

JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA

CURS DE CODI FIG – GIMNÀSTICA RÍTMICA INDIVIDUAL

Santa Margarida i Els Monjos (Alt Penedès), 14 de gener de 2012



Organitza:

Unió de Consells Esportius de Catalunya

Col·labora:

Consell Esportiu de l'Alt Penedès

1.- Presentació

La Unió de Consells Esportius de Catalunya, amb la col·laboració del Consell Esportiu de l'Alt Penedès i el suport del Consell Català de l'Esport, organitza el *Curs de codi FIG – Gimnàstica Rítmica Individual*.

La sessió s'impartirà a:

- Lloc: Mas Catarro
- Municipi: Santa Margarida i Els Monjos (Alt Penedès)
- Dia: Dissabte 14 de gener de 2012
- Adreça: C/ Sant Joan

[Veure plànol](#)

La persona que impartirà el curs serà la Sra. Mercè Cadens, jutge internacional i vicepresidenta esportiva de la Federació Catalana de Gimnàstica.

2.- Objectius

Aprofundir en el coneixement del codi FIG per millorar la formació dels/de les entrenadors/es i així l'esport que practiquen els/les gimnastes.

3.- Horaris

15.45 – 16.00 hores: Lliurament de documentació.

16.00 – 20.00 hores: Desenvolupament de la sessió.

4.- Contingut de la sessió

D1 i D2

- Explicació i aclariments de les darreres publicacions de la FIG en D1 i D2 per a exercicis individuals.
- Definició dels criteris per a la validació de les dificultats.
- Correcció de les errades més habituals.

ARTÍSTIC

- Estudi i aclariments en l'aplicació de l'artístic en els exercicis individuals.
- Definició dels criteris per a la validació.
- Correcció de les errades més habituals.

CAS PRÀCTIC

5.- Material necessari

Per seguir la sessió cal portar:

- Codi FIG
- Fitxes de dificultat

La resta de material necessari se us facilitarà el mateix dia de la sessió.

6.- Inscripció

Cal confirmar l'assistència a la jornada a través del full d'inscripció de la pàgina web de la UCEC (www.ucec.cat) entre els dies 30 de desembre i 11 de gener.

El preu del curs és de: 10,00 euros (2,50€/hora).

L'import cal abonar-lo al número de compte:

La Caixa
2100 3851 17 0200006186

El concepte ha de ser el nom i cognoms que constin a la inscripció.

Tothom que assisteixi al curs rebrà un certificat d'assistència al finalitzar el mateix.

6.- Aspectes jurídic-esportius

L'organització es reserva el dret de modificar discrecionalment els horaris pel propi bé dels/de les assistents i del desenvolupament del curs.

Barcelona, 30 de desembre de 2011