

ESCUELA Y CLUB DE GIMNASIA RÍTMICA

PERALES DE TAJUÑA

- **ESCUELA.**
- **OBJETIVOS.**
 - Iniciar y enseñar el deporte de la gimnasia rítmica de un modo lo más lúdico posible.
 - Entrenar y trabajar los aspectos físicos y técnicos dentro de la gimnasia rítmica.
 - Familiarizarse con la actuación ante público.
 - Iniciarse en la competición a través de las exhibiciones y torneos de los municipios de la comarca.
- **NORMAS.**
 1. Buen comportamiento en clase tanto con las entrenadoras como con las compañeras.
 2. Ir al servicio antes del comienzo de la clase.
 3. Vestidas adecuadamente para realizar el ejercicio (chándal, mayas).
 4. Bien peinadas (se realiza mejor el ejercicio con el pelo recogido).
 5. Mochila con botellita de agua y punteras.
 6. Esperar a que salgan de la clase anterior. Prohibido meter a las niñas e irse (sólo alguien que esté autorizado). Respetar esto al máximo.
- **FUNCIONAMIENTO DE LA ESCUELA.**
 - Contamos con 3 grupos: en cada grupo sólo puede haber un máximo de 20 gimnastas.

- Las niñas que están en la Escuela no significa que no vayan a actuar, siempre que los padres estén de acuerdo y se comprometan (si una niña falta mucho a entrenar ya sea otoño, invierno ó primavera no se la permitirá salir a ninguna competición o actuación ya que es un premio y compensación al entrenamiento de toda la temporada).
- Si alguna niña no desea actuar ó los padres no se comprometen, no pasa nada la Escuela está principalmente para que aprendan y hagan deporte. Lo que sí es importante es que nos aviséis lo antes posible.
- La pertenencia a la Escuela da derecho a la participación en la competición organizada por el Ayuntamiento de Perales ya sea exhibición o competición.
- La que cumpla todos los requisitos podrá actuar en un máximo de dos exhibiciones o competiciones de los municipios de la comarca.
- Cuando se publiquen las fechas (febrero/marzo) las entrenadoras decidirán en que competición o exhibición participará cada gimnasta (dependiendo de las normas que exige cada municipio), si finalmente no pueden asistir, las entrenadoras no tienen la obligación de llevarle a otra. Avisando con antelación suficiente se podrá hacer todo lo posible por beneficiar siempre a la gimnasta.
- Si alguna gimnasta tiene nivel o destaca, la entrenadora hablará con los padres y la niña para saber si estarían dispuestos a pasar a la niña al Club. Pero el Club tiene otras condiciones.

- **CLUB**
- **OBJETIVOS.**
 - Perfeccionar la técnica.
 - Aprendizaje más amplio del deporte.
 - Participar en campeonatos de nivel federación y trofeos de clubs.
 - Ascender el nivel de cada gimnasta dependiendo de sus condiciones y trabajo.
- **NORMAS.**
 1. Buen comportamiento en clase tanto con las entrenadoras como con las compañeras
 2. Asistencia: Si la gimnasta falta 3 veces al mes sin justificar podrá quedarse sin competir, si la gimnasta falta más de 3 veces sin justificar bajara a la escuela dejando así su plaza para otra niña que la aproveche.
 3. Vestidas adecuadamente exclusivamente ropa ajustada.
 4. Bien peinadas.
 5. Traer botella de agua.
 6. Material específico que puedan necesitar (pesas, gomas, aparatos...).
- **FUNCIONAMIENTO DEL CLUB**
 - Único grupo de 20 plazas donde entrenarán de 19 a 21 lunes, miércoles y viernes.
 - En el Club sólo podrán estar las niñas que:
 - La entrenadora vea que tiene el nivel suficiente.
 - La niña esté dispuesta, le guste y se esfuerce en los entrenamientos.
 - Los padres estén dispuestos a comprometerse con todo (coste entrenamientos, coste licencia federativa, competiciones, etc.).

- En el caso que uno de éstos requisitos deje de mantenerse la niña dejará de pertenecer al Club y se le comunicará a los padres con las explicaciones oportunas, dando la oportunidad eso sí de continuar en la Escuela (si fuera por una falta de disciplina o de respeto inmediatamente será expulsada tanto del Club como de la Escuela).