

# EMAKUMEAK MUGIMENDUAN

ADD/Parkour ekitaldia emakumeentzat eta bitarrak ez diren pertsonentzat

**Uztailak 14, 15 eta 16**  
**DONOSTIA**



Antolatzailea:



Laguntzailea:





# Emakumeak Mugimenduan 2023



## KOKAPENA

### OSTIRALA 14

URGULL MENDIA, Donostia.

Elkargunea: 17.00etan  
Portaletas - Puerta de entrada



Topagunea

### OHARRA

Heltzeko laguntza behar baduzu, bidalguzu emaila [emugimenduan@gmail.com](mailto:emugimenduan@gmail.com) helbidera



Emakumeak Mugimenduan 2023 dosierra

Art du déplacement / Parkour ekitaldia

# Emakumeak Mugimenduan 2023

**OSTIRALA 14**

**INSKRIPZIOAK: gutxieneko adina 14 urte.**

Emakumeentzat eta bitarrak ez direnentzat bakarrik.

**ORDUTEGIA: 17:00etatik 19:00etara**

**LEKUA: Donostiako Urgull mendia.**

**ELKARGUNEA: 17.00etan Portaletan.**

Lehenengo jardunaldi honetan Lotzen ADD Parkour Elkarteak gidatutako entrenamendua izango da, irakasle gonbidatuek lagunduta.

## OHARRAK

**Ezinbestekoak:** Arropa eroso, kirol oinetakoak eta ura.

**Kontaktua:** [emugimenduan@gmail.com](mailto:emugimenduan@gmail.com)



Antolatzailea:



Laguntzailea:





# Emakumeak Mugimenduan 2023



## KOKAPENA

**LARUNBATA 15**

**IGANDEA 16**

**INTXAURRONDO**, Donostia.

Elkargunea: 10.00etan  
**Etzieta Parkeko frontoian**



**Nola heldu**  
**Metroz, Euskotren:**



Intxaurrondoko metro geltokia.  
Irteera: Zarategi.

**Nola heldu**  
**Autobus-geltokitik:**



9. lineako busa. Baratzategirako  
helbidea.  
Tabakalerako geltokitik.  
Galizia 18ko geltokiraino

**Nola heldu**  
**Green Nest Ubatik:**



Oinez. 10 min.



Emakumeak Mugimenduan 2023 dosierra

Art du déplacement / Parkour ekitaldia

# Emakumeak Mugimenduan 2023

**LARUNBATA 15**

**INSKRIPZIOAK:** gutxieneko adina 14 urte.

Emakumeentzat eta bitarrak ez direnentzat bakarrik.

**ORDUTEGIA:** 10:00etatik 17:00etara\*

**LEKUA:** Intxaurrondo, Donostian.

**ELKARGUNEA:** 10.00etan Intxaurrondoko Etzieta  
Parkeko pilotalekuan.

Larunbatean hiru tailer izango dira, bakoitza irakasle gonbidatu batek zuzenduta. Horietan mugimendua, erronkak, konfiantza eta askoz gehiago landuko dira.

## OHARRAK

**Ezinbestekoak:** Arropa eroso eta kirol-oinetakoak, ura eta janaria. Egun erdiko geldialdian ez du janaria erostera joateko astirik emango. Janaria parte-hartzaile bakoitzaren ardura da.

\* **Ordutegia:** Tailerrak amaitzeko ordua gutxi gorabeherakoa da. Ondoren, elkarrizketarako eta aisialdirako tarte bat egongo da nahi duenarentzat.

**Afaria:** Denak batera afaltzea aurreikusten da. Animatzen bazara, abisatu jardunaldian zehar.

**Kontaktua:** [emugimenduan@gmail.com](mailto:emugimenduan@gmail.com)



Antolatzailea:



Laguntzailea:





**Emakumeak Mugimenduan 2023 dosierra**

**Art du déplacement / Parkour ekitaldia**

# Emakumeak Mugimenduan 2023

**IGANDEA 16**

**INSKRIPZIOAK: gutxieneko adina 14 urte.**

Mistoak

**ORDUTEGIA: 10:00etatik 15:00etara\***

**LEKUA: Intxaurrondo, Donostian.**

**ELKARGUNEA: 10.00etan Intxaurrondoko Etzieta  
Parkeko pilotalekuan.**

Igandean, gonbidatutako irakasleek zuzendutako entrenamendu mistoaz gozatuko dugu. ADD/parkour elkartearekin partekatze eta gozatzeko jardunaldia izango da.

