



# Gimnasia en trampolín

## ¡BIENVENIDO!

Ahora eres parte del mayor evento deportivo del mundo. La Guía del Espectador de los Juegos Olímpicos Rio 2016 contiene datos e información importantes para que aproveches al máximo la energía de esta gran fiesta. ¡Disfruta de esta lectura!



## SUGERENCIAS DE ORO

Lo que necesitas saber para aprovechar cada momento de los Juegos Rio 2016

- Antes de salir, **revisa las últimas informaciones** sobre los Juegos en [rio2016.com](http://rio2016.com)
- **No puedes olvidar tus entradas** y comprueba en el sitio la **fecha**, el **horario** y el **local** de las competiciones antes de salir. Compra más entradas en [rio2016.com/es/entradas](http://rio2016.com/es/entradas)
- **Consulta el pronóstico del tiempo** y véte preparado
- **Utiliza el transporte público.** Está prohibido estacionar en los locales de las competiciones y en los alrededores
- **Planea tu viaje.** El transporte y los locales de las competiciones estarán llenos. Ir y venir puede demorar
- **Llega pronto: esta instalación abre una hora y media antes del inicio de la competición.** Si la sesión ya comenzó, tal vez tengas que esperar al intervalo para entrar. **Verifica esa información** en [rio2016.com/es/locales-de-competicion](http://rio2016.com/es/locales-de-competicion)
- Tendrás que pasar por una **revisión de seguridad** con equipos de rayos X. Los **objetos prohibidos o restringidos** serán retirados y no serán devueltos. **Ve la lista completa** en [rio2016.com/es/locales-de-competicion](http://rio2016.com/es/locales-de-competicion)
- **Evite llevar bolsos para facilitar la entrada.** Si es necesario, preferiblemente utiliza bolsos pequeños que puedas colocar en el regazo o debajo del asiento
- **Identifica a los niños** y otros casos especiales con **pulseras disponibles en los mostradores de información al público**
- Busca al **equipo de Rio 2016** vestido de verde – ¡ellos están para ayudarte!
- **Está prohibido fumar en los locales de las competiciones.** Hay áreas reservadas para fumadores. Puedes obtener información sobre estas áreas con los voluntarios y en los mostradores de información al público
- Ve en esta Guía el **mapa con los servicios disponibles en las instalaciones**
- **Dentro de las instalaciones** de Rio 2016, los **pagos** solamente pueden realizarse en **efectivo** o con **tarjetas** de débito, crédito o prepago Visa
- **Manténte enterado** de todo lo que pasa en los Juegos **bajando la app oficial** en [rio2016.com/es/app](http://rio2016.com/es/app)
- **¡Trae toda tu energía y fanatismo. Vamos a hacer juntos una fiesta memorable!**

TM/© Rio 2016 (2016) - Todos los derechos reservados. Esta Guía tiene carácter educativo, informativo y de referencia. Disponible para descargar en portugués, inglés y español en el sitio [rio2016.com/es/guia-del-espectador](http://rio2016.com/es/guia-del-espectador). Todos los mapas e informaciones están sujetos a cambios sin previo aviso. Venta y reproducciones prohibidas.

## CONOCIENDO MÁS RÍO

Naturaleza, cultura y gastronomía son atracciones permanentes de la ciudad que recibe de brazos abiertos cada vez a más turistas. La Ciudad Olímpica está lista para recibir a los visitantes que llegan para los Juegos Rio 2016 y tiene una programación efervescente en los *Live Sites*, instalados en puntos estratégicos de la ciudad, en donde podrás asistir a la transmisión de los Juegos y disfrutar de una amplia programación cultural.

Encontrarás más información en [visit.rio](http://visit.rio) y descubre las maravillas de Río de Janeiro.

## SOSTENIBILIDAD

Haz tu parte y recicla correctamente tu basura. Usa los contenedores de colores para reciclar: ellos son de gran interés a las cooperativas de recolectores, generando inclusión social y nuevos negocios.

## ACCESIBILIDAD

Personas con discapacidad o con dificultad de locomoción, como obesos, personas de edad avanzada, embarazadas o lactantes o personas con bebés tendrán una atención especial en las entradas y en los servicios ofrecidos a los espectadores de los Juegos. Servicios exclusivos para este público también estarán disponibles en todas las instalaciones. Puedes obtener más información con los voluntarios y en los mostradores de información al público.

