



FEDERACIÓN NAVARRA
DE GIMNASIA

NAFARROAKO
GIMNASTIKA FEDERAZIOA



CURSO DE MONITOR/A DE NIVEL 1 GIMNASIA RÍTMICA NAVARRA 2026



ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN	3
1.1.	Información general sobre el desarrollo del curso	3
2.	PLAN DE FORMATIVO	4
2.1	Bloque Común (60 horas).....	4
2.2	Bloque Específico (140 horas)	5
2.2.1.-	Contenidos del Bloque Específico	5
2.2.2.-	Calendarios del Bloque Específico	5
2.3	Periodo de prácticas (150 horas)	7
3.	REQUISITOS DE ACCESO	7
3.1	Requisitos generales	7
3.2	Requisitos específicos	7
4.	CONVALIDACIONES	9
5.	PROFESORADO	10
6.	DETALLES DEL CURSO.....	10
6.1	Número de Plazas.....	10
6.2	Precio del curso	11
7.	INCRIPCIONES.....	11
7.1	Preinscripción	11
7.2	Formalización matrícula definitiva	11
8.	AYUDAS A LA FORMACIÓN.....	11



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

1. INTRODUCCIÓN

Conforme a lo publicado en el Plan Formativo de la especialidad de Gimnasia Rítmica en el BOE nº 50 de fecha 28 de febrero de 2012 (modificado por Resolución Nº 169 de 16 de julio de 2021), la Federación Navarra de Gimnasia, en colaboración con el Escuela Navarra del Deporte (Fundación Miguel Indurain Fundazioa), convoca un **"Curso de Monitor/a de Gimnasia Rítmica de Nivel I"** (formación de enseñanza reglada en periodo transitorio) en Navarra, que se desarrollará desde julio de 2026 hasta el mes de abril de 2027.

Mediante este curso, la Federación Navarra de Gimnasia tiene como objetivo mantener la formación por la vía reglada e ir en consonancia con los objetivos en el ámbito de la formación del Instituto Navarro del Deporte y de la Actividad Física. De esta manera se pretende asegurar una formación de calidad que haga crecer este deporte en nuestra comunidad, ya que la base de la progresión de la FNG depende de la formación y cualificación de nuestros técnicos.

Este curso está sujeto a lo que se establece en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, por la que se regulan los aspectos curriculares, los requisitos generales y los efectos de las actividades de formación deportiva, a los que se refiere la disposición transitoria del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre.

En consecuencia, las personas que lo superen podrán obtener la equivalencia profesional o la correspondencia formativa con las enseñanzas deportivas de régimen especial una vez reconocida esta formación por el órgano competente en materia de deporte del Gobierno de Navarra. La obtención de estos beneficios está condicionada al cumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

La Federación Navarra de Gimnasia, como promotora del curso, se compromete a mantener el cumplimiento de la normativa contenida en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, a conservar la documentación que sea de aplicación y a adaptarse a las modificaciones legales que pudieran producirse durante el desarrollo de la actividad, así como a su presentación al Instituto Navarro del Deporte. En este sentido la Federación Navarra de Gimnasia se declara responsable del incumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

1.1. Información general sobre el desarrollo del curso

Para la obtención del Título de Monitor/a de Gimnasia Rítmica Nivel 1, el alumnado deberá superar cada uno de estos tres bloques:

- **Bloque común online (60h.):** La organización del Bloque Común corresponde a la Escuela Navarra del Deporte, con metodología a distancia y exámenes presenciales.
- **Bloque específico (140h.):** La organización de la prueba de acceso, del bloque específico y de las prácticas corresponde a la Federación Navarra de Gimnasia.
- **Periodo de prácticas (150h.):** El control del período de prácticas corresponde a la Federación Navarra de Gimnasia, en colaboración con los clubes.



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

2. PLAN DE FORMATIVO

2.1 Bloque Común (60 horas)

Conocimientos transversales a varias modalidades deportivas de carácter general. Impartido por profesores de la Escuela Navarra del Deporte a distancia a través del Aula Virtual *Aulaceimd* (los exámenes serán presenciales). Es imprescindible que el alumno disponga de:

- Un ordenador con conexión a internet con el que poder conectarse al curso y contactar con los profesores.
- Una cuenta de correo electrónico.

Fecha: Del 25 de septiembre al 20 de noviembre de 2026.

Fecha exámenes: 20 de noviembre de 2026 convocatoria ordinaria y 18 de diciembre de 2026 convocatoria extraordinaria.

