

LUIS VIVES

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES BAILDEPORT



A partir de octubre

PIDE MÁS INFO:

baildeport@gmail.com

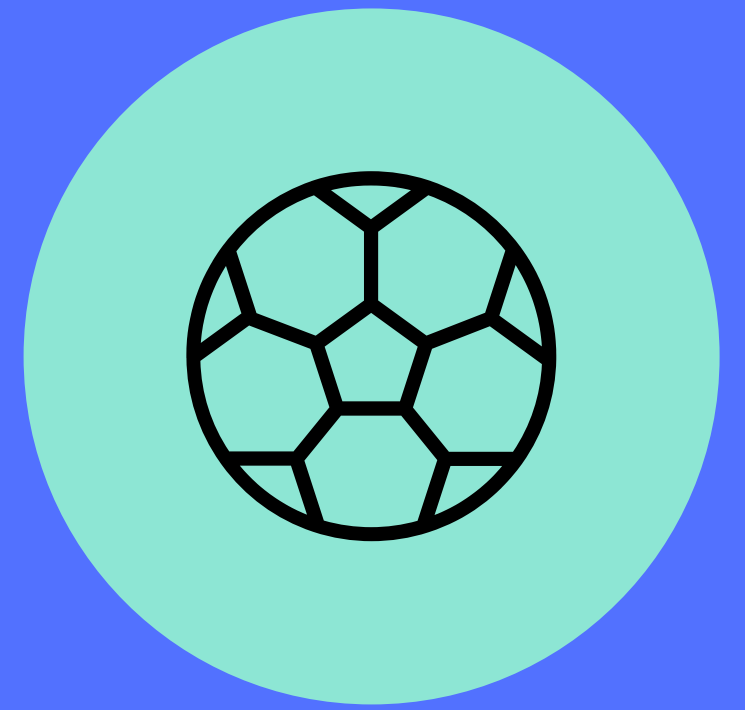
637 339 284

650 169 415

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

BAILE - GYM

La gimnasia mezclada con el baile consiste en la unión entre ritmo y habilidades físicas. En estas clases los alumnos y alumnas aprenden a trabajar diferentes aspectos como la fuerza, la flexibilidad, el salto, la coordinación... Estas capacidades se juntan a la expresión corporal para crear una coreografía.



PSICOMOTRICIDAD:

La actividad "psicomotricidad" nace para dar respuesta a las necesidades que los más pequeños tienen de conocer hacia qué deporte o deportes orientarse en un futuro. Es una actividad destinada a los alumnos de infantil. Se basa en descubrir diferentes deportes a través del juego, a la vez que se mejora la motricidad, el control corporal y se desarrollan las habilidades físicas básicas.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

BASKET

La actividad de Baloncesto está destinada a los alumnos que desean realizar una actividad completa y de alta intensidad. Es un deporte en el que se trabaja de manera colectiva, esto hace que sea una herramienta para afianzar vínculos con sus compañeros a la vez que se potencia sus habilidades sociales. A su vez, complementaremos este deporte con diversas dinámicas de otras modalidades para hacer las clases lo más variadas y lúdicas posibles



ACTIVIDADES DEPORTIVAS

KÁRATE:

El karate es un arte marcial de origen japonés cuyo significado se traduce como 'el camino de la mano vacía', ya que sus practicantes no utilizan armas para defenderse, sino sus manos y pies. Este deporte aporta múltiples beneficios desde la infancia: perseverancia, autocontrol, responsabilidad, respeto, disciplina...

Gracias a los ejercicios que se realizan en estas clases el karate estimula la coordinación y el equilibrio, acorta la velocidad de reacción y el tiempo de ejecución (no solo en el plano físico sino también en el intelectual) y favorece una respiración adecuada.



ACTIVIDADES DEPORTIVAS

YOGA:

Cuando conseguimos calmar la mente y equilibrar el cuerpo, el sistema nervioso se relaja y la persona fluye en armonía. Esto es yoga, una invitación a la relajación y sensibilidad, llegando así a la integridad del Todo 'Cuerpo, mente, espíritu'.

A través de sencillas secuencias entre postura, movimiento y respiración, conseguimos abrir, suavizar e integrar, sin necesidad de conocimientos previos para ello.

El yoga es más bien una práctica terapéutica, pues nos aporta múltiples beneficios: atención, concentración, equilibrio, relajación, alineación corporal, energía..



HORARIOS

GIMNASIA BAILE (infantil y primaria):

VIERNES 16-17h

PSICOMOTRICIDAD (solo infantil):

MIÉRCOLES 16-17h

MINDFULLNESS - YOGA (infantil y primaria)

LUNES 16-17h

KÁRATE (solo primaria)

MIÉRCOLES 16-17h

BASKET (solo primaria)

LUNES Y MIÉRCOLES 16-17h

o

MARTES Y JUEVES 17-18h

INSCRIPCIÓN

LINK:

<https://forms.gle/cjtwLiodhRSfvFdeA>

PRECIOS

MATRÍCULA 10€ POR ALUMNO

ACTIVIDADES DE UNA HORA: 16€ MENSUALES

ACTIVIDADES DE DOS HORAS SEMANALES: 24€
MENSUALES

TAMBIÉN PUEDES ENCONTRAR EL LINK EN EL
APARTADO COLEGIOS EN NUESTRA WEB:

WWW.BAILDEPORT.ORG