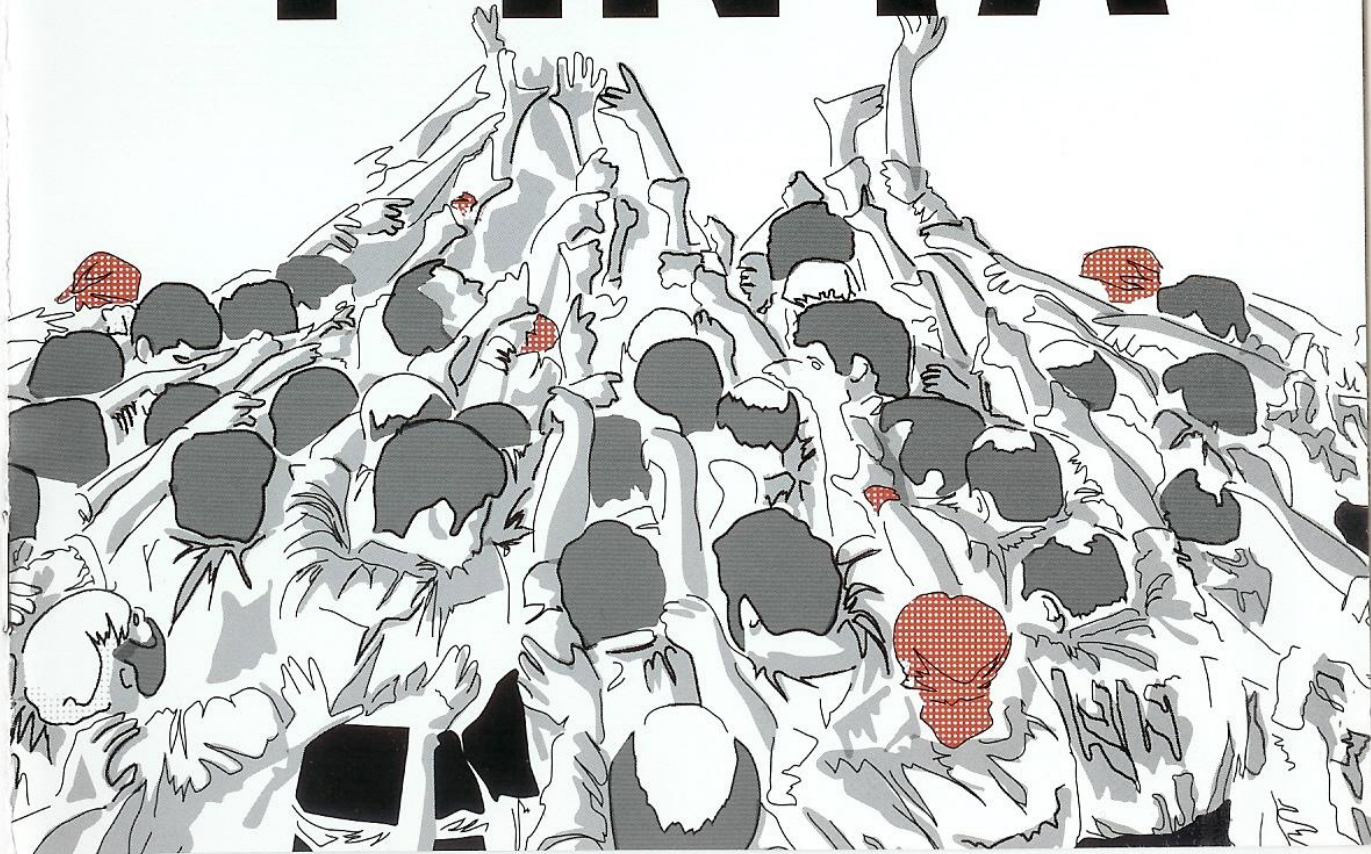


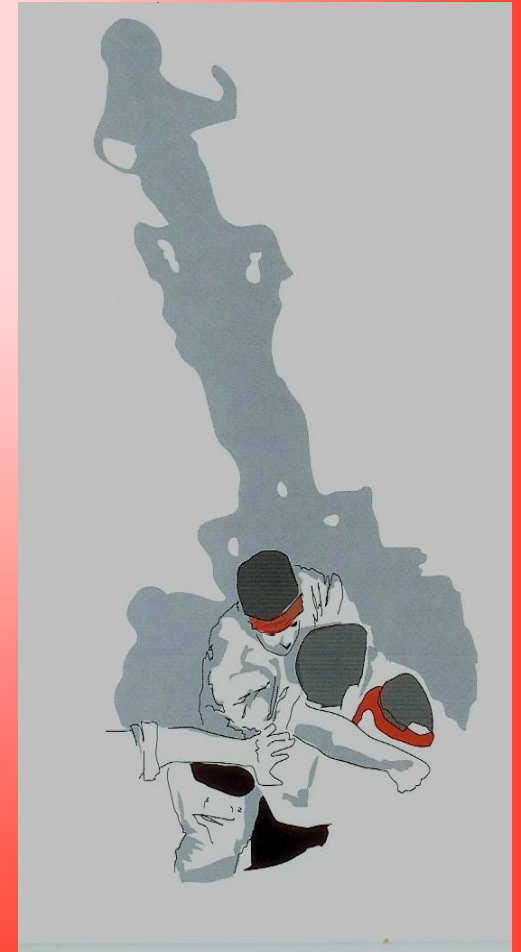
*Castellers de Barcelona*

# PINYA



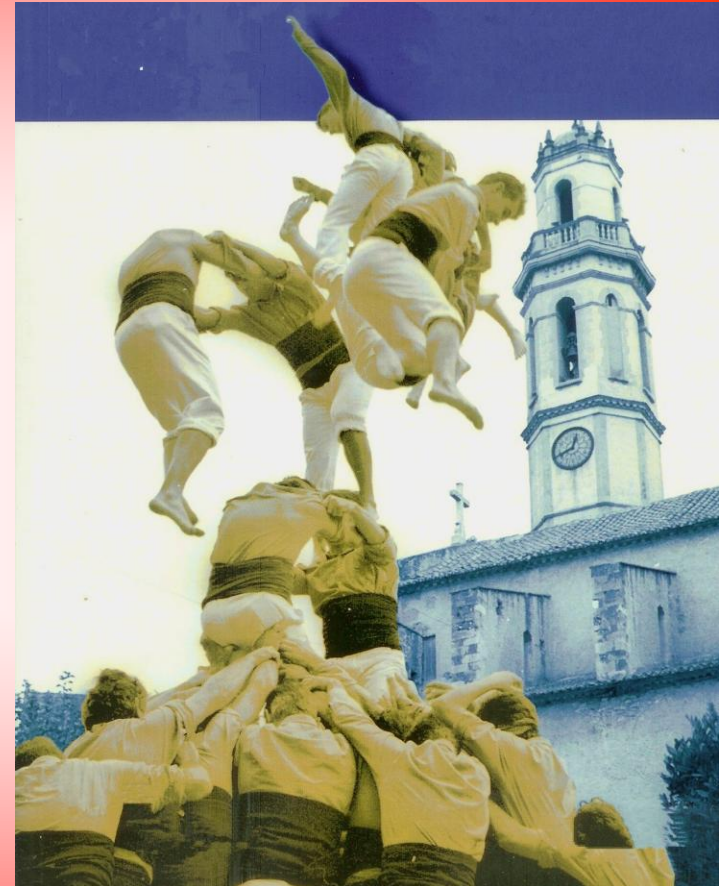
# ***Aspectes generals***

- 1 – El mocador.**
- 2 – Evitar objectes que puguin lesionar-te o lesionar els altres.**
- 3 – Tingues en compte les teves característiques físiques.**
- 4 – Entra a temps i amb finor.**
- 5 – Estigues atent al castell. (Escoltar i no mirar).**
- 6 – Els castellers del tronc han de respectar els de la pinya.**



