

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

2ª CAPACITACIÓN METROPOLITANA EN GIMNASIA RÍTMICA

SEPTIEMBRE 2020

Organiza: Departamento de Promoción y Difusión FMG

Fecha: **Viernes 25 y Sábado 26 de 14.00 a 18.30 Hs.**

Domingo 27 de 10.00 a 14.00 Hs.

Plataforma: **Zoom**

Carga horaria: **12 horas reloj**

Destinatarios: Entrenadores, Ayudantes, Profesores y Alumnos de Educación Física, ex-Gimnastas y Gimnastas de la Categoría Mayor. **Gimnastas menores de 15 años podrán participar acompañando a sus entrenadoras, cantidad ilimitada.**

Disertantes:

- **GALINA AIDARKINA** Entrenadora Emérita de Rusia
- **MARÍA del CARMEN BONAMINO** Entrenadora de Selección Nacional
- **MARIELA APRIGLIANO** Entrenadora FIG Nivel 3
- **ALEJANDRA HURTADO** Entrenadora FIG Brevet Nivel 3
- **ANDREA LEFEVRE** Maestra de Ballet y Coreógrafa
- **DANIELA VILLEGAS** Entrenadora FIG Nivel 1 y 2 y Licenciada en Psicología

Temario:

- Ondas corporales. Movimiento expresivo
- Técnica de aparatos. Mazas, Aro y Cinta
- Entradas en calor con trabajos coordinativos con aparatos
- Preparación Física Específica con y sin aparatos
- Introducción al Ballet. Mini coreografías en distintos estilos.
- Psicología de los Equipos De Conjunto

Costo:

- Entrenadores: \$ 3000.- hasta el 15 de septiembre. \$ 3200.- hasta el jueves 24.
Curso completo: 3 días, 6 módulos.
- Gimnastas: \$2000.- hasta el 15 de septiembre. \$2200.- hasta el jueves 24.
5 clases prácticas.

Modalidad de pago depósito / transferencia a:

FEDERACION METROPOLITANA DE GIMNASIA
BANCO CIUDAD
CTA.CTE. 005-00-00047562
CBU 0290005600000000475628
CUIT 30-65505881-4

IMPORTANTE:

- CONJUNTAMENTE CON EL ENVÍO DE LA PLANILLA DE INSCRIPCIÓN, SE DEBERÁ ADJUNTAR EL COMPROBANTE DE PAGO SIN EXCEPCIÓN.
- SE INFORMA QUE UNA VEZ ENVIADA LA INSCRIPCIÓN NO HABRÁ DEVOLUCIÓN DE LO ABONADO

Informes e inscripción vía email oficial de la FMG: cursosfmg@gmail.com con copia a mmpunta@hotmail.com