Lugar: Las clases presenciales se impartirán en el CEIMD (Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte del Gobierno de Navarra, Calle de Sangüesa, 34, 31005 Pamplona). Los contenidos online se trabajarán mediante la plataforma del CEIMD: aulaceimd.navarra.es

Calendario Bloque Común

Semana	Materias no presenciales	Sesiones presenciales obligatorias
25 septiembre (Viernes)	Presentación del curso en el CEIMD	Presentación del curso en el CEIMD (16:00 – 17:00 h.)
1ª semana: 26 septiembre / 4 octubre	- El tratamiento educativo de la iniciación deportiva - La actuación del/la primer/a interviniente	
2ª semana: 3 octubre / 11 octubre	- La motivación en la iniciación deportiva - El/la primer/a interviniente en patologías musculoesqueléticas	
3ª semana: 10 octubre / 18 octubre	- El/la primer/a interviniente en patologías no traumáticas - La comunicación en la iniciación deportiva	
4ª semana: 17 octubre / 25 octubre	- Actividad física adaptada y discapacidad - Soporte vital básico	
5ª semana: 24 octubre / 1 noviembre	- Soporte vital básico e instrumentalizado - Crecimiento, maduración, desarrollo y actividad física	
6ª semana: 31 octubre / 8 noviembre	- La responsabilidad civil en las actividades deportivas - Los padres y madres de los deportistas en la iniciación deportiva	
7ª semana: 7 noviembre / 15 noviembre	- Organización y modelo asociativo del deporte en Navarra - La dinámica y el control del grupo en la iniciación deportiva	
20 de noviembre (viernes)	Exámenes convocatoria ordinaria	Exámenes presenciales (18:00 a 20:00 h.)



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

Áreas del Bloque Común:

Las unidades indicadas en el calendario del Bloque común componen los siguientes módulos:

- Bases del comportamiento deportivo: 20 horas
- Primeros Auxilios: 30 horas
- Actividad física adaptada y discapacidad: 5 horas
- Organización deportiva: 5 horas

2.2 Bloque Específico (140 horas)

El bloque específico será impartido por profesorado de la FNG siguiendo las condiciones de la resolución de 7 de febrero de 2012, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publica el plan formativo de la especialidad de gimnasia rítmica: BOE Nº 50 de 28 de febrero de 2012 (modificado por Resolución Nº 169 de 16 de julio de 2021).

2.2.1.- Contenidos del Bloque Específico

La duración total del bloque específico del nivel I es de 140 horas. Contiene los módulos de formación deportiva, técnica corporal, aparatos y reglamento, propios de la gimnasia rítmica.

Nivel I. PF-112GIGR01. Áreas del bloque específico	Horas	Presenciales	A distancia
Área: Técnica corporal	15	15	
Área: Ballet y danza	12	12	
Área: Cuerda	12	12	
Área: Aro	12	12	
Área: Pelota	12	12	
Área: Mazas	12	12	
Área: Cinta	12	12	
Área: Conjunto	15	15	
Área: Reglamento	10	10	
Área: Didáctica del acondicionamiento físico específico	15		15
Área: Seguridad e higiene en la enseñanza de Gimnasia rítmica	8		8
Área: Administración, gestión y desarrollo profesional	5		5
Total horas	140	112	28

Para ver los objetivos y contenidos de cada una de estas áreas, ver la resolución del 7 de febrero de 2012 de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publica el plan formativo de la especialidad de gimnasia rítmica: BOE Nº 50 de 28 de febrero de 2012.

<https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2018-09/RES-7-02-2012-PF-GIMNASIAS.pdf>

<https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2022-06/BOE-A-2021-11898.pdf>

2.2.2.- Calendarios del Bloque Específico

Habrà áreas presenciales y online siguiendo el siguiente desarrollo:



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

Áreas presenciales del Bloque específico:

Se impartirán del 21 de julio al 02 de agosto de 2026 en el Polideportivo de Larraona (Calle Pedro I, 29, 31008, Pamplona, Navarra).