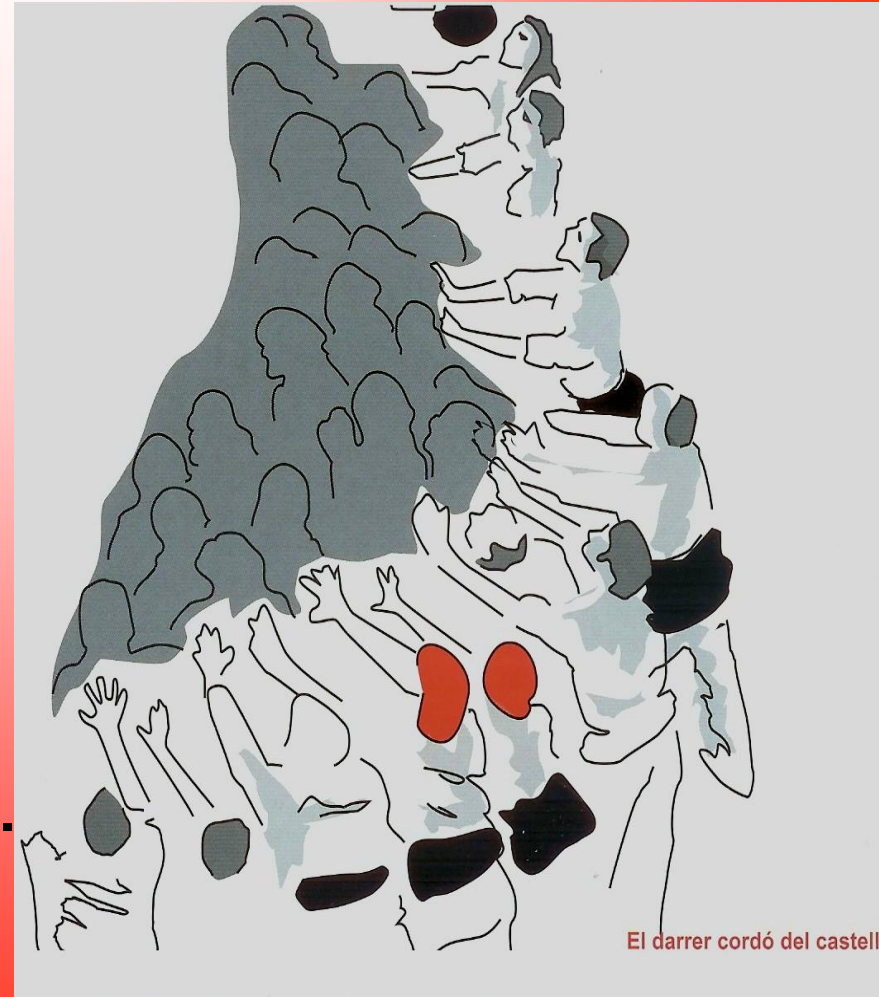
# ***En cas de caiguda***

- 1 – Augmentar la tensió muscular del coll i braços.**
- 2 – Dóna més pit.**
- 3 – No t'ajupis per evitar els pes al cap.**