## FORMAS DE PAGO

**VISA** En reconocimiento a los 30 años de apoyo a los Juegos Olímpicos, solo se aceptan tarjetas Visa (débito, crédito o prepago) y dinero para comprar en las instalaciones Rio 2016.

## COMUNÍCATE

Un canal abierto para escucharte. Central de atención al cliente: + 55 (21) 3004-2016\* [rio2016.com/es/contacto](http://rio2016.com/es/contacto)

\*Para llamadas en Brasil, el valor de una llamada local. Para llamadas al exterior, valor de una llamada a Río de Janeiro.

## ENTIENDE EL DEPORTE

### CÓMO EMPEZÓ TODO

La gimnasia de trampolín surgió en la década de 1930, cuando George Nissen y Larry Griswold construyeron el primer trampolín moderno en la Universidad de Iowa. Al principio, la cama elástica se utilizaba como herramienta de entrenamiento para acróbatas, astronautas y atletas, pero acabó originando un deporte competitivo.

El trampolín es la más joven de las disciplinas de gimnasia en el programa Olímpico, haciendo su estreno en los Juegos de Sídney 2000. Las disputas emocionan por la belleza plástica y el espíritu lúdico de las presentaciones. Con la ayuda del trampolín, los gimnastas pueden alcanzar hasta ocho metros de altura.

### SOBRE LA COMPETICIÓN

Saltando en el trampolín, los atletas deben realizar saltos acrobáticos en el aire. Cada gimnasta realiza series de 10 elementos, con saltos simples y dobles, con o sin piruetas. Después de la señal del árbitro principal de la mesa, el gimnasta tiene hasta un minuto para empezar su presentación.

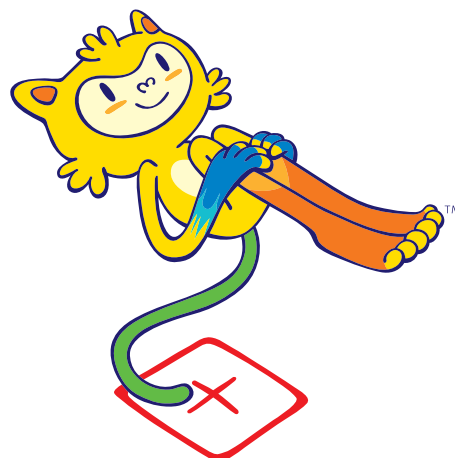
Los movimientos los evalúa un jurado, que da las notas de acuerdo con la ejecución, el nivel de dificultad y el tiempo de vuelo del atleta en cada serie. Los gimnastas pueden competir con medias o con zapatillas propias para cada trampolín. Presentarse con los pies descalzos está prohibido. Hay solo eventos individuales en el programa Olímpico.

### ¿LO SABÍAS?

- China es la dueña de un tercio de las medallas de este deporte en los Juegos, tanto masculino como femenino, con tres oros, una plata y cuatro bronce
- Está prohibido utilizar joyas durante la competición, pero se permiten anillos sin piedras siempre que estén asegurados con una tirita o cinta plástica del color de la piel

### MIENTRAS ASISTES

Permanezca sentado durante las presentaciones. El uso de *flash* y aparatos con luz muy fuerte está prohibido y los celulares deben permanecer desconectados o en modo silencioso.



### PROGRAMACIÓN\*

AGOSTO	SESIONES		
05	VIE		
06	SÁB		
07	DOM		
08	LUN		
09	MAR		
10	MIÉ		
11	JUE		
12	VIE		14:00 16:30
13	SÁB		14:00 16:30
14	DOM		
15	LUN		
16	MAR		
17	MIÉ		
18	JUE		
19	VIE		
20	SÁB		
21	DOM		

\*Las informaciones están sujetas a modificaciones sin aviso previo.

Las sesiones con ceremonias de victoria están indicadas en negrillas.