	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24	Sábado 25	Domingo 26
9:00 - 9:55			ARO	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
9:55 - 10:50			ARO	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
10:50 - 11:45			ARO	TÉC CORPO	TÉC CORPO	TÉC CORPO
11:45 - 12:40		ARO	TÉC CORPO	TÉC CORPO	TÉC CORPO	TÉC CORPO
12:40 - 13:35		ARO	TÉC CORPO	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
13:35 - 14:30		ARO	TÉC CORPO	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
14:30 - 15:30						
15:30 - 16:25	PELOTA	PELOTA	PELOTA	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
16:25 - 17:20	PELOTA	PELOTA	PELOTA	REGLAMENTO	CINTA	CINTA
17:20 - 18:15	PELOTA	PELOTA	PELOTA	TÉC CORPO	TÉC CORPO	TÉC CORPO
18:15 - 19:10				TÉC CORPO	TÉC CORPO	TÉC CORPO

	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31	Sábado 1	Domingo 2
9:00 - 9:55	ARO	ARO	REGLAMENTO	CUERDA	CONJUNTOS	CONJUNTOS	CONJUNTOS
9:55 - 10:50	ARO	ARO	REGLAMENTO	CUERDA	CONJUNTOS	CONJUNTOS	CONJUNTOS
10:50 - 11:45	ARO	ARO	MAZAS	CUERDA	CONJUNTOS	CONJUNTOS	CONJUNTOS
11:45 - 12:40	MAZAS	MAZAS	MAZAS	CONJUNTOS	CUERDA	BALLET	BALLET
12:40 - 13:35	MAZAS	MAZAS	MAZAS	CONJUNTOS	CUERDA	BALLET	BALLET
13:35 - 14:30	MAZAS	MAZAS	REGLAMENTO	CONJUNTOS	CUERDA	BALLET	BALLET
14:30 - 15:30							
15:30 - 16:25	PELOTA	MAZAS	REGLAMENTO	CUERDA	BALLET	BALLET	CONJUNTOS
16:25 - 17:20	PELOTA	MAZAS	CUERDA	CUERDA	BALLET	BALLET	CONJUNTOS
17:20 - 18:15	PELOTA	MAZAS	CUERDA	CUERDA	BALLET	BALLET	CONJUNTOS
18:15 - 19:10			CUERDA				

Áreas online del Bloque específico en la plataforma AulaCeimd:

SEMANA	ÁREAS NO PRESENCIALES
1ª Semana. Del 24 de agosto al 06 de septiembre	- Didáctica del acondicionamiento físico específico
2ª y 3ª Semana. Del 7 de septiembre al 20 de septiembre	- Seguridad e higiene en la enseñanza de gimnasia rítmica - Administración, gestión y desarrollo profesional

Exámenes presenciales Bloque Específico: se realizarán al final de cada asignatura.

Convocatoria extraordinaria del Bloque específico: 25/09/2026 (tras la presentación del Bloque común (17:00 a 19:00)).



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

2.3 Periodo de prácticas (150 horas)

El periodo de prácticas del nivel 1 tiene una duración de 150 horas y se realizará tras finalizar el período lectivo del bloque específico. Podrá iniciarse siempre y cuando se cumplan los siguientes requisitos:

- Haber superado la totalidad de las áreas del Bloque Específico.
- Encontrarse matriculado en el Bloque Común.

Se llevará a cabo en el Club de cada alumno/a siendo tutorizado por un entrenador/a de nivel superior dando el visto bueno de la FNG antes de comenzar las prácticas y siguiendo las directrices del cuadro docente. En caso de no tener la posibilidad de realizarlo en ningún club o tutor, la FNG pondría uno a su disposición.

Fechas. Del 21 de septiembre de 2026 al 30 de abril de 2027.

Lugar. Clubes adscritos a la Federación con Licencia en vigor.

Horario. A convenir con el club.

3. REQUISITOS DE ACCESO

Para poder realizar este curso se deberán acreditar tanto los requisitos generales como específicos de acceso.

3.1 Requisitos generales

(BOE, Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero)

- Estar en posesión del **Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria (ESO)**, o titulación equivalente a efectos de acceso de acuerdo con lo establecido en la disposición adicional duodécima del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre. (También se puede acceder acreditando la superación de la prueba de acceso a ciclos formativos de grado medio o superior).

Importante: El título de Graduado Escolar no es equivalente a efectos formativos al título de graduado en ESO.

3.2 Requisitos específicos

(BOE, Resolución de 7 de febrero de 2012, de la presidencia del CSD en la que se establece el plan formativo de la especialidad de gimnasia rítmica)

Prueba de acceso específica: El alumno realizará las siguientes dificultades corporales y elementos técnicos:

Técnica corporal:

1 salto (libre).

1 equilibrio (libre).

1 giro (libre).