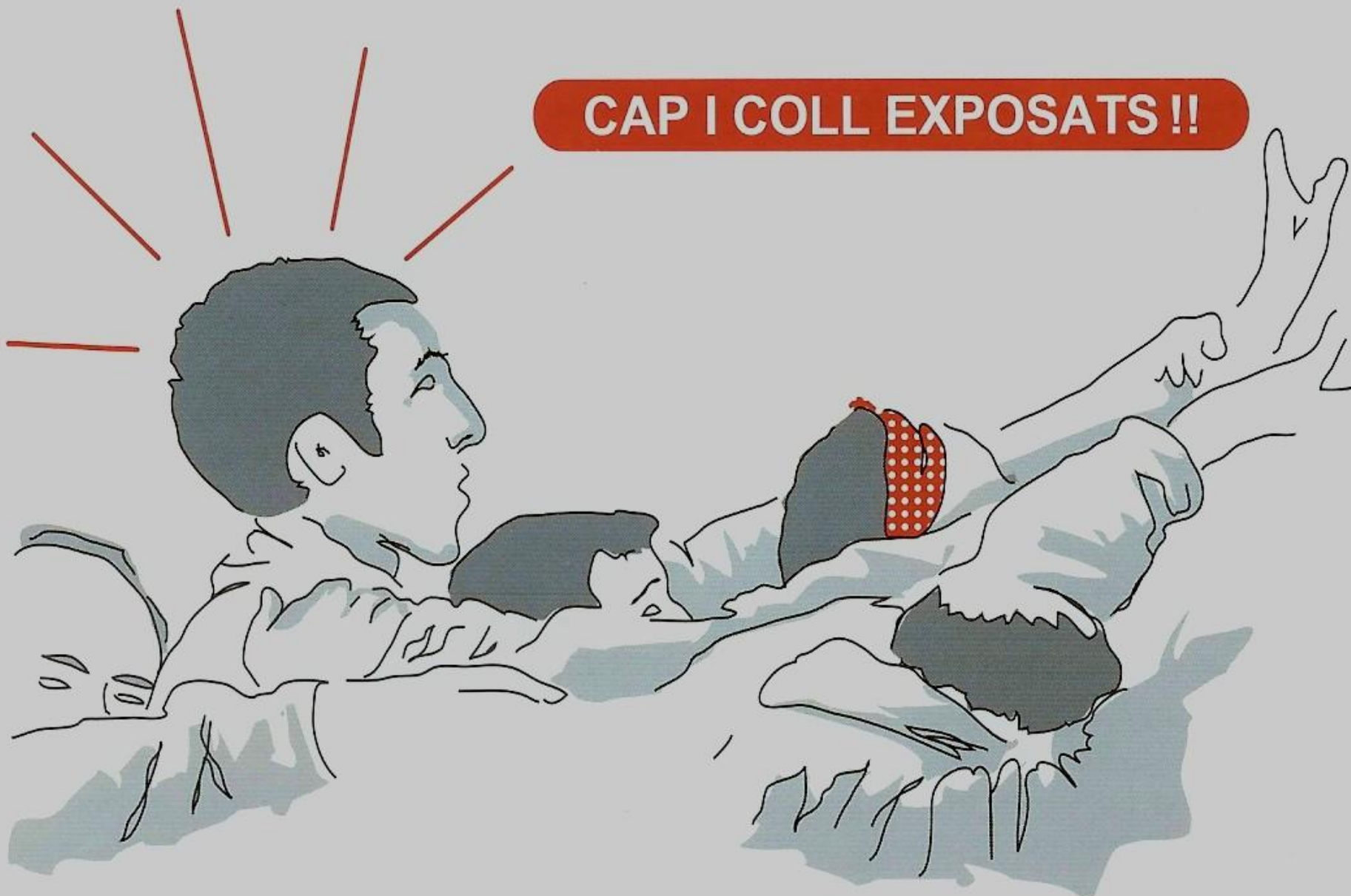
# ***El darrer cordó***

- 1 – Conjunt de castellers que tanquen la pinya.**
- 2 – Cal que s’hi posi gent de la colla**
- 3 – Han d’envoltar estratègicament tota la pinya.**
- 4 – Han d’ajudar a fer pressió.  
(Amb els braços estirats).**
- 5 – Evitar caigudes a terra.**
- 6 – Sempre te que disposar-se, encara que tinguem pocs efectius a la pinya.**
- 7 – Son els únics castellers que han de mirar el castell.**

