



## CAMPUS URBANO DE GIMNASIA DEL CLUB DEPORTIVO

### BALANCE:

**Actividad:** Curso/campus de Verano de G. Rítmica y G. Aeróbica

**Destinado a:** Niños y niñas de dentro y fuera de municipio a partir de 5 años.

**Límite de inscripción:** 50 plazas

**Nº de técnicos deportivos especializados:** 4

**Horario actividad:** 10:00 – 14:00

- \* **Madrugadores:** 8:45 – 14:00
- \* **Continuadores:** 10:00 – 15:00

**Horario semanal:** De lunes a Viernes (5 días a la semana)

**Precio por semanas:**

1. **SEMANA 1:** del 26 al 30 de Junio → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas
2. **SEMANA 2:** del 3 al 7 de Julio → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas
3. **SEMANA 3:** del 10 al 14 de Julio → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas
4. **SEMANA 4:** del 17 al 21 de Julio → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas
5. **SEMANA 5:** del 24 al 28 de julio → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas
6. **SEMANA 6:** del 31 al 4 de Agosto → 50€/empadronadas o internas  
→ 55€/no empadronadas o externas



#### Precio medio curso:

- **Opción A:** Primera quincena del 26 de Junio al 14 de Julio → 130€ / 150€ no empadro
- **Opción B:** Segunda quincena del 17 de Julio al 4 de Agosto → 130€ / 150€ no empadro

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
26	27	28	29	30
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28
31	1	2	3	4

**Precio curso entero:** 230€ para internos y/o empadronados.

250€ para no empadronados y/o externos.

#### Actividades a desarrollar:

- Ejercicios de coordinación, ritmo y psicomotricidad básica mediante juegos.
- Juegos y talleres de expresión corporal.
- Danza clásica (Ballet) y Danza contemporánea (Contem).
- Preparación física específica de gimnasia. (Mediante circuitos, series... para trabajar las cualidades físicas específicas de la Gimnasia Rítmica y Gimnasia Aeróbica)
- Composición de montajes y exhibición final para gimnastas que participen en el curso completo.
- Gymkanas y juegos de cooperación y colaboración. (multiaventura)
- Talleres didácticos (dedicados a la estética del deporte)
- Técnica corporal
- Técnica de aparatos (Pelota, mazas, cinta, aro, cuerda)
- Trabajo de la flexibilidad
- Zumba y coreografías
- Piscina y juegos acuáticos

#### Otras observaciones:

- Tendrán preferencia los niñ@s del municipio y pertenecientes a la escuela de Villaquilambre - Club Balance, en el importe de la cuota y asignación de plaza.
- La cuota de madrugadores o continuadores incrementará 5€ el precio sobre la semana. Si se elije ambas opciones; Madrugadores + continuadores el precio de la cuota incrementará en 10€ semanales. (Este precio se verá incrementado siempre de la misma manera y no afectará a los descuentos que se puedan obtener).
- Descuentos extras: -30% de descuento del total para hermanos/as.
- Descuentos extras: -30% de descuento del total si traes un acompañante externo (el descuento se aplicará conjuntamente a las dos partes, es decir 15% a cada uno.)
- Los descuentos no serán acumulables.