1 flexibilidad/onda (libre).



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

Pelota:

- 1 rodamiento por los brazos de mano a mano por delante.
- 1 movimiento en ocho.
- 1 lanzamiento con una mano y recepción a una mano.

Cuerda:

- Serie de tres saltitos por dentro de la cuerda.
- 1 escapada simple.
- 1 lanzamiento.

Aro:

- 1 rodamiento de retroceso por el suelo.
- Rotaciones del aro con la mano en diferentes planos y rotaciones del aro sobre su eje en el suelo.
- 1 lanzamiento de una mano y recogida de una mano.

Mazas:

- Pequeñas rotaciones en diferentes planos.
- Pequeño lanzamiento de las dos mazas.
- Gran lanzamiento de una maza.

Cinta:

- Espirales con ambas manos.
- Serpentinas con ambas manos.
- Escapada.

*Cada alumno según su nivel técnico elegirá la complejidad de cada requisito técnico.

Criterio de evaluación:

- 5 puntos: ejecución exenta de errores técnicos.
 - 4 puntos: ejecución con errores leves.
 - 3 puntos: ejecución con errores medios que no imposibilitan la realización del elemento.
 - 2 puntos: errores graves que dificultan o distorsionan en gran medida la ejecución del elemento.
 - 0 punto: no ser capaz de ejecutar.
- El alumno será apto siempre y cuando alcance un mínimo de 9 puntos en cada uno de los aparatos y 12 puntos en técnica corporal.

Espacios y equipamientos:

- Instalación con tapiz para gimnasia rítmica.
- Los alumnos deberán aportar todos los aparatos de gimnasia rítmica.

Prueba de acceso específica

Fecha: sábado 04 de julio de 2026

Lugar: Polideportivo de Larraona (Calle Pedro I, 29, 31008, Pamplona, Navarra).

Horario: De 9:00 a 14:00 horas.



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

4. CONVALIDACIONES

La persona interesada deberá presentar ante la federación la correspondiente solicitud y documentación al formalizar la inscripción:

Prueba de acceso: Quienes acrediten la condición de deportista de alto nivel o deportista de alto rendimiento estarán exentos de cumplir la prueba de acceso.

Bloque Común: Aquellos alumnos que acrediten la superación de enseñanzas oficiales del ámbito de la actividad física y el deporte o de enfermería/medicina, tienen la opción de solicitar a través del CSD la convalidación de parte o de la totalidad del bloque común. Estas convalidaciones las realizará el Consejo Superior de Deportes ya que no tienen competencia para ello las federaciones deportivas territoriales ni nacionales.

Bloque Específico:

- Por la acreditación de enseñanzas específicas de esa modalidad/especialidad deportiva en otros estudios oficiales con materia concordante y carga lectiva igual o superior (Pedir a la FNG los documentos necesarios para la solicitud).
- Por la condición de deportista de alto nivel o deportista de alto rendimiento que establece el RD 971/2007 se podrá obtener la compensación de las áreas del bloque específico cuyos contenidos se refieran a los aspectos de técnica, táctica y reglamento. (Pedir a la FNG los documentos necesarios para la solicitud).

Periodo de prácticas:

El alumnado que acredite una determinada experiencia laboral o deportiva como técnico/a o entrenador/a podrá obtener el certificado de prácticas sin la necesidad de realizar el correspondiente periodo de prácticas.

Características para poder optar a esta posibilidad:

- Experiencia laboral o deportiva en la misma modalidad/especialidad deportiva y en actividades del mismo nivel formativo.
- Experiencia superior a 300 horas.
 - En el caso de formación o experiencia laboral o deportiva en actividades de deporte escolar: 150 horas.
- Experiencia, en su totalidad, previa al comienzo del bloque específico.

La experiencia laboral o deportiva se tendrá que acreditar de la siguiente manera:

- Experiencia laboral:
 - Trabajadores/as por cuenta ajena: certificación de la empresa en la que conste la duración del contrato, la actividad desarrollada y el periodo de tiempo trabajado.



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

- Trabajadores/as por cuenta propia: certificación de alta en el censo de obligados tributarios, con una antigüedad mínima de un año, así como una declaración de la persona interesada de las actividades más representativas.
- Experiencia deportiva:
 - Deporte federado: certificado de la federación española o navarra correspondiente en el que conste la actividad desarrollada y el periodo de tiempo en el que se ha realizado la actividad.
 - Deporte escolar: certificado de la diputación foral correspondiente en el que conste la actividad desarrollada y el periodo de tiempo en el que se ha realizado la actividad.

