

ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA.

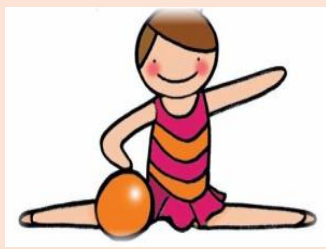


Estimados padres,

Un año más nos ponemos en contacto con vosotros para daros la bienvenida a este nuevo curso que como siempre comenzamos con toda la ilusión y esfuerzo.

Nuestra escuela está dividida en los siguientes niveles:

CLASES VI Y VII



Todas las alumnas de la I Sección tienen la oportunidad de iniciarse en el deporte de la gimnasia rítmica de una forma lúdica. Al mismo tiempo van aprendiendo los primeros e importantes elementos de técnica corporal que más adelante les servirán de base para realizar sus coreografías. También comienzan a trabajar con los aparatos principales de este deporte: pelota, aro, cuerda, cinta...

Durante el curso se realizan las siguientes actividades:

- Exhibición en el Torneo Tere Vela de Gimnasia Rítmica: Mayo de 2016
- Exhibición del Día de Club: Junio de 2016

Una o dos veces al mes, nuestras "mini-gimnastas" comparten clase con las gimnastas "mayores" en el polideportivo. ¡Es una actividad muy enriquecedora para todas!

La actividad puede realizarse los siguientes días:

MARTES Y JUEVES DE 16:30 A 18:00

MIÉRCOLES DE 16:30 A 18:00

- Solo en la I Sección se da la posibilidad de venir sólo 1 día a la semana (miércoles).



CLASE VIII a CLASE 18

En esta clase comenzamos a realizar coreografías en grupos oficiales de 5 gimnastas. En función de las edades se dividen en las diferentes categorías: benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. La Federación Madrileña de gimnasia designa cada año el aparato que le corresponde a cada categoría y en función de este, se montan las coreografías. El trabajo de la técnica, estética y ritmo son la base de los entrenamientos. El trabajo en equipo y la responsabilidad que esto requiere son fundamentales en nuestro trabajo.

Nuestra escuela es un centro educativo en el que intentamos que las niñas alcancen el mejor nivel posible dentro del horario del que disponemos y por encima de todo, que disfruten con lo que hacen. Las escuelas de competición requieren muchas horas de entrenamiento y no es nuestro objetivo. Pese a ello, todos los años

conseguimos preparar algún conjunto para representarnos en los Juegos Deportivos Municipales que organiza la Comunidad de Madrid, torneos amistosos y algún Torneo de Escuelas de la Federación Madrileña.





En el período de Navidad organizamos un Torneo amistoso entre las niñas con coreografías y vestuario que ellas mismas crean. Es sobre todo, una actividad lúdica que marca el final del trimestre.



Todas las gimnastas sin excepción participan en el Torneo Tere Vela que organizamos en el colegio en el mes de Mayo y en la exhibición del Día del Club en el mes de Junio.



Las entrenadoras de la escuela son:

Elena Velasco (directora de la escuela). Entrenadora nacional de Gimnasia Rítmica por la Federación Española de Gimnasia. Antigua gimnasta del Equipo Nacional.

Eva Sánchez-Arévalo (responsable de la escuela VI y VII). Entrenadora titulada por la Federación Madrileña de Gimnasia. Antigua gimnasta.

Carmen Lorente. Entrenadora titulada por la Federación Madrileña de Gimnasia. Antigua gimnasta.

Esther Martínez. Entrenadora titulada por la Federación Madrileña de Gimnasia. Antigua gimnasta.

Estefanía Díaz Clemente. Entrenadora titulada por la Federación Madrileña de Gimnasia. Antigua gimnasta.

Clara Quiroga (profesora de apoyo)

Paula Dornan (profesora de apoyo)

HORARIOS:

MARTES Y JUEVES DE 16:30 A 18:00

¡¡¡OS ESPERAMOS!