

## “Zuri gimnasta”

BGFtik atsegin handiz gonbidatzen zaituztegu Eguberri hauetarako antolatu ditugun masterclass-etara. Badakigu ez direla une errazak, eta, horregatik, honako masterclass hauek eskaini nahi dizkizuegu, nazio mailako profesional onenekin. Horrela, bat eginda jarraituko dugu, pantailaren bidez bada ere, eta proiektu honetan jartzen ari garen ilusio guztia zuei helaraztea espero dugu, egunez egun bultza zaitzaten. Honako hauek izango ditugu gurekin:

### Almudena Cid

Erreferentziatzko gimnasta da dudarik gabe, izan ere, lau olinpiar finaletan parte hartu duen bakarra baita, Europako txapelketetan eta munduko kopetan dominak lortzeaz gain. 8 aldiz izan da Espainiako txapeldun eta urrezko domina lortu zuen Mediterraneoko Jokoen.

### Iratxe Aurrekoetxea

Bartzelonako GMZko entrenatzailea da gaur egun eta Almudena Cid-en entrenatzailea izan da. Haren eskuetatik Espainiako Seleksioko gimnasta ugari pasatu dira, bai banaka zein taldeka.

### Marga Armas

Gasteizko Beti Aurrera klubeko egungo entrenatzailea da. Aurten arte Salma Solaun eta Teresa Gorosperen entrenatzailea izan da, talde nazionalaren etorkizuneko promesak direnak. Azken junior mailako munduko txapelketetan domina lortu zuen Salma Solaun gimnastarekin batera. Aurretik, Paula Gomezen entrenatzailea izan zen, talde nazionaleko gimnasta zenbait urtez izandakoa, eta elkarrekin parte hartu zuten nazioarteko txapelketetan. Estatu mailan, Marga Armasek bere gimnastak maila guztietan Espainiako onenen artean egotera eramán ditu.

Entrenatzailea	Maila	Eguna eta ordua	Plataforma
Almudena Cid	B eta C Eskolartekoak	Abenduak 22 18:00etan	Instagram
Marga Armas	A Eskolartekoak, A eta B Amateurrak	Abenduak 19 10:00etan	Instagram
Iratxe Aurrekoetxea	Oinarrizko mailakoak eta federatuak	Abenduak 19 12:00etan	Zoom

Master class-ak mailaka banatu ditugu eta bakoitzak ordu eta erdi inguruko iraupena izango du.

Almudena Cidek eta Marga Armasek instagram bidez egingo dute masterclass-a, @federacionbizkainagimnasia helbidean. Bi masterclass hauek irekita egongo dira gimnasia erritmikoa maite duten eta parte hartu nahi duten guztientzat.

Iratxe Aurrekoetxearen masterclass-a zoom bidez izango da. Masterclass hau entrenatzaileentzat ere eskuragarri egongo da. Master class honetako plazak mugatuak dira eta eskabideak izen-ematearen arabera onartuko ditugu.

Iratxe Aurtekoetxearen masterclass-ean izena emateko, [fbgimnasia@fbgimnasia.eus](mailto:fbgimnasia@fbgimnasia.eus) helbidera mezu elektronikoko bat bidali behar duzue, gaian "masterclass Iratxe" jarriz, eta zuen izena, bi abizen eta esteka jaso nahi duzuen helbide elektronikoa adieraziz.

Gainera, masterclass-etan parte hartzeagatik eta [www.fbgimnasia.com](http://www.fbgimnasia.com) webgunean aurkituko duzuen galdetegia betez, Almudena Ciden produktuekin egingo dugun zozketan parte hartuko duzue. Euskarazko liburu bat, orrazi bat edo botila bat ur jaso dezakezue. Zozketa Bizkaiko klubetako partaideentzat bakarrik izango da.

Espero dugu jardunaldi hauetaz gozatzea eta gure kirolarekiko ilusioa bizirik mantentzen laguntzea.

Sinatuta: Bizkaiko Gimnasia Erritmiko Batzordea