



ASSOCIACIÓ GIMNÀSTICA

Sant Cugat



Benvoluts pares i mares, un any més, tenim la il·lusió de formar a tots els nens i nenes de l'escola Gravi que volen aprendre a fer gimnàstica Rítmica i així donar a conèixer aquest bonic esport, col·laborant en la educació de valors esportius de respecte, compromís, companyonia, esforç,..., oferint una formació esportiva com a complement de la formació acadèmica que reben a l'escola



Què és la Gimnàstica Rítmica



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

Gimnàstica rítmica és un esport, tant femení com masculí, tot i que la pràctica de nens i nois encara és mínima, que està lligat 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 té cap lligam amb l'art o l'esport.

Entre les principals característiques d'aquesta disciplina gimnàstica 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 és les acrobàcies i la manipulació dels aparells, amb un treball de lateralitat, tan important pel desenvolupament intel·lectual.

Grups, esdeveniments, equipació i quotes



- **Grup Base 1**, nenes de P5 d'infantil i 1er primària.
 - **Grup Base 2**, nenes de 2n i 3er de primària.
- } DIMARTS, DE 17-18:15 h.,
Al gimnàs de l'escola
- La intenció és que hi hagi dos grups amb dos tècniques una per cada nivell.
 - Participació en **tres festivals anuals** (optatius) un abans de les vacances de Nadal, un per Setmana Santa, abans o després de les vacances, i un altre al final de curs escolar.
 - **Classes obertes** als pares, per conèixer el que fan les nenes el dia a dia als seus entrenaments durant el tercer trimestre del curs escolar.
 - **Equipació**, les nenes han de venir a classe amb roba ajustada al cos, mitjons i cabell ben recollit, hi ha una equipació no obligatòria però sí recomenable que consta d'un culote i una samarreta, el preu és de 28 € les nenes que ja la tenen del curs 2021-2022 No la han de tornar a comprar
 - **El preu** de l'activitat és de: 35 €/mes



Per reservar plaça
clicka aquí



Per a més informació

agimsantcugat@gmail.com

<https://gimnasticasantcugat.com>

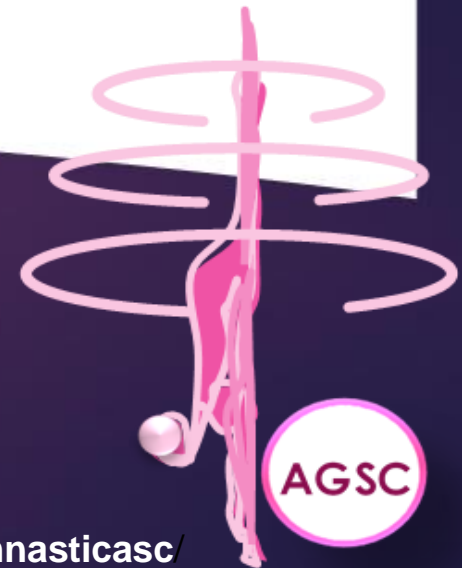
<http://www.gimnastica.santcugatentitats.net/Home>



[@gimnasticasantcugat](https://www.instagram.com/gimnasticasantcugat)



<https://es-es.facebook.com/Gimnasticasc/>





Natalia García Timofeeva

Gimnasta del CGSC màxima representant Espanyola a
competicions arrel del món fins al 2021

Gràcies!

