

Desde la Federación Bizkaina de Gimnasia estamos organizando diferentes jornadas formativas para entrenadores/as con licencia y/o monitores/as de deporte escolar de BIZKAIA, totalmente gratuitas.

El 18 de septiembre realizaremos de manera presencial en la cancha del polideportivo de Fadura (Avenida Los Chopos 60, Getxo) dos jornadas específicas de gimnasia rítmica:

La primera estará impartida por Nerea Otaegi Eceiza, licenciada en ciencias de la actividad física y el deporte y entrenadora nacional de gimnasia rítmica, actualmente entrenadora del Club Tolosa. Estará enfocado a conjuntos escolares y Nerea nos dará consejos para sacarles el mayor partido. El horario será de 10h a 14h.

La segunda jornada estará enfocada a federadas y estará dirigida por Camino Mateos Diaz, entrenadora nacional de gimnasia rítmica, juez internacional categoría III tanto de individual como de conjuntos y actual entrenadora de la AD Omega de Oviedo. El horario será de 16h a 20h y durante este tiempo Camino nos dará pautas para el trabajo corporal de las gimnastas y cómo sacarle partido a la D3 en los ejercicios.

Ambas entrenadoras traerán gimnastas de su Club para realizar las demostraciones de manera que sea todo más visual.

Asimismo, el 26 de septiembre tendrán lugar, de manera también presencial en el salón de actos del edificio de la Federación Bizkaina, (Martín Barua Picaza 27) dos jornadas de psicología deportiva.

La primera de ellas estará más enfocada al deporte escolar y se llevará a cabo de 10h a 12h. La segunda se centrará en el deporte de alto rendimiento y se realizará en horario de 12h a 14h. Ambas jornadas las dirigirá Iñaki Martínez Bayón, licenciado en filosofía y ciencias de la educación y psicología con un máster en psicología de la actividad física y el deporte profesional y de alto rendimiento.

Para inscribirse a cualquiera de las jornadas será necesario rellenar el formulario correspondiente que encontraréis en nuestra página web e indicar si queréis inscribiros a una sola o a ambas jornadas de cada día. A continuación os facilitamos los enlaces:

Jornada entrenadoras:

<https://docs.google.com/forms/d/12BB1tdPuyLnS5SLFdsPHVp8sithCD1hHQpzX4pPWYkM/edit?usp=sharing>

Jornada psicología:

[https://docs.google.com/forms/d/1k-zpbQeDkavo7ogFq5L89N15R7WH69oR\\_p26rIzYL50/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/forms/d/1k-zpbQeDkavo7ogFq5L89N15R7WH69oR_p26rIzYL50/edit?usp=sharing)

**Nota: para poder inscribirse será necesario tener licencia como entrenador/a o estar inscrito como monitor/a de deporte escolar.**

Egun on.

Bizkaiko Gimnastika Federaziotik hainbat prestakuntza-jardunaldi antolatzen ari gara, Bizkaiko eskola-kiroleko monitoreentzat edota lizentziadun entrenatzaileentzat, guztiz doakoak.

Irailaren 18an, gimnasia erritmikoko bi jardunaldi espezifiko egingo ditugu Fadurako kiroldegiko kantuan (Los Chopos etorbidea, 60, Getxo):

Lehenengoa Nerea Otaegi Eceizak emango du, jarduera fisikoaren eta kirolaren zientzietan lizentziatua eta gimnasia erritmikoko entrenatzaile nazionala, gaur egun Tolosa Klubeko entrenatzailea dena. Eskola taldeei zuzenduta egongo da eta Nereak ahalik eta etekin handiena ateratzeko aholkuak emango dizkigu. Orduetgia 10etatik 14etara izango da.

Bigarren jardunaldia federatuei zuzenduta egongo da, eta Camino Mateos Diaz gimnasia erritmikoko entrenatzaile nazionala, III kategoriako nazioarteko epailea (banakakoa zein taldekoa) eta Oviedoko Omega Klubeko egungo entrenatzailea dena izango da zuzendaria. Orduetgia 16etatik 20etara izango da, eta tarte horretan, jarraibideak emango dizkigu gimnasten gorputz-lanerako eta ariketetan D3ari etekina ateratzeko.

Bi entrenatzaileek euren klubeko gimnastak ekarriko dituzte dena ikusgarriagoa izan dadin.

Halaber, irailaren 26an, Bizkaiko Federazioaren eraikineko ekitaldi-aretoan (Martín Barua Picaza 27), kirol-psikologiari buruzko bi jardunaldi egingo dira.

Lehenengoa eskola-kirolera bideratuta egongo da, eta 10etatik 12etara egingo da. Bigarrenak errendimendu handiko kirola izango du ardatz, eta 12etatik 14etara egingo da.

Iñaki Martínez Bayón filosofian eta hezkuntza eta psikologia zientzietan lizentziadunak zuzenduko ditu bi jardunaldiak, jarduera fisikoaren psikologian eta errendimendu handiko-kirol profesionalean masterra ere badaukana.

Edozein jardunalditan izena emateko, gure webgunean aurkituko duzuen inprimakia bete beharko duzue, eta egun bakoitzeko jardunaldi bakar batean edo bietan izena eman nahi duzuen adierazi. Hona hemen estekak:

Entrenatzaileak:

<https://docs.google.com/forms/d/12BB1tdPuyLnS5SLFdsPHVp8sithCD1hHQpzX4pPWYkM/edit?usp=sharing>

Psikologia:

[https://docs.google.com/forms/d/1k-zpbQeDkavo7ogFq5L89N15R7WH69oR\\_p26rlzYL50/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/forms/d/1k-zpbQeDkavo7ogFq5L89N15R7WH69oR_p26rlzYL50/edit?usp=sharing)

**Oharra: Edozein jardunalditan parte hartu ahal izateko ezinbestekoa izango da eskola kiroleko monitore izatea edo entrenatzaile-lizentzia izatea.**