JAI".</li> </ol>
El dragón negro enseña sus garras	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento excesivo cuando el cuerpo se flexiona hacia adelante, con el cuerpo inestable y las rodillas dobladas.</li> <li>2. Los dedos flexionados cuando se forman las garras de dragón.</li> </ol>

El tigre salta sobre su presa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuando se lleva el peso hacia delante, se levantan los hombros, se mete el pecho y se deja que la cabeza balancee.</li> <li>2. Excesiva o insuficiente curvatura de los dedos cuando se forma la garra de tigre.</li> </ol>
Reverencia para saludar	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las rodillas flexionadas cuando se flexiona el cuerpo.</li> <li>2. Secuencia incorrecta de flexión y extensión de las vértebras cuando se flexiona y se extiende el cuerpo respectivamente.</li> </ol>
Balancear la cola	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rodillas flexionadas cuando se flexiona el cuerpo.</li> <li>2. Manos cruzadas y peso del cuerpo inestable cuando se balancea la cola.</li> </ol>
Cierre	La cabeza mira hacia arriba cuando se suben los brazos.

## 2. Health Qigong - Wu Qin Xi

### A. Estilo técnico

Los movimientos deben seguir la descripción técnica de la forma, con movimientos claros y diferenciados hacia arriba y hacia abajo, movimientos altos y bajos, movimientos ligeros y pesados, movimientos lentos y rápidos, movimientos llenos y vacíos. Los movimientos deben ser suaves y flexibles, no pueden ser rígidos ni discontinuos. La ejecución debe poner énfasis en el espíritu del animal y que las figuras de la forma sean exactas. Debe ejecutarse de forma auténtica de acuerdo con el espíritu real de los animales:

- Ser valiente, fiero y fuerte como un tigre en el ejercicio del Tigre.
- Ser un ciervo ágil y libre en el ejercicio del Ciervo, con movimientos ligeros y con estiramiento.
- Ser un oso simple y honesto en el ejercicio del Oso, con pasos firmes y tranquilos.
- Ser un mono ágil y activo en el ejercicio del Mono, con movimientos rápidos y hábiles.
- Ser una grulla elegante y segura en el ejercicio del Pájaro, con movimientos ligeros y elegantes.

### B. Errores Comunes

Movimientos		Errores
Preparación: Regular la respiración		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las palmas no se mueven según se describe en la forma.</li> <li>2. Los movimientos de los brazos son rígidos y poco naturales.</li> </ol>
TIGRE	El tigre alza las garras	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se distinguen claramente los movimientos de extensión de los dedos, flexión de los dedos, giro de muñeca y formación del puño.</li> <li>2. El movimiento de los puños al subir y bajar no están</li> </ol>

		en la misma línea horizontal.
	El tigre salta	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No se coordina el movimiento de la columna vertebral con el movimiento curvo de los brazos.</li> <li>2. Cuando se extiende y se flexiona la parte superior del cuerpo hacia delante, el tronco y los miembros superiores no forman una línea paralela al suelo.</li> </ol>
CIERVO	El ciervo golpea con las astas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El giro insuficiente de la cintura hace que las “astas” del brazo de arriba no estén más adelantadas que las del brazo de abajo.</li> <li>2. Movimientos de los pies inexactos y el peso no está en el pie de delante.</li> </ol>
	El ciervo corre	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La forma del “arco horizontal” de la espalda y el “arco vertical” del tronco no se realizan correctamente.</li> <li>2. Los pasos son inestables y rígidos.</li> </ol>
OSO	El oso se rasca la barriga	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimientos inadecuados de la cintura y el abdomen, miembros inferiores inestables.</li> <li>2. No hay coordinación en el movimiento entre la curva que realizan las palmas y el de la cintura y abdomen.</li> </ol>
	El oso se balancea	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento poco marcado de dar el paso hacia delante y levantar la cadera.</li> <li>2. Los lados de la cintura no se mueven con el giro de la cintura y el balanceo de los hombros.</li> </ol>
MONO	El mono alza las patas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento poco marcado de subir los hombros, contraer el pecho y los codos, levantar las muñecas, contraer el abdomen y levantar los talones.</li> <li>2. Se pierde el equilibrio cuando se levantan los talones.</li> </ol>
	El mono coge fruta	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La expresión de los ojos no muestra la agilidad del mono mirando alrededor.</li> <li>2. Extensión insuficiente de las extremidades en el movimiento de coger la fruta.</li> </ol>
PÁJARO	El pájaro despliega las alas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento poco marcado de levantar los hombros, contraer el cuello, extender el pecho y sacar las nalgas cuando las manos están encima de la cabeza.</li> <li>2. No mantener el equilibrio y balancear la pierna de atrás cuando se está sobre una sola pierna.</li> </ol>



