



Benvolgudes famílies,

Us volem presentar l'activitat de Gimnàstica Rítmica que portarem des de **Associats Gimnàstica Catalana el curs 2021-2022** dins el programa d'activitats extraescolars de l'escola Gravi

Associats Gimnàstica Catalana, neix de la fusió entre amants de la gimnàstica i la intenció de donar-la a conèixer.

“A les grans ciutats és on podria haver més activitat a nivell de clubs, però al ser més grans les distàncies i més complicats els desplaçaments costa moltíssim que els nens i nenes puguin aprendre aquest esport fora del que es el seu entorn, com ara l'escola”

Us garantim gimnàstica professional, però adaptada a totes les edats i nivells així mateix, els practicants que tinguin il·lusió per aquest esport es poden derivar a un club quan estiguin preparats.

Què és la Gimnàstica Rítmica i la Gimnàstica Estètica?

La gimnàstica rítmica i la gimnàstica estètica, són dos esports tant femenins com masculins, tot i que la pràctica de nens i nois encara és mínima, estan lligats a la estètica a la qual es mostra la sensibilitat envers la música, amb suaus i complexos moviments, que aconsegueix captivar inclús a tota aquella persona que no te cap lligam amb l'art o l'esport

Entre les principals característiques d'aquestes disciplines gimnàstiques destaca el treball del cos, la col·locació corporal i tècnica de base, per aconseguir millorar totes les característiques físiques bàsiques, en especial la flexibilitat, i habilitats físiques com poden ser la coordinació i el ritme, també destacable es la manipulació dels aparells, amb un treball de bilateralitat, tant important pel desenvolupament intel·lectual.

L'aspecte coreogràfic té també molta importància degut a les exigències d'unitat, música-moviment, unitat de composició, expressió corporal, utilització de l'espai...



*“La nostra **MISIO** es la transmissió dels valors ètics esportius i el creixement personal del practicant”*

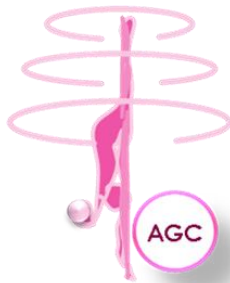
*“La nostra **VISIO** fomentar l'esport de base de les escoles amb la gimnàstica, i ser un referent a la ciutat”*

*“Els nostres **VALORS**, un equip tècnic que treballi motivat i que en els/les gimnastes inculqui entre altres, els valors de: responsabilitat, respecte, esforç, disciplina , compromís”*

- **Complementar** el procés formatiu-educatiu de les nenes a través d'un entorn esportiu adequat
- **Procurar** a cadascuna dels participants una formació esportiva segons els seus interessos i capacitats on el centre d'atenció sigui l'individu i no els resultats esportius.
- **Fomentar** la pràctica esportiva dels infants de les escoles de la ciutat fora del horari lectiu
- **Oferir** a les famílies un model d'esport escolar amb finalitat primordialment pedagògica
- **Reforçar** la generació de l'hàbit esportiu adequat per una vida saludable i en valors
- **Formar** futures persones practicants, entrenadores i espectadores de la gimnàstica

Resumidament, ajudar als nostres practicants a ser futures persones responsables, actives i compromeses, creiem en la constància i la il·lusió per donar uns bons fonaments per superar les diferents etapes de la vida.

“Incidir en els hàbits saludables”



Què oferim?

- Activitat de 17:00 a 18:15 h. Per a nens i nenes de **P-5 i 1r** els dimarts
- Activitat de 17:00 a 18:15 h. Per a nens i nenes de **2n i 3r** els dijous
- Activitat de 18:15-19:30 h. Per a nens i nenes de **4rt a 6è** els dijous

Dia de prova:

- Dimarts 15 de juny de 17:00 a 18:15 h. al gimnàs de l'escola.

Per reservar plaça el dia de prova clica al següent enllaç:

<https://forms.gle/r5ZFC9gUFXeMtsWR8>

Sessió informativa famílies:

- Dijous 17 de juny a les 19:00 h. Per videoconferència.

Els nostres preus són els següents:

- Matrícula: inclou Mallot, bossa i assegurança mèdica → 30€ a la primera quota
- Quota Mensual per una hora i quart d'activitat setmanal, amb gestió directa de l'activitat i festivals → 35€ mensuals (20€ al mes de setembre)

Per tramitar la preinscripció del teu fill o filla pel curs 2021-2022 clica al següent enllaç:

<https://forms.gle/zqAnmyQsPzPxQdFKA>

Durant el curs les participants tindran l'opció de participar a dos festivals com el **Festival de Nadal**, i el **Festival de Fi de curs**, a més d'una jornada de portes obertes a les famílies i un dia de rítmica en família.

Salutacions

Mònica Viñals



Barcelona, 8 de juny de 2021

Per a més informació podeu contactar amb agimcatalana@gmail.com