

Gracias al deporte los alumnos adquirirán, no solo **psicomotricidad y coordinación**, sino que también **asentarán las bases del trabajo en equipo** y las relaciones sociales y personales. Nuestro equipo profesional de monitores se encargará del bienestar de tus hijos.



CON RITMO

• Danza

Con movimientos basados en el ballet o danza clásica incidimos en el control y coordinación de movimientos así como la expresión corporal con coreografías adaptadas a la edad de los alumnos.

• Urbano

Si buscas un estilo fresco y divertido ¡la danza urbana es para ti! Influenciado por los bailes americanos como el hip-hop o el new style es una modalidad que refuerza la coordinación.



EN LA PISTA

• Pádel

Con un enfoque lúdico y formativo, adaptamos el pádel a alumnos desde los 3 años. Adquirirán desde las nociones más básicas del pádel hasta el fomento de su psicomotricidad y coordinación.

• Squash

Ayuda a desarrollar la flexibilidad, agudizar los reflejos e incrementar la resistencia al mismo tiempo que se fortalecen los músculos, las articulaciones y el sistema cardiovascular.



DISCIPLINA

• Judo

Arte marcial donde desarrollan sus capacidades físicas y psíquicas y mejoran su estado físico al mismo tiempo que aprenden valores tan importantes como el compañerismo o el respeto.

• Krav Maga

Iniciación a este arte marcial donde se trabajará de forma recreativa la mejora de cualidades físicas básicas, canalización de nervios, disciplina y trabajo tanto individual como en grupo.

• Tiro con Arco

Deporte olímpico donde aprenderán las modalidades más básicas tanto del tiro en arco en sala como sobre diana al aire libre. Se reforzará la concentración y la coordinación óculo-motriz.



EN EQUIPO

• Fútbol

Trabajaremos la coordinación y la percepción espacio-tiempo, controles y pases, conducciones y golpeos. Un trabajo basado siempre en el juego, en la diversión y en la competición lúdica.

• Baloncesto

Nuestras sesiones de iniciación tendrán como objetivo asentar habilidades y destrezas básicas, así como perfección el dominio del balón. Reforzando además los valores del trabajo en equipo.

• Vóley

Deporte en el que aprenderán el gran valor de la cooperación y el trabajo en equipo. Y donde además desarrollarán el control mental, el equilibrio y la concentración.



CON ENERGÍA

• Crossport Kids

Entrenamiento que combina la psicomotricidad y el entrenamiento funcional, los buenos hábitos posturales y fortalecimiento del core para evitar problemas de espalda.

• Aero Jump

Programa de entrenamiento cardiovascular que se basa en la utilización de un pequeño trampolín para hacer el trabajo aeróbico. Permite cuidar la salud y pasarlo bien al mismo tiempo.

• Fit Kid

Disciplina gimnástica que combina elementos procedentes de diferentes modalidades de gimnasia como la acrobacia, el salto, la fuerza y la elasticidad. Ideal para fortalecer su desarrollo físico.

• Multideporte

Los alumnos practicarán deporte a su gusto. Cada sesión será una aventura única y diferente. ¡Todos los deportes y actividades físicas en una clase en forma de circuito de entrenamiento!

REQUISITOS:

- Grupo mínimo: 6/8/10 asistentes dependiendo de la actividad.
- Inicio de las actividades: semana 39 de 2021
- Nivel I: Iniciación de 3 a 6 años.
- Nivel II: Medio de 7 a 10/11 años.
- Los niños mayores de 3 años deben tener independencia higiénica.
- Los niños a partir de 6 años deben traer mascarilla.
- Todos los niños deben traer su propia agua.
- Justificante médico de estado de salud.
- La reserva de plaza se realizará en la recepción de nuestro Club con el abono de la misma la semana previa al inicio de la actividad.
- Matrícula 30€



HORARIO ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

17:30H



Urbano I
Crossport
Kids
Pádel A

Squash
Judo
Fit Kid
Danza I

Urbano I
Crossport
Kids

Judo
Fit Kid
Danza I

Fiestas
Temáticas
(de 17:30h a 21:00h)
Pádel B

MAÑANA

Campeonatos
K7 Kids

18:30H

Urbano II
Tiro con
arco
Multideporte

Danza II
Krav Maga
Fit Kid
Vóley

Urbano II
Tiro con
arco
Baloncesto
Fútbol

Danza II
Krav Maga
Fit Kid
Vóley

Baloncesto
Fútbol

TARDE

Talleres
especiales
Campeonatos
K7 Kids

19:30H

Multideporte

Aero Jump

Baloncesto
Fútbol

Aero Jump

Baloncesto
Fútbol

SÁBADOS
Y DOMINGOS

¡Campus
de 11:00h a
18:00h!

Todas las extraescolares son a partir de los 3 años previa inscripción.
I Nivel Iniciación: de 3 a 6 años
II Nivel Medio: de 7 a 10/11 años

