

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.