

I CAMPUS DE GIMNASIA RÍTMICA

C.D ESTUDIO 2017

LOCALIZACIÓN

PABELLÓN PACO HERNÁNDEZ
COLEGIO ESTUDIO

FECHAS Y HORARIO

DEL 26 AL 30 DE JUNIO

EDADES: DESDE LA CLASE VIII A LA 18

DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA DE JUNIO SE REALIZARÁ POR PRIMERA VEZ EN EL CD ESTUDIO UN CAMPUS ESPECIALIZADO EN **GIMNASIA RÍTMICA** DONDE NUESTRAS ALUMNAS PODRÁN DISFRUTAR DE LA PRÁCTICA DE ESTE DEPORTE EN UN AMBIENTE INMEJORABLE. IMPARTIDO POR ENTRENADORAS NACIONALES.



OBJETIVOS

EL OBJETIVO FUNDAMENTAL DEL CAMPUS ES EL APRENDIZAJE Y PERFECCIONAMIENTO DE LOS ASPECTOS TÉCNICOS DE ESTE DEPORTE, EN UN AMBIENTE LÚDICO, DE COMPAÑERISMO Y TRABAJO EN EQUIPO.

ASPECTOS A TRABAJAR

- TÉCNICA CORPORAL: SALTOS, GIROS, EQUILIBRIOS, FLEXIBILIDAD...
- TÉCNICA DE APARATOS: ARO, PELOTA, CUERDA. CINTA Y MAZAS.
- PREPARACIÓN FÍSICA ESPECÍFICA.
- COREOGRAFÍA Y BAILE: MÚSICA APLICADA AL MOVIMIENTO.



ACTIVIDADES

DURANTE LA SEMANA HABRÁ 1 o 2 DÍAS DE PISCINA.
EL HORARIO SE REPARTIRÁ EN BLOQUES DE ENTRENAMIENTO:

-CALENTAMIENTO, TÉCNICA CORPORAL Y FLEXIBILIDAD

-BALLET Y DANZA
-TÉCNICA DE APARATO
-PREPARACIÓN FÍSICA
-TALLERES DE ELABORACIÓN DE PEINADOS Y MAQUILLAJE PARA GIMNASIA RÍTMICA.

HORARIO TIPO

- 09:30 RECEPCIÓN
- 10:00 1ª SESIÓN DE TÉCNICA: CORPORAL
- 11:30 ALMUERZO
- 12:00 2ª SESIÓN DE TÉCNICA: APARATOS
- 13:30 COMIDA
- 13:45 TALLERES
- 14:30 COREOGRAFÍA
- 16:30 DESPEDIDA

PRECIO-INSCRIPCIÓN

180€

EL PRECIO INCLUYE LA COMIDA Y EL ALMUERZO EN EL COLEGIO Y LOS OBSEQUIOS Y PREMIOS QUE SE IRÁN OTORGANDO.

A través de nuestra web: www.cdestudio.com

¡APÚNTATE!