



CURSO NACIONAL TECNICOS GIMNASIA ESTÉTICA DE GRUPO (GEG)



Viana-Navarra,
27-28 de diciembre de 2010

HORARIO

Lunes, 27-12-2010

- 10:00-10:30** Presentación de Gimnasia Estética de Grupo (GEG)
Estructura de la IFAGG
Prof. **Tatiana Miroshnychenko**
- 10:30-10.45** Sesión de Videos (nivel internacional) y comentarios
- 10:45-11:15** Estructura de la AEGEG
Prof. **Leila Timofeeva**
- 11:15-11.30** Sesión de Videos (nivel nacional) y comentarios
- 11:30-12:00** Estructura de la Fed. Regional de GEG
Prof. **Francisca Martínez Gallego**
- 12:00-12:30** *Descanso*
- 12:30-13:15** Aspectos saludables
Prof. **Francisca Martínez Gallego**
- 13:15-14:00** Sesión de Videos (categorías infantiles) y comentarios
- 14:00-15:30** **Comida**
- 15.30-16.30** Código Infantil 2010
- Valor Técnico 8-10 y 10-12 años (vídeo)
- Valor Técnico 12-14 años (vídeo)
- Habilidades físicas / VT (vídeo)
Prof. **María García-Trio San Martín**
- 16.30-17.00** - Valor Artístico / AV (video)
Prof. **Leila Timofeeva**
- 17.00-17.30** *Descanso*



Miembro de la Federación Internacional de Gimnasia Estética de Grupo (IFAGG)





CURSO NACIONAL TECNICOS GIMNASIA ESTÉTICA DE GRUPO (GEG)



Viana-Navarra,
27-28 de diciembre de 2010

18:00-19:30 Prácticas en Pabellón (chándal y calzado cómodo)
Técnica de movimientos corporales
Prof. **María García-Trio San Martín**
Tatiana Miroshnychenko
Leila Timofeeva
Francisca Martínez Gallego

Martes, 28-12-2010

10:00-12:00 Valor Técnico / VT (Júnior / Sénior)
Prof. **Tatiana Miroshnychenko**
- Dificultades Obligatorias de VT (vídeo)
- Dificultades Suplementarias de VT (vídeo)
- Habilidades físicas / VT (vídeo)

12:00-12:30 Descanso

12:30-13:30 Valor Artístico / VA (Sénior; Júnior)
Prof. **Leila Timofeeva**
- Calidad gimnástica (vídeo)
- Estructura (vídeo)
- Expresión (vídeo)

13:30-14:00 Ejecución (video)
Prof. **Tatiana Miroshnychenko**

14:00-15:30 Comida

15:30-17:00 Prácticas en Pabellón (chándal y calzado cómodo)
Prof. **Tatiana Miroshnychenko**
Leila Timofeeva
Francisca Martínez Gallego ???

17:00-17:30 Descanso

17:30-18:30 Video análisis

17:30-18:30 Dudas y preguntas

19:00-19:30 **CLAUSURA DEL CURSO**



Miembro de la Federación Internacional de Gimnasia Estética de Grupo (IFAGG)

