



IKASTAROA: Pole Dance boteretzeko ikastaroa (2024-01)

Tailer honen bidez, Pole Dance jarduera ezagutuko dugu, hau da, barra bertikal finko baten gainean egiten den ariketa fisikoa. Gorputzarekin formak, biraketak eta irudiak eta bestelakoak egiten ikasiko dugu. Ikastaro hau guztiontzat da; izan ere, oinarrizko elementu eta ariketekin hasiko gara eta bakoitzaren indargune eta ahulguneetara egokituko gara, maila desberdinetako ariketak proposatuz.

Helburuak: Pole dance kirolera hurbilketa bat egitea, gorputzaren kontrola, malgutasuna eta indarra lantzea, emakumeen arteko espazio eroso bat sortzea eta norbere gorputzarekiko konfiantza sendotzea.

Edukiak: luzaketak eta beroketak, informazio teorikoa eta biraketak, irudiak/formak eta hainbat konbinazio.

Tramitatzailerak: Eibarko Udaleko Berdintasun Zerbitzua, Emakumearen Mahaiaren lankidetzaz.

Nork emango du: Garazi Abrales Azkorbebeitia

Hartzaileak: 16 urtetik gorako emakume interesatu guztiak.

Non eta noiz: Andretxea. 2024ko urriak 11, 18 eta 25, azaroak 8, 15 eta 22 eta abenduak 13 eta 20.

Ordutegia: 18:00etatik 19:00etara.

Ikastarora ekarri behar den materiala: Galtza motzak, tirantedun kamiseta, toalla txikia eta esterilla.

Ikastaroaren prezioa:

- Eibarren erroldatutako emakumeentzat **8 €**.
- Eibarren erroldatuta ez dauden emakumeentzat **10 €**.

Ikastaroaren ordainketa: matrikula ordainketa bakar batean kobratuko da, erreziboa helbideratuta.

Ikasle kopurua: gutxienez 8 ikasle, eta gehienez 12 ikasle.

Ikastaroaren hizkuntza: euskara.

Aurrematrikula: ikastaroan izena emateko aurrematrikula egin beharko da **2024ko irailaren 1etik 25era (biak barne)**. Aurrematrikula egiteko **formulario bat bete beharko da elektronikoki ondorengo estekan:**

<https://formularioak.eibar.eus/eu/poledance2024-01>



Kudeaketa arauak:

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopurua ez bada heltzen ikastaroa emateko ezarritako gutxieneko ikasle-kopurura, ez da ikastarorik egingo. Abisua udalaren web orrian emango da (www.eibar.eus) irailaren 27an.

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopuruak ezarritako gutxieneko ikasle-kopurua gainditzen bada eta ezarritako gehieneko ikasle-kopurutik gorakoa ez bada, matrikula guztiak onartuko dira. Onartu diren pertsonen izenekin zerrenda bat egingo da. Zerrenda hori PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo da irailaren 27tik aurrera.

Matrikularako izena eman dutenen kopurua ezarritako gehieneko ikasle-kopurutik gorakoa bada, ikasleen aukeraketa zozketa bidez egingo da. Zozketa Gizartekintzan (Berdintasun Zerbitzua) egingo da. Hona hemen zozketa-eguna eta ordua: Eguna: irailaren 27an. Ordua: 13:00. Zozketa era honetan egiten da:

- Zozketa egin aurretik ikastarorako izena eman duten pertsona guztien zerrenda bat egiten da alfabetoaren arabera ordenatuta; bakoitzari zenbaki bat ematen zaio.
- Zaku baten sartzen dira zenbaki guztiak eta zenbaki bakar bat ateratzen da.
- Aukeratzen diren pertsonak zenbaki horretatik aurrerako zenbakiak dituztenak izaten dira, ikastaroa emateko dauden leku guztiak bete arte.

Onartzen diren pertsonen izenekin zerrenda bat egingo da. Zerrenda hori PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo da irailaren 27tik aurrera.

Onartzen diren pertsonen zerrenda argitara ematen den unean sortzen da matrikularen zenbatekoa ordaintzeko obligazioa. Ikastaroa utzi edo ikastaroan baja ematen duen pertsonak ez du izango matrikularen zati proportzionala jasotzeko eskubiderik.

Oharrak:

Aurre-inskripzioen onarpenaren abisua jaso ondoren, behin betiko inskripzioa egin behar da, eta ondoren adierazten den dokumentazioa ikastaroa egiten den lehen egunean aurkeztu behar da:

- *Pole Dance boteretzeko ikastaroa* tailerrean izena emateko inprimakia behar bezala beteta eta sinatuta.
- Tutoreen kasuan, tutoretza egiaztatzen duen dokumentazioa.

Informazio gehiago: 688 85 34 40 telefonoan.