

Librería  
**Bonilla y Asociados**  
desde 1950



**Título:** Manual de Ayudas en Gimnasia

**Autor:** Araujo, Carlos

**Precio:** \$360.00

**Editorial:**

**Año:** 2004

**Tema:**

**Edición:** 1ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 8480197463

Aparatos que presuponen una movilidad bastante diferenciada, sino también porque las exigencias impuestas al nivel de la ejecución son muy elevadas. Este libro está dirigido a los profesores / entrenadores, que hacen el trabajo de base junto con los jóvenes, y a los estudiantes de Educación Física. Se dan indicaciones sobre las formas de ayudas manuales -la manipulación, la impulsión y la parada-. Para cada elemento -suelo, salto de potro, barra fija y paralelas asimétricas, caballo con arcos, anillas, paralelas, barra equilibrio- se indican las situaciones de aprendizaje más utilizadas, se explican los aspectos técnicos más importantes, se detallan los errores frecuentes que hay que evitar y se remarcan las acciones motoras predominantes, todo esto junto con numerosas ilustraciones que muestran la forma correcta de aplicar las ayudas.