

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV

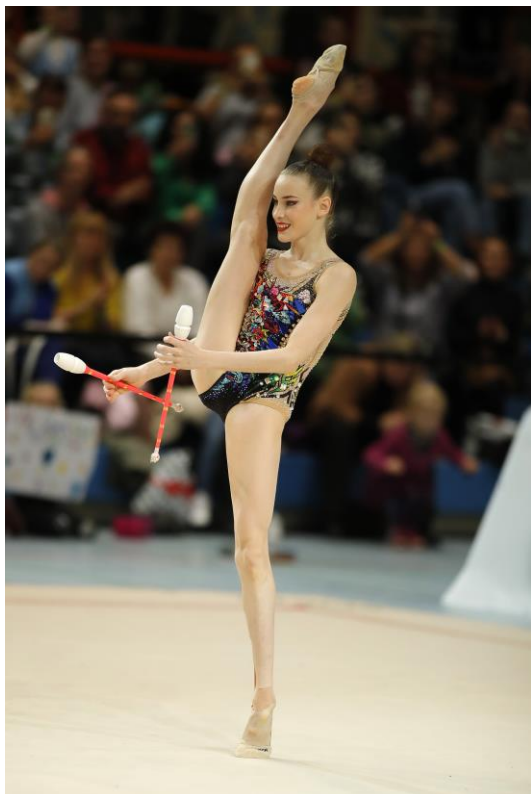
(Marín 23-24 de septiembre de 2023)



Twitter

[@ritmicaagarimo](#)
[@concello demarin](#)
[@rsgvideos](#)

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV (Marín 23 y 24 de septiembre de 2023)



Este año, tenemos el honor de contar para nuestra Master Class con la primera gimnasta de la Selección Alemana de gimnasia rítmica, **Darja Varfolomeev**.

Estará en Marín (Pontevedra), el 23 y 24 de septiembre para impartir una Master Class sobre dificultades corporales y el manejo de los diferentes aparatos empleados en gimnasia rítmica.

Darja ha obtenido ya, pese a su juventud, resultados tan importantes como la medalla de plata en el concurso individual junto a la medalla de oro con mazas, plata con la pelota y bronce con el aro del Mundial de Sofía en 2022 o la medalla de oro en la final de cinta, y medalla de bronce con pelota y mazas en el Europeo de Bakú 2023. Se trata de una de las gimnastas más importantes de la actualidad.

Las **plazas** para asistir son **limitadas** y se reservarán por riguroso **orden de inscripción** en sesiones independientes de mañana y tarde el sábado 23 y doble sesión de mañana y tarde el domingo 24.

Darja Varfolomeev está considerada como una de las gimnastas con más éxito en la actualidad y mayor proyección a futuro en Alemania, gracias a su elegancia, su gran calidad técnica, la fuerza de su ejecución y su capacidad de conectar con el público. Su entrenadora es la medallista olímpica de plata en Sydney 2000, la bielorrusa Yulia Raskina, y forma un equipo formidable con Margarita Kolosov. Juntas han elevado el nivel de la rítmica en Alemania hasta llevarla a estar entre los mejores países del mundo en la disciplina, siendo las actuales medallistas de plata mundial por equipos, logro conseguido en Sofía en 2022.

Su estilo es tremendamente dinámico y está fuertemente influenciado por la escuela bielorrusa de su entrenadora y la escuela alemana. Residen en el Centro de Alto Rendimiento de Fellbach-Schmieden, cerca de Stuttgart.

Es un lujo poder contar con esta excepcional gimnasta en Marín, justo en este año tras el Mundial clasificatorio para los JJOO de París que se celebrará en agosto en Valencia.

¡Anímate y apúntate!

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV (Marín 23 y 24 de septiembre de 2023)

LUGAR:

Polideportivo Municipal "A Raña".

A Raña, s/n - 36900 Marín (PONTEVEDRA)

Teléfono +34 986891466

Coordenadas GPS - Latitud: 42.384143829346 Longitud: -8.6972723007202



MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV

(Marín 23 y 24 de septiembre de 2023)

PARTICIPANTES/GIMNASTAS:

Podrán participar en la Master Class todas las gimnastas que lo deseen, mayores de 7 años, con **plazas limitadas**.

IMPORTANTE: Al objeto de que puedan aprovechar al máximo el curso, las gimnastas de 7, 8 y 9 años, para poder inscribirse, deberán estar acompañadas por una entrenadora, que también deberá realizar la correspondiente inscripción.

Las **entrenadoras tienen plazas gratuitas como oyentes, siempre que traigan al menos a dos gimnastas inscritas a la Master por cada entrenadora, con un máximo de dos entrenadoras por club**. Pueden ser también profesoras de ballet y/o licenciadas y estudiantes de INEF o similares.

Las **gimnastas** deberán presentarse con ropa de entrenamiento y, **para la jornada del domingo, con los cinco aparatos: cuerda, aro, pelota, mazas y cinta**. En la jornada de sábado se ruega que se acuda al menos con **pelota y aro**. De no haber suficientes aparatos, las gimnastas se turnarán con los disponibles.

