

# TROBADA DE GIMNÀSTICA ARTÍSTICA



Dissabte 5 de març 2016



El Consell de l'Esport Escolar de Barcelona us proposa aquesta tradicional **Trobada de Gimnàstica Artística** per tal de lluir en el millor dels escenaris la feina que heu estat realitzant amb les vostres gimnastes d'iniciació.

## Objectius de la Trobada

- Motivar al/les participants a que continuïn practicant aquesta modalitat esportiva.
- Despertar l'interès per l'esport i l'esperit d'autosuperació personal i grupal que implica l'actuació davant d'un públic.

<b>Data de celebració:</b>	Dissabte 5 de març de 2016
<b>Data límit d'inscripció:</b>	Dimecres dia 24 de febrer
<b>Horari:</b>	10h a 13h
<b>Categories:</b>	De pre-benjamins a infantils
<b>Preu:</b>	30,00€ per grup
<b>Composició dels grups:</b>	de 5 a 8 participants aproximadament.
<b>Música:</b>	Durada màxima de 2:30minuts +/- 10 segons. Caldrà enviar-la en format mp3 a <a href="mailto:esportindividual@elconsell.cat">esportindividual@elconsell.cat</a> com a màxim 10 dies abans de la trobada.

## Orientacions tècniques:

**Terra:** elements i sèries recomanades a realitzar tot el grup a la vegada o de forma consecutiva (*cànon*)

Tres sèries acrobàtiques

- Realització d'una figura acrobàtica
- Un element de flexibilitat (mínim)
- 1 tombarella

**Barra:** passades lliures amb entrada per una banda i sortida per l'altra (temps màxim 15")

**Salt:** salts lliure



## **Inscripcions i pagament:**

Inscripció a través de l'Aplicatiu del Consell.

El pagament de la inscripció a la trobada es farà també a través de l'aplicatiu mitjançant una targeta bancària de crèdit o de dèbit o bé per transferència bancària enviant sempre el comprovant.

**Serà imprescindible realitzar aquest pagament abans de la celebració de la trobada.**

## **Com arribar:**

CEM **La Mar Bella**. Av. Litoral 86-96. Es pot arribar en metro L4 Poblenou i bus línies V27 o H16. La instal·lació disposa d'aparcament de pagament. A 150m podreu trobar una zona habilitada de franc.