## OHARRAK

**Ezinbestekoak:** Arropa eroso eta kirol-oinetakoak, ura eta janaria (aukerakoa). Egunean zehar ez da bazkatzeko geldialdirik egongo, ekitaldiaren amaieran izango da.

**Ordutegia:** Tailerrak amaitzeko ordua gutxi gorabehera da. Ondoren, elkarrizketarako eta aisialdirako tarte bat egongo da nahi duenarentzat.

**Kontaktua:** [emugimenduan@gmail.com](mailto:emugimenduan@gmail.com)



Antolatzailea:



Laguntzailea:





# Emakumeak Mugimenduan 2023



## IRAKASLEAK

### VIVIANA SILVA

París



Ekuadorren jaioa, gaur egun Frantzia bizi da eta 2015ean hasi zen parkour-ean. Gaur egun, Kimeo Volt chase tag taldeko kide da, hainbat emakume-elkarterentzako workshop-ak egiten ditu eta Pink Parkour Parisen klaseak ematen ditu.

Bere "Partners in crime" workshop-ean erronka kolektiboez, lan-kidetzaz eta beste pertsonarengan konfiantza handia izateaz gozatuko dugu.

Jatorri errumaniarrekoa eta Espainian hazia, Gabrielak hamarkada bat darama Desplazamenduaren Artearen munduan eta bi urte coaching gisa.

Bere workshop-ean gure alderik naturalenarekin konektatuko gara.

### GABRIELA CIOBOTAŢASU

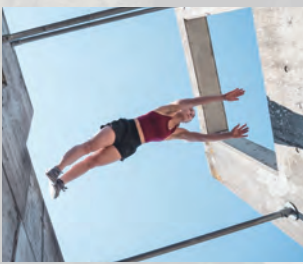
Valencia



Coloradon (AEB) jaio eta hazi zen, eta gaur egun Hanburgon (Alemania) bizi da. 2010etik ari da parkour entrenatzen, eta Kirol Zientzietan graduatua da. Bereziki interesatzen zaio hainbat komunitatek parkourra bideratzen dutela, eta horrek atzerrian bidaiatzera eraman du, baita Spot Destroyer Jam sortzea ere.

### RENAE DAMBLY

Hanburgo





# Emakumeak Mugimenduan 2023



## OHARRAK

### JANARIA

- Larunbatean, 14:00ak aldera, geldialdia egingo da, denak batera jateko.
- Igandean ez da bazkaltzeko geldialdirik egongo eguna amaitu arte.
- Janaria PARTE-HARTZAILE BAKOITZAREN ERANTZUKIZUNA DA. Prest eramatea gomendatzen dugu, bazkaltzeko denbora doia baita, eta larunbatean ez du astirik emango jatetxe/taberna/super batera joateko eta ekitaldiari berriro ekiteko.

### ATSEDENAK

- Programatutako atseden bakarra bazkaria da. Norbaitek edozein arrazoiengatik gelditu behar duela uste badu, nahikoa da ORGANIZAZIOKO EDOZEINI JAKINARAZTEA.

### KOMUNAK

- Ez dago komun publikorik inguruan. Komunera joan behar izanez gero, hurrengo orrialdean ikus dezakezue gertu dauden establezimenduak.
- Antolakuntza taldea uneoro egongo da eskuragarri nahi duenari establezimendueta-  
ra laguntzeko.

### ADINGABEAK

- Gogorarazten dizuegu derrigorrezkoa dela erantzukizunetik salbuesteko eta erantsi-  
tako irudi-eskubideak lagatzeko agiria entregatzea, legezko tutoreak sinatuta, adinga-  
bea izanez gero, ekitaldian eta bertan emandako tailerretan parte hartzeko.



# Emakumeak Mugimenduan 2023



## ZERBITZUAK

### INTXAURRONDO - Etzieta parkea

Tabernak, dendak eta supermerkatuak 5-10 minutura oinez Etzieta parketik.

