

**FEDERACIÓN METROPOLITANA DE GIMNASIA  
DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN Y DIFUSIÓN DEL DEPORTE**

**CAPACITACIÓN METROPOLITANA EN GIMNASIA ARTÍSTICA 2020**

**TEORÍA Y PRÁCTICA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA EN LA  
GIMNASIA FEMENINA**

Organiza: Departamento de Promoción y Difusión FMG

Fecha: **sábado 15 y domingo 16 de agosto de 17.00 a 19.00 hs**

Plataforma: **Zoom**

Carga horaria: **4 horas reloj**

Destinatarios: ENTRENADORES, PROFESORES Y ESTUDIANTES  
AVANZADOS DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Disertante: **MG. HORACIO MARIANO POCHINI** – Profesor Nacional De Educación Física – Licenciado En Educación Superior – Magister En Deporte Integrante del Cuerpo Técnico de la Selección Nacional Juvenil de Gimnasia Artística 2018 Y 2019.

**BREVE RESUMEN DE LA TEMÁTICA:**

La PREPARACIÓN FÍSICA se ha transformado en los últimos años en un recurso clave para la evolución técnica de las gimnastas.

En este curso se abordarán las bases teóricas que deben sustentar el armado de planes de trabajo así como las herramientas prácticas para alcanzar las metas planificadas en el desarrollo de la Fuerza, la Flexibilidad, la Resistencia y la Velocidad.

Costo: \$ 1.400.-

**Informes e inscripción vía email oficial de la FMG:**

[cursosfmg@gmail.com](mailto:cursosfmg@gmail.com) con copia a [fernandarizzogaf@gmail.com](mailto:fernandarizzogaf@gmail.com)

**IMPORTANTE:**

SERÁN VÁLIDAS ÚNICAMENTE LAS INSCRIPCIONES QUE ADJUNTEN EL COMPROBANTE DE DEPÓSITO DE PAGO (SOLICITAR N° DE CUENTA A LAS CASILLAS DE INFORME)