



Federació
Catalana de
Gimnàstica

3a Jornada de Formació Tècnica GAF

Categoria: **ESCOLAR**

Aparell: **PARAL·LELES**

Dia **24 de gener** de 2015

Horari de 10:15 a 14:00 hores

Lloc : CAR de Sant Cugat

Preu: 10€ per gimnasta

Màxim 7 gimnastes per Club

Places limitades

Programa:

10:15h – arribada de participants

10:30 a 10:50h – Benvinguda i organització dels grups

d'11:00 a 11:30h – Sessió teòrica per les tècniques i els tècnics (aula)

d'11:00 a 11:30h – Escalfament general per a les gimnastes (sala)

d'11:30 a 14:00h – Sessió pràctica: dirigida a les paral·leles als altres aparells (sala)

Inscripcions: Federació Catalana de Gimnàstica (sistema gimcat Clubs)

Fins el dia:

19 de gener 2015