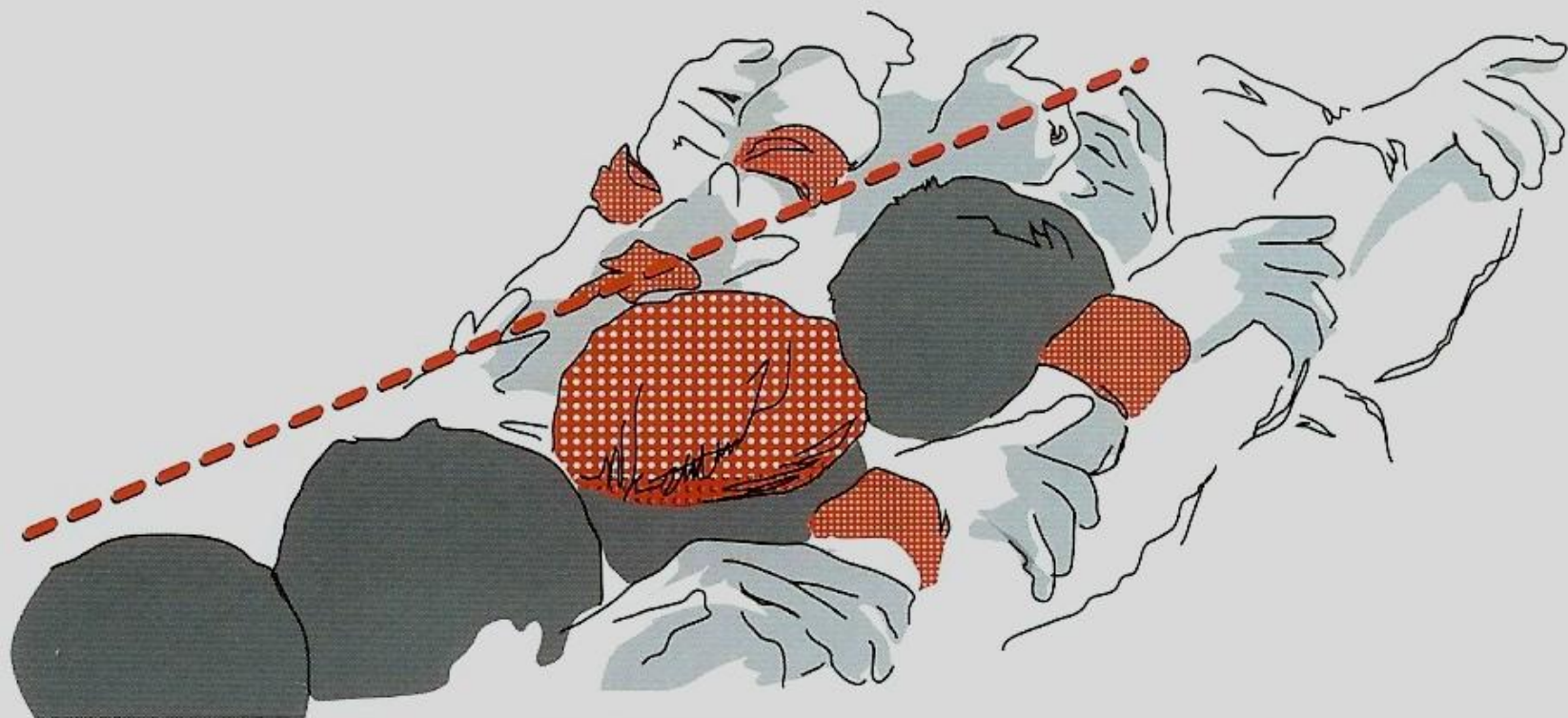


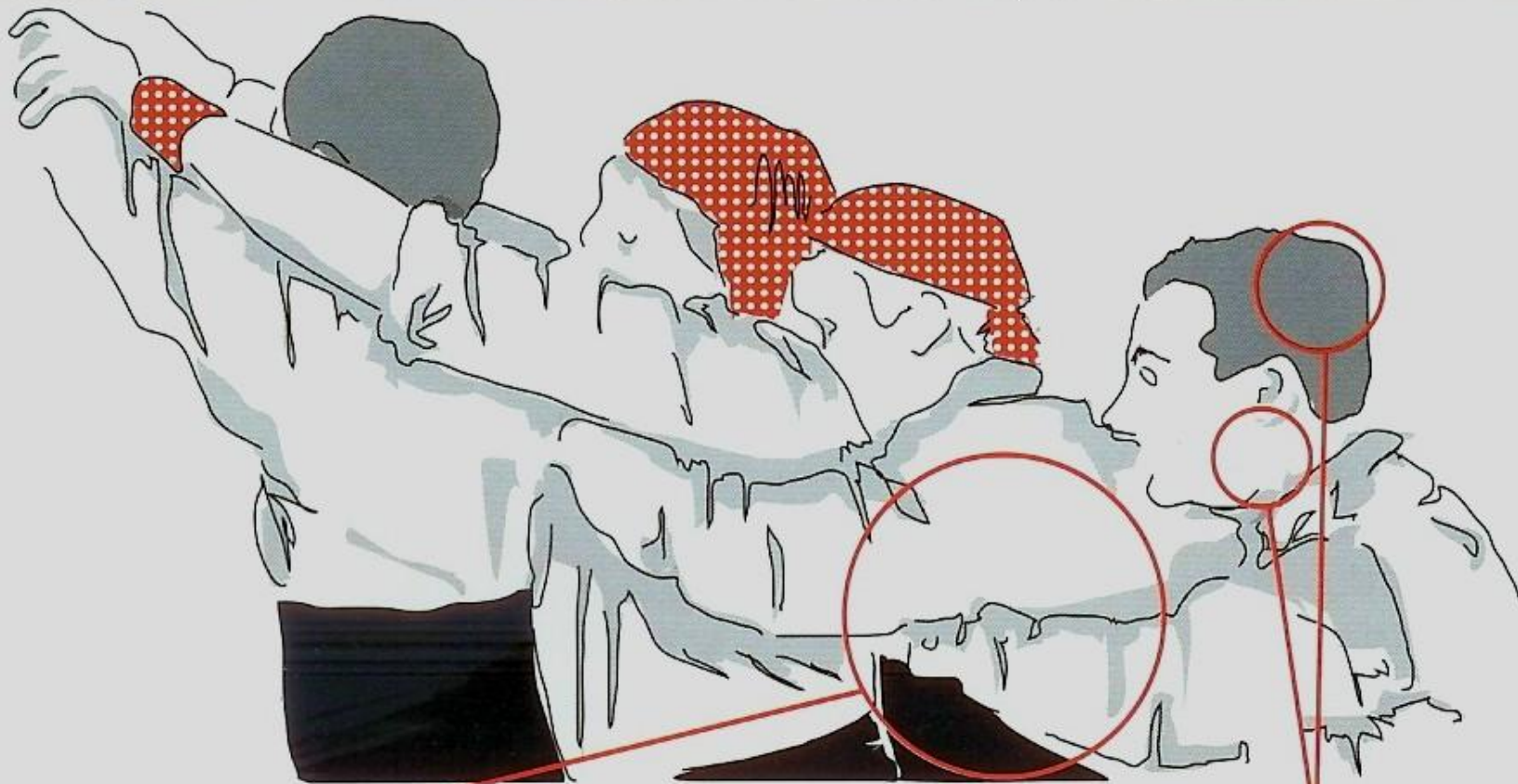