Las gimnastas inscritas que tengan ejercicios individuales montados y deseen entrar en el sorteo para participar en la exhibición final, en la que compartirán tapiz con DARJA VARFOLOMEEV, deberán traer el maillot y la música por si resultasen elegidas.

INSCRIPCIÓN:

Para formalizar la inscripción, deberá enviar a la dirección de email ritmicaagarimo@gmail.com con copia a guillermo@rsgvideos.com la siguiente documentación. Es necesario remitir la información a **AMBAS DIRECCIONES**.

- Ficha de inscripción rellena (una ficha por persona).
- Copia del justificante de ingreso.
- Autorización para publicar imágenes debidamente cumplimentada y firmada. Copia de la tarjeta sanitaria (sólo en caso de no estar federada)

Puedes descargar estos impresos de la web <http://www.rsgvideos.com>

PRECIO Y PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

La cuota de inscripción será de treinta y cinco euros (35€) para la sesión del sábado (incluye asistencia a la Master Class, fotografía y diploma) y cincuenta y cinco euros (55€) para la sesión del domingo (incluye, asistencia a la Master Class, comida, fotografía y diploma).

La comida consistirá en un bocadillo, agua y fruta, que será proporcionado por la organización.

El ingreso se realizará en el siguiente número de cuenta a nombre del Club Rítmica Agarimo, indicando en el concepto: nombre y apellidos de la persona que se inscribe en la Master Class (**IMPORTANTE**).

BANCO SABADELL
IBAN: ES9000812237130001176424
FIN PLAZO DE INSCRIPCIÓN:
15 de septiembre de 2023

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV (Marín 23 y 24 de septiembre de 2023)

EXHIBICIÓN FINAL:

En la exhibición final, que comenzará el domingo 24 a las 19:30h, actuarán **DARJA VARFOLOMEEV**, las gimnastas del club anfitrión y otras 10 gimnastas que, **por sorteo**, serán elegidas de entre las participantes en el curso que hayan expresado su interés. En caso de que el número de gimnastas interesadas sea inferior a 10, todas ellas podrán participar en la exhibición con un ejercicio.

Además, Darja preparará una breve coreografía final para actuar junto a todas las participantes de la master class que lo deseen como apoteosis final que ponga un broche de oro a la exhibición en el pabellón.



Todas las fotografías contenidas en este dossier son @ Esther Tejeira for GYMUNIVERSE

Twitter: @esther_gymuniverse

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV (Marín 23 y 24 de septiembre de 2023)

PROGRAMA DE LA MASTER CLASS DE DARJA VARFOLOMEEV

Sábado 23 de septiembre (gimnastas nivel escolar y elemental, promoción, federadas o no)

SESIÓN DE MAÑANA

09:00-09:30 Acreditación de las participantes.

09:30-09:45 Presentación de Darja Varfolomeev.

09:45-10:30 Calentamiento.

10:30-11:15 Dificultades corporales.

11:15-11:30 Descanso.

11:30-12:15 Aro.

12:15-13:00 Pelota

13:00-13:15 Entrega de diplomas

13:15-13:45 Preguntas, fotos y autógrafos.

SESIÓN DE TARDE

16:00-16:30 Acreditación de las participantes.

16:30-16:45 Presentación de Darja Varfolomeev.

16:45-17:30 Calentamiento.

17:30-18:15 Dificultades corporales

18:15-18:30 Descanso.

18:30-19:15 Aro.

19:15-20:00 Pelota

20:00-20:15 Entrega de diplomas

20:15-20:45 Preguntas, fotos y autógrafos.

MASTER CLASS DARJA VARFOLOMEEV (Marín 23 y 23 de septiembre de 2023)

PROGRAMA DE LA MASTER CLASS DE DARJA VARFOLOMEEV

Domingo 24 de septiembre (gimnastas federadas nacidas en el 2012 y anteriores, nivel mínimo equivalente a promoción)

09:00-09:30: Acreditación de las participantes.

09:30-11:30: Presentación de DARJA VARFOLOMEEV.

Calentamiento.

Cuerda.

11:30-11:45: Descanso.

11:45-12:45: Aro.

12:45-13:45: Pelota

COMIDA

15:30-16:00: Sesión fotográfica y firma de autógrafos.

16:00-17:00: Mazas.

17:00-18:00: Cinta.

18:00-18:15: Entrega de diplomas.

18:15 – 18:30: Preparación coreografía conjunta exhibición final

19:15: Apertura de puertas.

19:30: Exhibición final.

Para cualquier duda sobre la información contenida en este folleto informativo, se puede escribir a la dirección de email ritmicaagarimo@gmail.com

No está permitida la presencia de los padres durante las sesiones de entrenamiento, por respeto a la tarea de las entrenadoras. Deberán pasar a recoger a las gimnastas la hora de fin de actividades prevista. Sin embargo, todos están invitados a acudir a la gala final, con apertura de puertas del pabellón el domingo a partir de las 19.15h.