

I CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA GR CARTES

MASTERCLASS

ÁLVARO PRADAS SALVADOR

"SUBCAMPEÓN DE ESPAÑA PRIMERA CATEGORÍA"
"ENTRENADOR NACIONAL CENTRO COLONIAL SPORT"
VALENCIA

HORARIO CAMPUS

DEL 11 AL 15 DE JULIO 09:30-13:30

HORARIO MASTERCLASS

15 JULIO DE 10:00-14:00 16:00-
20:00

POLIDEPORTIVO LA ROBLEDA
SANTIAGO DE CARTES



Desde el Club Deportivo Elemental Gimnasia Rítmica Cartes, queremos organizar un campus enfocado a la propia actividad, donde realizaremos diferentes actividades relacionadas con la Gimnasia Rítmica y estará destinada para niñ@s a partir de 5/6 años en adelante.

Actividades.

- Técnica corporal y acrobacias.
- Técnica de aparatos, cuerda, aro, pelota, mazas y cinta.
- Preparación física específica.
- Ballet, danza contemporánea, flamenco todo adaptado a la Gimnasia Rítmica.
- Taller de maquillaje y peinado de Gimnasia Rítmica.
- Concurso de diseño de maillot.
- Juegos.
- Piscina.

El campus se dividirá en diferentes grupos de trabajo y nivel, para que las niñas puedan aprovecharlo al máximo.

El horario será:

09.30 – 13.30 clase

A media mañana haremos un descanso para un almuerzo saludable.

A tod@s los niñ@s del campus se les entregará un regalo en la presentación de bienvenida.

El campus estará impartido por

Lara Rodríguez Rivas

- Técnico responsable de la Edm Cartes.
- Técnico deportivo nivel 3 de Gimnasia Rítmica, entrenador nacional.
- Juez Nacional

Rocío Ezquerro Castillo

- Técnico deportivo nivel 3 de Gimnasia Rítmica, entrenador nacional.
- Técnico de la Edm Cartes

Rosa Zamanillo Mier

- Técnico nivel 1 de Gimnasia Rítmica.
- Gimnasta nacional absoluta en activo de la Edm Cartes.

Alicia Martínez Pedrosa

- Bailarina profesional por la RAD (Royal academy of Dance) de Londres.
- Advanced II
- Estudios de Danza Española, con la Sociedad Internacional de Baile Español, hasta 3º de flamenco.

El último día el viernes 15 de julio, se realizará una masterclass , impartida por Álvaro Pradas Salvador.

- Subcampeón de España en primera categoría 2021
- Campeón de España Senior 2018
- Bronce de España 2009,2011, 2013, 214, 2016, 2017
- Subcampeón de España 2015, 2019
- Entrenador Nacional del Centro Colonial Sport Valencia en la actualidad.

La masterclass tendrá otro horario diferente al del campus, estará dirigida a gimnast@s de nivel escolar, base, absolut@s y entrenadores oyentes.

El horario será:

10:00 - 14:00 clase

14:00 - 16:00 descanso para comer

16:00 - 20:00 clase

Una vez que se haya cerrado el plazo de inscripción se organizarán los grupos para las actividades y se determinarán los horarios con exactitud.

Información

Horario

CAMPUS DE VERANO GIMNASIA RÍTMICA

De lunes a viernes de 09:30 a 13:30

MASTERCLASS

Viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00

Pararemos a media mañana para hacer un almuerzo saludable.

MATERIAL DE CADA NIÑ@ PERSONAL

L@s niñ@s tendrán que venir todos días, con ropa de deporte apta para la realización de Gimnasia Rítmica y calzado deportivo.

Pelo recogido con un moño.

Una toalla lo suficientemente amplia como para poder realizar los ejercicios sobre ella.

Banda elástica.

Botella de agua de uso personal.

Aparatos de Gimnasia Rítmica personales, (opcional).

El día que vayamos ir a la piscina tendrán que traer traje de baño, toalla, gorro de piscina, y ropa de recambio. Ese día la recogida del alumno se realizará en las piscinas municipales del Cartes, junto al Ayuntamiento.

PRECIO

- CAMPUS DE VERANO TODA LA SEMANA----- 65€
- MASTERCLASS-----50€
- CAMPUS MAS MASTERCLASS-----90€
- TÉCNICOS OYENTES MASTERCLASS-----25€

FECHA DE INSCRIPCION

1 JUNIO A LAS 10:00 H (envío de documentación por correo)

Contacto.

Lara Rodríguez Rivas 686774590
clubritmicacartes@hotmail.com

	LUNES PRESENTACIÓN	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30	CALENTAMIENTO Y TÉCNICA	CALENTAMIENTO Y TÉCNICA	DANZA	CALENTAMIENTO Y TÉCNICA	CALENTAMIENTO y TÉCNICA
10:30	ACROBACIAS	TECNICA APARATOS	CONTEMPORANEA	TALLER DE MAILLOT	TECNICA APARATOS
11:30	<i>ALMUERZO</i>	<i>ALMUERZO</i>	<i>ALMUERZO</i>	<i>ALMUERZO</i>	<i>ALMUERZO</i>
12:30	EXPECIFICA	TALLER DE PEINADO Y	DANZA	PISCINA	COREOGRAFIA
13:30	PREPARACION FISCA	MAQUILLAJE	FLAMENCO	PISCINA	JUEGOS Y DESPEDIDA

NOMBRE	
---------------	--

APELLIDOS	
------------------	--

FECHA DE NACIMIENTO	
----------------------------	--

EDAD	
-------------	--

DNI	
------------	--

DIRECCIÓN	
------------------	--

CP	
-----------	--

POBLACIÓN	
------------------	--

TELEFONO 1	
-------------------	--

TELEFONO 2	
-------------------	--

EMAIL	
--------------	--

HACES GIMNASIA RÍTMICA	
-------------------------------	--

LUGAR	
--------------	--

INSCRIPCIONES

CAMPUS	
---------------	--

CAMPUS MAS MASTERCLASS	
-------------------------------	--

MASTERCLASS ALUMNO	
---------------------------	--

MASTERCLASS OYENTE	
---------------------------	--

marca la casilla correspondiente

CANTIDAD TOTAL A PAGAR	
-------------------------------	--