**CAP I COLL EXPOSATS !!**



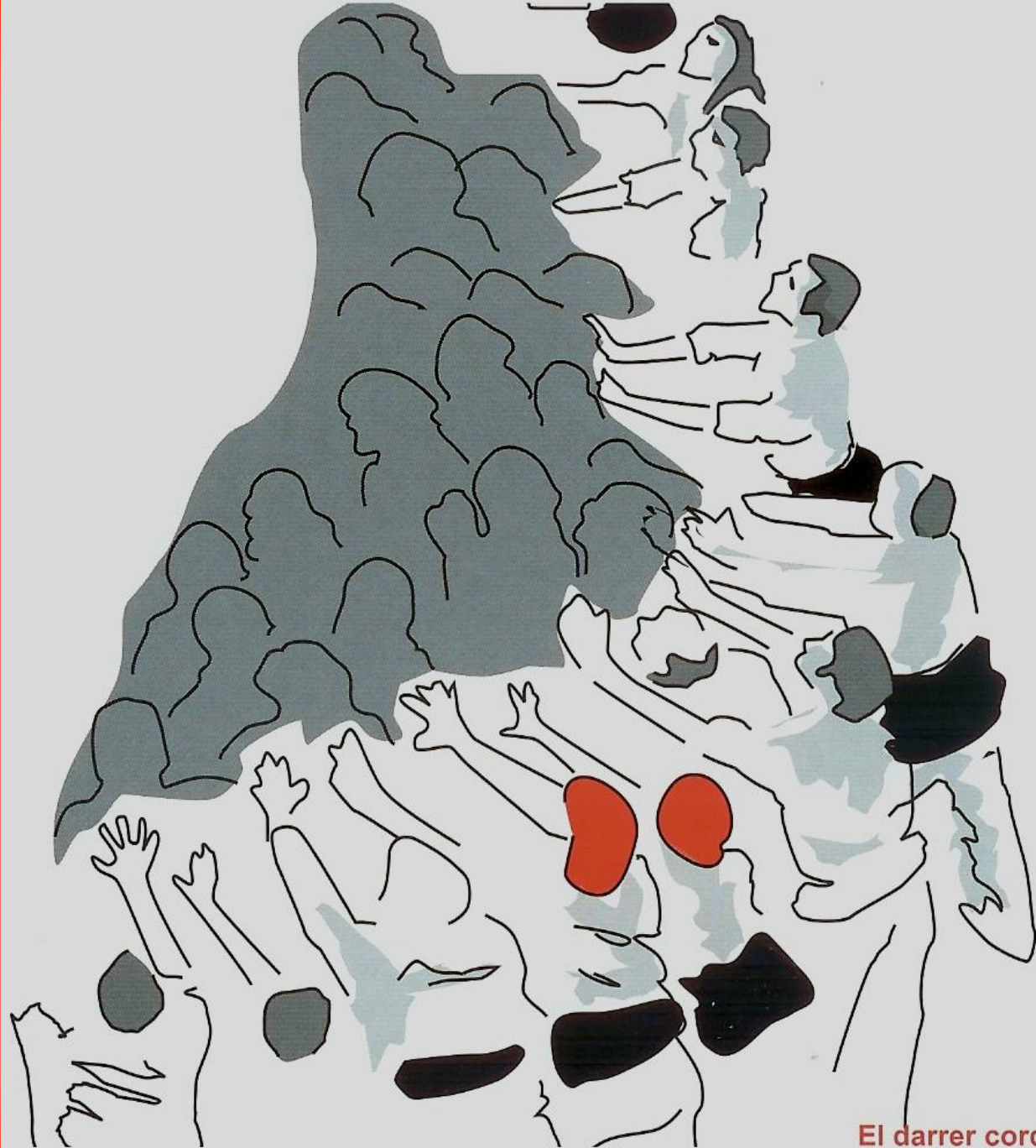
## CAPS BEN PROTEGITS





**BRAÇOS PER SOTA = CAPS I COLLS DESPROTEGITS**





El darrer cordó del castell