	El pájaro vuela	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento de los brazos rígido y no suficientemente armonioso.</li> <li>2. No mantener el equilibrio cuando se está sobre una sola pierna.</li> </ol>
Enlaces y cierre		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimiento inadecuado de las palmas.</li> <li>2. Las palmas están más arriba del pecho cuando se lleva el qi hacia el cuerpo.</li> </ol>

### 3. Health Qigong - Liu Zi Jue

#### A. Estilo técnico

Los movimientos tienen que ser extendidos y fluidos, lentos y suaves, elegantes como el movimiento de las nubes o el fluir del agua. La ejecución debe expresar paz, calma y la delicada belleza de la forma. La respiración tiene que ser delicada, ligera, suave y lenta, sin contraer ni hinchar el abdomen intencionadamente. Combinar la intención de la mente con la elegancia del movimiento, así como una respiración delicada con la espiración y el sonido; dejar que surja la consciencia con la respiración y los movimientos del cuerpo.

#### B. Errores Comunes

Tipos		Errores
Mente		La mente está intranquila y desconcentrada, existe nerviosismo y agitación.
Sonido, forma de la boca y respiración		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demasiado énfasis en la forma de la boca descuidando así la respiración.</li> <li>2. Respiración oprimida.</li> <li>3. Sonido inexacto.</li> <li>4. Volumen del sonido demasiado alto.</li> </ol>
Movimientos	Preparación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Piernas demasiado rígidas o flexionadas.</li> <li>2. Sacar el pecho y subir la cabeza.</li> </ol>
	Apertura	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los codos apuntan atrás y el pecho sobresale cuando se levantan las palmas.</li> <li>2. Pecho y abdomen sobresalen cuando se empujan las palmas hacia fuera.</li> <li>3. Los codos se contraen hacia atrás y hacia adentro cuando las manos se posan en el Dan Tian.</li> </ol>
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Falta de coordinación entre extender las palmas y</li> </ol>

	XU	<p>espirar.</p> <p>2. Brazos extendidos hacia la dirección incorrecta.</p> <p>3. El cuerpo inclinado hacia atrás o hacia delante cuando se gira la parte superior del cuerpo.</p>
	HE	El pecho sobresale y la cabeza se inclina hacia atrás cuando se doblan los codos y se levantan las manos.
	HU	El pecho y el abdomen sobresalen cuando se empujan las manos hacia fuera.
	SI	<p>1. La secuencia de levantar las palmas, extender los hombros y el pecho, y meter el cuello hacia abajo no se realiza ordenadamente.</p> <p>2. La cabeza se inclina de forma excesiva hacia atrás cuando se mete el cuello hacia abajo.</p>
	CHUI	Movimiento rígido y poco natural al flexionar las rodillas para agacharse y al deslizar con las palmas desde la cintura hasta los muslos.
	XI	Movimiento poco o muy marcado de las palmas.
Movimiento y respiración		Falta de coordinación entre el movimiento y la respiración, el tiempo de espiración es demasiado largo o corto.

