

Joan Antoja · Anna M. Matas

Ilustraciones de Anna Baquero

Locos por los deportes

Gimnasia rítmica



ANAYA

1.ª edición: septiembre 2022

© Del texto: Joan Antoja i Mas / Anna M. Matas i Ros, 2022

© De la ilustración: Anna Baquero, 2022

© De la traducción: Núria Riera i Fernández, 2022

© Grupo Anaya, S. A., 2022

Juan Ignacio Luca de Tena, 15. 28027 Madrid

www.anayainfantilyjuvenil.com

e-mail: anayainfantilyjuvenil@anaya.es

ISBN: 978-84-698-9121-6

Depósito legal: M-17198-2022

Impreso en España - Printed in Spain



Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

Joan Antoja i Mas / Anna M. Matas i Ros

Locos por los deportes

Gimnasia rítmica

Ilustraciones de Anna Baquero



ANAYA



La **gimnasia rítmica** es, sin duda, uno de los deportes con el que más disfrutan los espectadores: música, acrobacias, ritmo, danza... ¡Tiene todos los elementos de un gran espectáculo!



¿Quieres conocer los secretos de este deporte
que deja a todos con la boca abierta?

¡Te invitamos a descubrirlo!

¿QUÉ NECESITAS?

Hay que llevar el pelo recogido.

MAILLOT
Es elástico y se ajusta al cuerpo para poder moverse cómodamente.



PUNTERAS
Protegen los pies.

APARATOS



Cuerda

Es de cáñamo y tiene nudos en los extremos.



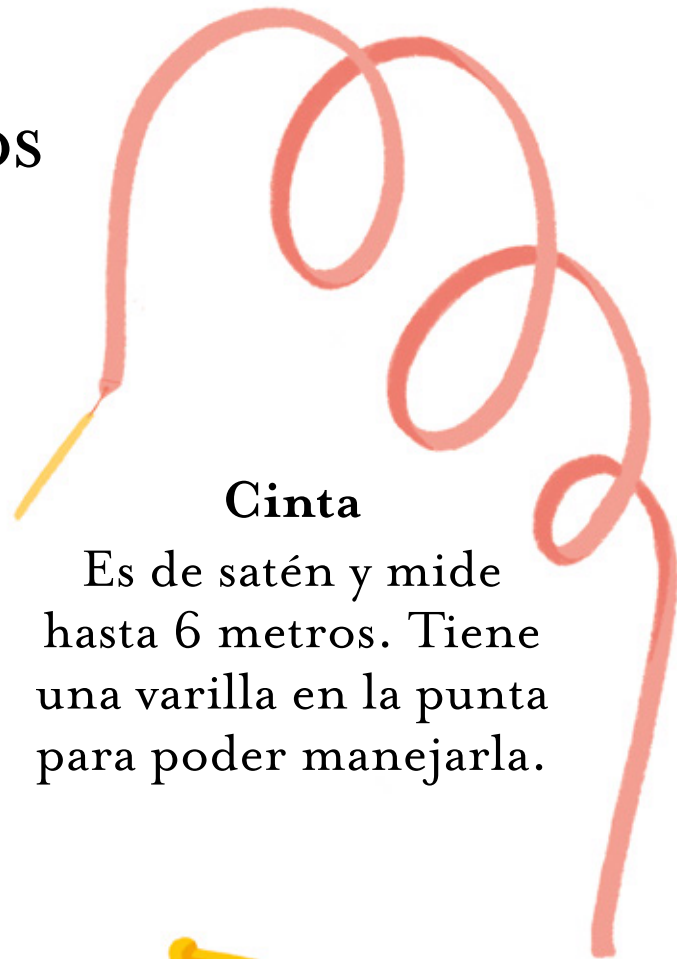
Pelota

Tiene el tamaño adecuado para apoyarse en la palma de la mano.



Aro

Mide de 80 a 90 centímetros de diámetro.



Cinta

Es de satén y mide hasta 6 metros. Tiene una varilla en la punta para poder manejarla.



Mazas

Su tamaño depende de la altura y del nivel de la gimnasta. Son de caucho o de plástico.

¿CÓMO SE PRACTICA?

La gimnasia rítmica es un deporte que combina la **danza** con **ejercicios de gimnasia**.



Se hacen **coreografías** acompañadas de **música** y con alguno de los cinco **aparatos**.

Los ejercicios son muy espectaculares, ya que las gimnastas **lanzan los aparatos** varios metros hacia arriba y, antes de recogerlos, dan **saltos y giros** o hacen **acrobacias**.



Las campeonas de este deporte son muy **flexibles** y **ágiles**. También son capaces de exhibir una **gran belleza en sus movimientos**.

Conoce la gimnasia rítmica de forma divertida y descubre, además, los valores más esenciales de este deporte, como la autoestima, la disciplina y el compañerismo. ¡Anímate a practicarla!



Títulos de la colección:



1568027 ISBN 978-84-698-9121-6



PAPEL DE FIBRA
CERTIFICADA

ANAYA

www.anayainfantilyjuvenil.com