5. PROFESORADO

El profesorado del Bloque específico será:

APELLIDOS Y NOMBRE	TITULACIÓN	ÁREA A IMPARTIR
MARIA EREÑAGA GUTIÉRREZ	Técnico nacional Nivel 3	Técnica corporal
M ^{re} CRISTINA DEL POZO ECHARTÉ	Profesora de danza clásica en la escuela profesional de Danza Almudena Lobón. Bailarina profesional. Experta en la materia.	Ballet y danza
SANDRA PEREZ ABADIANO	Técnico nacional Nivel 3	Cuerda
KATIA AZKONA AIZPUN	Técnico nacional Nivel 3 y CAFYD	Aro
MAITE CRESPO ZARZUELA	Técnico nacional Nivel 3	Pelota
SILVIA CIAURRIZ JAURRIETA	Técnico nacional Nivel 3	Mazas
PAULA ORIVE OZORES	Técnico nacional Nivel 3	Cinta
MAITE RESANO FONSECA	Técnico nacional Nivel 3	Conjunto
MAITE FERNÁNDEZ RAZQUIN	Técnico nacional Nivel 3 y Juez internacional	Reglamento
KATIA AZKONA AIZPUN	Técnico nacional Nivel 3 y CAFYD	Didáctica del acondicionamiento físico específico
SUSANA URSUA SANTOS	Licenciada en Biología y Bioquímica.	Seguridad e higiene en la enseñanza de gimnasia rítmica
ADRIANA PERU BERAMENDI	Juez nacional GR y Licenciada en Derecho y Administración de empresas	Administración, gestión y desarrollo profesional

El profesorado del Bloque Común será el que la Escuela Navarra del Deporte designe para este curso.

6. DETALLES DEL CURSO

6.1 Número de Plazas

El número máximo de alumnos será de treinta (30), que se adjudicarán por riguroso orden de inscripción.

El número mínimo de alumnos para la celebración del curso es de 18. En caso de que el número de alumnos inscritos sea inferior, la FNG se reserva el derecho de realizar o no este curso, devolviendo los importes de la inscripción en ese caso.



Nivel 1 Gimnasia Rítmica Navarra 2026

6.2 Precio del curso

El precio del curso completo son **680 €**.

En caso de que algún aspirante no supere la prueba de acceso, se le devolvería el importe de la inscripción, descontando los 30€ que corresponden a los gastos ocasionados de la prueba de acceso y gestión.

7. INCRIPCIONES

7.1 Preinscripción

La **fecha límite para realizar las preinscripciones** será el domingo 28 de junio de 2026 a las 23:59 horas.

El alumno deberá realizar la preinscripción al curso enviando la siguiente documentación por correo electrónico a la dirección de correo electrónico: scomunes.mikel@gmail.com

- Ficha de inscripción (se adjunta)
- Justificante de pago
- Fotocopia del DNI (por las dos caras)
- Fotocopia del título académico indicado en la ficha de inscripción
- Certificado de Deportista de Alto Nivel / Alto rendimiento (si procede)

Para la realización de la preinscripción se hará un **pago inicial de 380€** para realizar la reserva que no se podrá devolver. Se efectuará mediante transferencia bancaria al número de cuenta ES30 3008 0145 2843 3537 5921 (Caja Rural), cuyo titular es la Federación Navarra de Gimnasia, indicando como concepto del ingreso, "**Nivel1 - nombre y apellido**".

7.2 Formalización matrícula definitiva

La segunda cuota se realizará una vez finalizada la inscripción del curso y deberá pagarse antes del inicio del bloque común (25/09/2026) y será de un total de 300 euros.

El resguardo de la segunda transferencia se deberá entregar vía e-mail a scomunes.mikel@gmail.com

8. AYUDAS A LA FORMACIÓN

Los **alumnos/as residentes en Navarra** serán susceptibles de recibir una ayuda tras la finalización del periodo lectivo del curso (bloque común + específico). Dicha ayuda es ajena a la federación y está condicionada a la convocatoria anual que saca el Instituto Navarro del Deporte y de la Actividad Física para "**Ayudas para realizar cursos de formación de monitor/a o entrenador/a deportivo**". Se informará tras la superación de los dos bloques.

* Para aclarar cualquier duda o adquirir más información pueden contactar en el correo scomunes.mikel@gmail.com