#### 4. Health Qigong - Ba Duan Jin

##### A. Estilo técnico

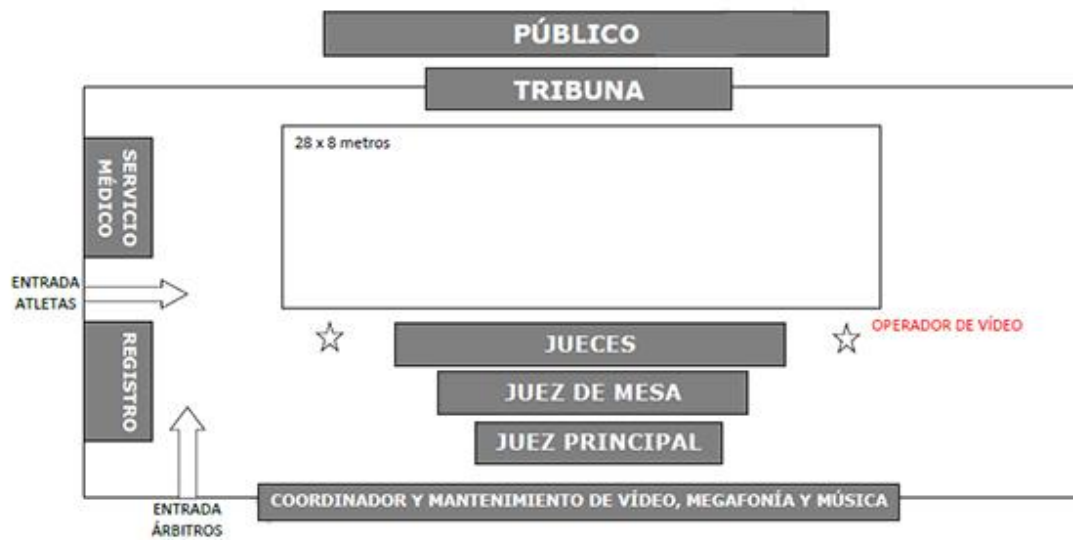
Los movimientos deben ser armónicos, lentos, suaves, continuos, fluidos, con estiramiento, ligeros con el peso del cuerpo estable. La ejecución debe mostrar la coordinación del cuerpo entero, la combinación de fuerza y relajación, así como de la alternancia de momentos dinámicos y estáticos. La mente debe estar en armonía con los movimientos del cuerpo y debe coordinarse con la respiración. El cuerpo sigue a la mente, y la respiración debe ser natural y suave.

##### B. Errores comunes

Movimientos	Errores
Apertura	Los pulgares apuntan arriba y los demás dedos apuntan hacia abajo cuando los brazos están delante del cuerpo.
Mantener las manos con las palmas hacia arriba para regular los órganos internos	Cuando se suben las manos hacia arriba, la cabeza no se inclina suficientemente, se detiene a mitad de recorrido y se pierde la energía.
Colocarse como un arquero cuando dispara una flecha a la izquierda y a la derecha	Hombros subidos, columna inclinada y pies hacia afuera.
Mantener una mano en alto para regular las funciones del Bazo y del Estómago	Los dedos señalan hacia una dirección incorrecta, flexión insuficiente de los codos e insuficiente estiramiento de la parte superior del cuerpo.
Mirar hacia atrás para prevenir enfermedades y tensión	La parte superior del cuerpo se inclina hacia atrás y los hombros quedan en una posición inadecuada.
Balancear la cabeza y bajar el cuerpo para aliviar el estrés	Movimiento rígido y poco flexible del cuello y las nalgas cuando se balancea la parte superior del cuerpo.
Deslizar las manos por la espalda hacia las piernas y tocar ls pies para fortalecer el Riñón	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las rodillas están flexionadas cuando se bajan las manos.</li> <li>2. Secuencia de movimientos incorrecta, subiendo la parte superior del cuerpo antes de subir los brazos.</li> </ol>
Lanzar los puños con mirada de ira para mejorar la fuerza	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tronco inclinado hacia delante, hombros y codos levantados cuando se lanza el puño hacia fuera.</li> <li>2. Movimiento inadecuado de rotación de la muñeca y movimiento flojo al apretar los dedos cuando se recoge el puño.</li> </ol>
Subir y bajar los talones para curar las enfermedades	Los hombros están levantados y no se consigue mantener el equilibrio cuando se suben los talones.
Cierre	Cerrar la secuencia de forma apresurada, dar un paso a la derecha al finalizar la forma, no tomarse suficiente tiempo para regular la mente y los pensamientos.

## Tablas y diagramas para la competición de Health Qigong

### 1. Distribución de la competición de Health Qigong



## 2. Formulario de inscripción para la competición de Health Qigong

Nombre del Equipo: \_\_\_\_\_ Capitán: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_ Entrenador: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_

Nº	Nombre	Género	Nacionalidad	Profesión	DNI	Categoría Individual				Categoría Grupal			
						Yi Jin Jing	Wu Qin Xi	Liu Zi Yue	Ba Duan Jin	Yi Jin Jing	Wu Qin Xi	Liu Zi Yue	Ba Duan Jin
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													

Observaciones: 1. Marcar (X) en la correspondiente casilla. 2. El formulario se presenta por duplicado y se entrega al patrocinador y al organizador.