### EVENTOS

Competencia individual

Competencia individual

32 atletas/16 hombres y 16 mujeres

Masculino Femenino



### PLANEA TU VIAJE

#### ¡LLEGANDO AL PARQUE

El Arena Olímpica de Río está ubicado en el Parque Olímpico de Barra, considerado el corazón de los Juegos, que se convertirá en una referencia deportiva para el país, reuniendo las más modernas instalaciones de competición. Verifica como llegar hasta allá:

**BRT - ESPECIAL JD. OCEÁNICO X CENTRO OLÍMPICO > TERMINAL CENTRO OLÍMPICO/MORRO DO OUTEIRO**  
**BRT - ESPECIAL VIC. CARVALHO X C. OLÍMPICO/ RIOCENTRO > TERMINAL C. OLÍMPICO/MORRO DO OUTEIRO**  
 11min caminando/800m

**BRT - ESPECIAL RECREIO X VILA MILITAR > ESTAÇÃO MORRO DO OUTEIRO - 11min caminando/800m**

**BRT - MADUREIRA X ALVORADA PARADOR/ EXPRESSO > ESTAÇÃO RIO 2**

**BRT - FUNDÃO X ALVORADA EXPRESSO > ESTAÇÃO RIO 2 - 11min caminando/800m**

**Estación accesible** - Las estaciones Terminal Centro Olímpico, Morro do Outeiro y Rio 2 son accesibles. A partir de la estación Terminal Centro Olímpico hay un servicio de transporte auxiliar accesible para más comodidad de las personas en sillas de ruedas o con movilidad reducida. Encontrarás más información sobre accesibilidad en los transportes públicos durante los Juegos en [visit.rio](http://visit.rio).

#### ¡ATENCIÓN!

- Averigua los horarios de las competiciones y de las estaciones de transporte público
- Compra con anticipación tu Cartão dos Jogos (tarjeta de transporte). Algunas estaciones son restringidas al uso de la tarjeta y presentación de las entradas
- Más información sobre el Cartão dos Jogos y el funcionamiento del transporte público en [visit.rio](http://visit.rio)
- Observa los locales de entrada a la instalación y presta atención a los letreros disponibles en las estaciones
- Después de la competición, consulta los avisos de salida de la instalación y de acceso al transporte público
- Los tiempos del trayecto a pie se han estimado considerando la velocidad media de 1,2 m/s

