



Generalitat
de Catalunya



esportcat

JORNADA PCEE 2022

#femritmica



Dimecres 30 de març a les 17:00

Ciutat Esportiva de Blanes



Consell Comarcal
de la Selva



JORNADA EXHIBICIÓ #FEMRITMICA

30/03/2022 | BLANES

DADES DE L'ACTIVITAT:

- **Dia:** Dimecres 30 de març de 2022
- **Lloc:** Ciutat Esportiva de Blanes
- **Horari:** L'esdeveniment es desenvoluparà de les 17:00 a les 18:00.

DADES DE PARTICIPACIÓ:

- Escola Mossèn Joan Batlle
- 2n i 3è primària
- Escola Pinya de Rosa
- 2n i 3è primària

ALTRES DADES I MESURES COVID-19:

- Durant la primera activitat es durà a terme un escalfament.
- Els alumnes han de dur la mascareta en tot moment menys en les estones de pràctica esportiva, entre activitats l'hauran de portar posada.
- L'activitat està dividida en diferents exercicis:
 1. **LÍNIES:** Salts a peus junts, peu coix, quatre grapes.
 2. **ESTIRAMENTS DE PEU:** mobilitat articular.
 3. **ESTIRAMENTS A TERRA:** papallones, "sapos", fondo.
 4. **ESPECÍFICA FINAL:** peus, ondes.
 5. **SALTS:** doble pas, "XupaXup", galop, pico, tisoires.
 6. **GIRS:** devulé, pasé.
 7. **EQUILIBRIS:** pasé, 45, equilibri de genolls, "cosaco".
 8. **ACROBÀCIES:** arrastrat, rodes, pins.