Organización: (Sello)

Fecha:

### 3. Competición de Health Qigong

**Tabla estadística de las pruebas competitivas**

Nº	Equipo	Categorías Individuales					Categorías Grupales				
		Yi Jin Jing	Wu Qin Xi	Liu Zi Yue	Ba Duan Jing	Total	Yi Jin Jing	Wu Qin Xi	Liu Zi Yue	Ba Duan Jing	Total
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											

Total														
-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**4. Competición de Health Qigong**  
**Tabla estadística de los participantes**

Nº	Equipo	Participantes			Entrenador			Capitán			Personal-Staff			Total
		Hombre	Mujer	Subtotal	Hombre	Mujer	Subtotal	Hombre	Mujer	Subtotal	Hombre	Mujer	Subtotal	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														

Total														
-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 5. Tabla de puntuación de calidad técnica

Prueba: \_\_\_\_\_ Sesión: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_ Juez N.º: \_\_\_\_\_

Nº	Equipo	Nombre	Movimiento N.º Error	Equilibrio Nº error	Respiración Nº error	Expresión Nº error	Otros Nº error	Puntos deducidos	Puntos obtenidos
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
Deducción total equipo									



### 6. Tabla de puntuación de actuación global

Prueba:\_\_\_\_\_ Sesión:\_\_\_\_\_ Grupo:\_\_\_\_\_ Juez N.º:\_\_\_\_\_

N.º	Nombre (equipo)	Excelente	Bueno	Escaso
		1) 5,00-4,80 2) 4,75-4,50 3) 4,45-4,10	1) 4,00-3,80 2) 3,75-3,50 3) 3,45-3,10	1) 3,00-2,80 2) 2,75-2,50 3) 2,45-2,10
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

### 7. Tabla de deducción de puntos del Juez de Mesa

Prueba: \_\_\_\_\_ Sesión: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_

Nº	Nombre (equipo)	Repite la actuación 1/cada repetición	Tiempo actuación 0,1-0,3 s	Miembro ausente o adicional	Vestimenta	Deducción Total
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Firma del Juez de Mesa: \_\_\_\_\_

### 8. Competición de Health Qigong Tabla de registro de puntuación

Prueba \_\_\_\_\_ Sesión \_\_\_\_\_ Grupo \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Nº	Nombre (equipo)	Puntuación Jueces grupo A			Media	Puntuación Jueces grupo B			Media	Total	Deducción de Árbitro	Puntuación Final
		1	2	3		4	5	6				
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

Inspector jefe \_\_\_\_\_

Registrador \_\_\_\_\_

Juez de Mesa

**9. Competición de Health Qigong**  
**Clasificación de pruebas individuales**

Evento\_\_\_\_\_

Clasificación	Nombre	Equipo	Puntuación final	Observaciones
1 <sup>er</sup> Puesto				
2 <sup>o</sup> Puesto				
3 <sup>o</sup> Puesto				
4 <sup>o</sup> Puesto				
5 <sup>o</sup> Puesto				
6 <sup>o</sup> Puesto				
7 <sup>o</sup> Puesto				
8 <sup>o</sup> Puesto				
9 <sup>o</sup> Puesto				
10 <sup>o</sup> Puesto				

Jefe del equipo de programación y grabación\_\_\_\_\_ Árbitro Principal\_\_\_\_\_

**10. Competición grupal de Health Qigong**  
**Clasificación de las pruebas grupales**

Evento \_\_\_\_\_

Clasificación	Equipo	Puntuación final	Observaciones
1 <sup>er</sup> Puesto			
2 <sup>o</sup> Puesto			
3 <sup>o</sup> Puesto			
4 <sup>o</sup> Puesto			
5 <sup>o</sup> Puesto			
6 <sup>o</sup> Puesto			
7 <sup>o</sup> Puesto			
8 <sup>o</sup> Puesto			
9 <sup>o</sup> Puesto			
10 <sup>o</sup> Puesto			

Jefe del equipo de programación y grabación \_\_\_\_\_

Árbitro principal \_\_\_\_\_



**11. Competición de Health Qigong: Clasificación de las pruebas en equipo**

Equipo	N.º	Nombre	Categorías Individuales								Categorías Grupales								Puntos final equipo	Clasificación equipo
			Yi Jin Jing		Wu Qin Xi		Liu Zi Jue		Ba Duan Jin		Yi Jin Jing		Wu Qin Xi		Liu Zi Jue		Ba Duan Jin			
			Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.	Puntos	Clasif.		
	1																			
	2																			
	3																			
	4																			
	1																			
	2																			
	3																			
	4																			
	1																			
	2																			
	3																			
	4																			

Registrador \_\_\_\_\_  
grabación \_\_\_\_\_

Jefe de equipo de programación y

Árbitro \_\_\_\_\_