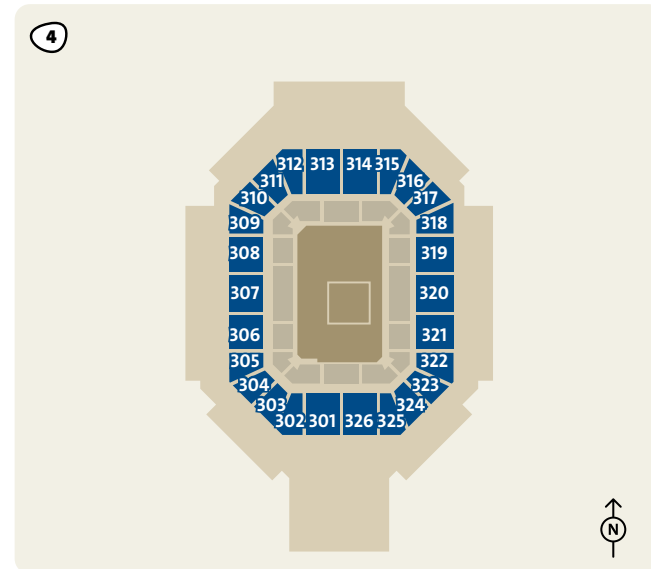
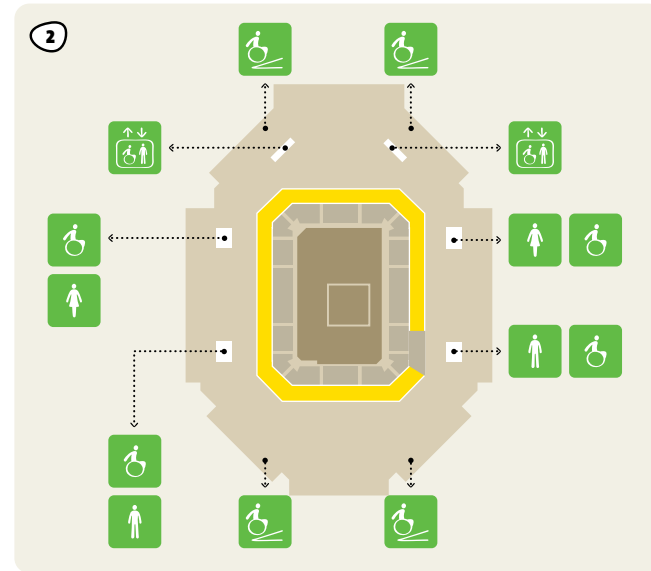
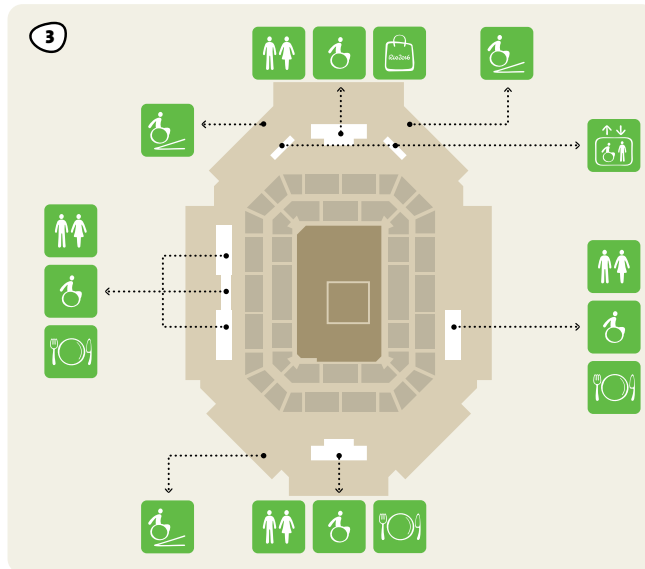
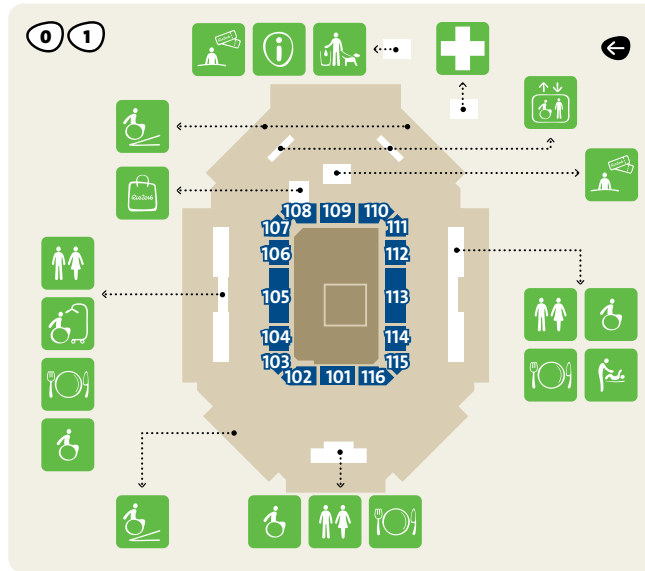
- Arena Olímpica de Río
- Entrada o salida
- Camino del espectador
- Estación de BRT
- Estación accesible
- Estación con transporte auxiliar accesible



# Gimnasia en trampolín

## CONOCE LA INSTALACIÓN

- Entrada
- Nivel
- Gradas
- Hospitalidad carioca
- Rampa
- Ascensores
- Resolución de incidencias de entradas
- Información al público
- Centro de salud de los espectadores
- Lavabos
- Lavabo femenino
- Lavabo masculino
- Lavabo accesible
- Lavabo extra accesible
- Cambiador para bebés
- Sanitario canino
- Alimentos y bebidas
- Tienda Rio 2016





PATROCINADORES OLÍMPICOS MUNDIALES



PATROCINADORES OFICIAES



COLABORADORES OFICIAES



PROVEEDORES OFICIAES

Airbnb C&A Ceg Dica do Chef Editora Globo EF Education First  
EVENTIM GREE ISDS Kärcher Komeco Localiza Manpowergroup  
Microsoft Mondo Nielsen Nike OFF! RGS Events RIOgaleão  
Sapere SEG Gymnastics Symantec Technogym 3 Corações

PROVEEDORES

Bauerfeind Casa da Moeda do Brasil EMC H. Olhos Paulista Posterscope Brasil

ASOCIADOS GUBERNAMENTALES

