

















Càpsula Gimnàstica Artística (juliol 2024)

|      Formació Presencial    | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|---------|
| dilluns 8 juliol | 16:00 | 17:30 | 1:30 | Presentació del curs i rol del i la tècnic/a | | T | Mòdul |
| | 17:30 | 18:00 | 0:30 | Descans | | | |
| | 18:00 | 19:30 | 1:30 | Metodologia salt i minitram | | T | Mòdul |
| | 19:30 | 21:00 | 1:30 | Salt i minitram - educatiu | | P | Pista 1 |
| dimarts 9 juliol | 16:00 | 18:00 | 2:00 | Metodologia terra | | T | Mòdul |
| | 18:00 | 18:30 | 0:30 | Descans | | | |
| | 18:30 | 19:30 | 1:00 | Terra - escalfament i preparació física | | P | Pista 1 |
| | 19:30 | 21:00 | 1:30 | Terra - educatiu | | P | Pista 1 |
| dimecres 10 juliol | 16:00 | 17:00 | 1:00 | Reglament | | T | Mòdul |
| | 17:00 | 18:30 | 1:30 | Metodologia paral·leles | | T | Mòdul |
| | 18:30 | 19:00 | 0:30 | Descans | | | |
| | 19:00 | 20:30 | 1:30 | Paral·leles - educatiu | | P | Pista 1 |
| dijous 11 juliol | 16:00 | 17:30 | 1:30 | Metodologia barra | | T | Mòdul |
| | 17:30 | 18:00 | 0:30 | Descans | | | |
| | 18:00 | 19:30 | 1:30 | Barra - educatiu | | P | Pista 1 |
| | 19:30 | 20:30 | 1:00 | Examen, taula rodona i treball autònom | | T | Mòdul |
|     Formació Online   | | | | | | | |
| 05/07/2024 | 11/07/2024 | 1:30 | Lectura: Reglament CEEB, Normativa UCEC, Normativa Paral·leles i Semàfor de Valors | | O | Moodle | |
| 11/07/2024 | 14/07/2024 | 1:30 | Entregar tasca: treball autònom | | O | Moodle | |
| TOTAL | | | 20h | | | | |
|  CEM La Mar Bella Av. Litoral 86-96, 08005 | | | |  Presencial Teoria/Pràctica (T/P) Online Moodle (O) | | | |