

CLINIC TECNIFICACIÓN METODOLOGÍA DE ELEMENTOS GAM / GAF

CENTRO FEDERATIVO ARTURO TOSCANO
SEVILLA

29, 30 NOVIEMBRE Y 1 DICIEMBRE 2024



FEDERACIÓN
ANDALUZA
GIMNASIA



MARBELLA

Junta de Andalucía

La Federación Andaluza de Gimnasia dentro del programa de tecnificación correspondiente al año
2024, CONVOCA:

CLINIC TECNIFICACIÓN GIMNASIA ARTÍSTICA

Uno de los objetivos prioritarios del Aula de Gimnasia Andaluza es fortalecer los aspectos técnicos para garantizar su correcta aplicación, proporcionando a los participantes conocimientos necesarios que les permitan desarrollar aspectos específicos para la Tecnificación Deportiva, por ello convocamos clínica de tecnificación teórico-práctico de las especialidades AM- AF sobre los sistemas y métodos de enseñanza apropiados al aprendizaje de los elementos de tecnificación y los errores más frecuentes, así como tareas específicas de corrección.

Objetivos

- Aprender nuevas metodologías de entrenamiento.
- Enseñar ayudas para elementos.
- Diseñar progresiones.
- Valorar la ejecución técnica.
- Identificar errores

DATOS:

Fecha: 29,30 de noviembre Y 1 de diciembre de 2024

Horario:

- ✓ 29 Noviembre (18:00-21:00h) **CLASE GAM**
- ✓ 30 Noviembre (10:00 - 14:00H / 16:00 - 20:00H) **CLASE GAM - GAF**
- ✓ 01 Diciembre (09:00 - 13:00H) 4H **CLASE GAM**

Lugar: Centro Federativo Arturo Toscano. CD Hytasa (nave de gimnasia) Avd. Hytasa, 10 -41006-Sevilla

Fecha límite de inscripción: 21 noviembre 2024

CONTENIDOS TECNICOS

GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA

➤ PARALELAS

Suspensión: Felge al apoyo / Felge a pino / Molino

Apoyo: Diamidov / Healy / Stuz

Salidas: Doble mortal

➤ **CABALLO CON ARCOS**

Elementos: Checo y Stockli

Desplazamiento: Magyar y sivado

Combinaciones:Flop

Salidas: Vertical y con desplazamiento

GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA Y MASCULINA

➤ **BARRA FIJA Y ASIMÉTRICAS**

Elementos cercanos a la barra: Stadler / Endo (piernas abiertas y juntas)

Sueltas: Tkatchev Gienger / Cascut

Molinos con giro: Molino pecho con 1/2 g / Molino espalda con 1/2 g / Quast (GAM) / Giro 360° (GAF)

Salidas: Doble en plancha

➤ **SUELO**

Acro Adelante: (Elementos solos + enlaces): Barani / Plancha adelante / Pirueta / Pirueta y media / Doble pirueta /Doble mortal adelante

Acro Atrás: Plancha atrás / Pirueta / Pirueta y media / Doble pirueta / Doble mortal atrás: agrupado, carpado, plancha

➤ **SALTO**

Tsukahara Plancha **Kasamatsu** Plancha y + 1/2g

Yurchenko Plancha **Paloma** mortal y doble mortal

CUOTA INSCRIPCIÓN: TÉCNICOS

Afiliados FAG: Exentos

No Afiliados FAG: Artística Masculina 60€ / Artística Femenina 40€ (por persona técnico/juez)

Miembro comité técnico andaluz gimnasia artística Exentos

NÚMERO DE PLAZAS

✓ (*) Técnicos 30 máximo. Plazas limitadas. Se otorgará por riguroso orden de inscripción.

✓ (*) Gimnastas 30 máximo. Plazas limitadas. Se otorgará por riguroso orden de inscripción.

*Preferencia para técnicos y gimnastas andaluces.

DOCENTE

Manuel Ángel Martínez Sánchez: Entrenador FIG actualmente en el Club Xelska de Mallorca. Entrenador del equipo nacional de España en los JJOO 2020 Tokio, y los JJOO 2024 París. Entrenador del equipo nacional en varios mundiales, europeos y copas del mundo. Entrenador del actual gimnasta olímpico en Tokio y París Nicolau Mir. Entrenador del ex-gimnasta olímpico y medallista europeo Rafa Martínez. Juez internacional.

REQUISITOS ACCESO

- ✓ Entrenador de Gimnasia Artística (cualquier nivel).
- ✓ Alumno/as en formación de entrenador.
- ✓ Permitida la inscripción sin gimnastas.

REQUISITO ACCESO GIMNASTAS

GIMNASTAS:

- ✓ GAM : Categorías Pre-Junior, Junior y Senior (VO 5 hasta VO10)
- ✓ GAF: Categorías Pre-Junior, Junior y Senior (VO 4 hasta VO10)
- ✓ Los gimnastas no pueden asistir solos, deben ir acompañados de un técnico.
- ✓ Los gimnastas no pueden asistir solos, deben ir acompañados de un técnico.
- ✓ Para inscribirse al clinic deben tener licencia federativa 2024.
- ✓ No se admitirá ninguna inscripción que no cumpla con los requisitos establecidos.

¿CÓMO ME INSCRIBO? **ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCION**

AFILIADOS FAG: REMITIR BOLETIN DE INSCRIPCIÓN (por email) : g.artistica@andaluciagym.com

NO AFILIADOS FAG: Enviar email g.artistica@andaluciagym.com solicitando enlace para la inscripción y realizar el pago.

DATOS BANCARIOS (nº de cuenta donde tienes que realizar el ingreso)

C/C (BBVA) a nombre de la federación Andaluza de Gimnasia. ES4201826000120208018173

El pago se puede realizar por transferencia ó tarjeta, si optas por la transferencia es aconsejable realizarla antes de iniciar la inscripción y guardar el justificante, que se tiene que adjuntar como archivo en el proceso de inscripción. Se aconseja el pago con tarjeta.

IMPORTANTE EN EL INGRESO DEBES INDICAR EL SIGUENTE CONCEPTO:

CLINICTEC_GA+NOMBRE+1ºAPELLIDO

No se admite devolución de ningún importe entregado una vez finalizado el plazo de inscripción

OBLIGADO CUMPLIEMTO:

- Licencia federativa en vigor.
- Accidente deportivo: los participantes deben realizar desplazamiento con la documentación y protocolos a seguir.