CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA Y DANZA





CAMPUS RÍTMICA Y DANZA LEGANÉS

PROYECTO

DEL 24 AL 28 DE JUNIO DEL 1 AL 5 DE JULIO DEL 8 AL 12 DE JULIO

(3 SEMANAS)

EDAD: DESDE 6 HASTA 14 AÑOS

JORNADA: DE 09:00 HASTA 14:00





LUGAR: PABELLÓN ANTONIO MACHADO (LEGANÉS)

OBJETIVOS DEL CAMPUS



PRECIOS

Semanas*	Alumnas Rítmica Leganés	Alumnos externos
Del 24 al 28 de junio de 2024	75€ (por 1 semana)	80€ (por 1 semana)
Del 1 al 5 de julio de 2024	135€ (por dos semanas)	140€ (por dos semanas)
Del 8 al 12 de julio de 2024	200€ (por 3 semanas)	205€ (por 3 semanas)

CAMPUS RÍTMICA Y DANZA LEGANÉS

Lunes

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas HELLO! 09.15 - 10:30 PRESENTACIÓN + 2/3 JUEGOS DE CONOCERSE

10:30-11:30 **ESTIRAMIENTO + JUEGOS** DE CARDIO POR GRUPOS PARA HACER **EQUIPO**

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-13:00 CALENTAMIENTO + PRESENTACIÓN DE **APARATOS**

13:00-14:00 ACROBACIAS Y APARATO

Martes

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas 09:00-10:30 ESTIRAMIENTO + CALENTAMIENTO +

10:30 - 11:30 JUEGO RETOS COMPETICIÓN DE **ACROBACIAS**

TÉCNICA DE EQUILIBRIO

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00 - 14:00 CLASE DE ZUMBA Y CONCURSO DE COREOGRAFÍA



Miércoles

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

09:00-10:30 ESTIRAMIENTO + CLASE DE YOGA

10:30-11:30 CLASE DE TÉCNICA DE GIROS

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00- 13:00 TRABAJO DE LANZAMIENTO CON APARATOS (INDIVIDUAL)

13:00- 14:00 TRABAJO EN CONJUNTO CON **APARATOS**

Jueves

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

09:00-10:30 CLASE DE BALLET 🦌

10:30-11:30 CLASE DE **ACROBACIAS Y** FLEXIBILIDAD

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-13:00 CLASE DE **BAILE MODERNO**

13:00- 14:00 MOMENTO ARTISTICO: DIBUJOS EN **PAPEL**

Viernes

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

CLASE ESPECIAL



11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00 - 14:00 CLASE MAQUILLAJE Y PELUQUERÍA



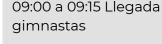
09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

09:00-10:30 ESTIRAMIENTO + JUEGOS DE CARDIO PARA CALENTAR

10:30-11:30 CREACIÓN BAILE CONTEMPORÁNEO, MUSICA LENTA

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-14:00 TALLER DE COREOGRAFÍA E **IMPROVISACIÓN**



09:00-10:30 CLASE DE BALLET 📡

10:30-11:30 CLASE DE **ACROBACIAS Y LANZAMIENTOS**

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-13:00 CLASE DE **BAILE MODERNO**

13:00-14:00 TÉCNICA DE **APARATOS**

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

09:00-10:30 **CALENTAMIENTO Y** TÉCNICA DE CENTRO (GIROS, EQUILIBRIOS Y SALTOS)

10:30-11:30 TRABAJO EN CONJUNTO CON **APARATOS**

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00 - 14:00 CLASE **MAQUILLAJE Y** PELUQUERÍA

DÍA ESPECIAL DE 09:00 A 17.30 HORAS

09:00-10:30 CLASE ZUMBA

PISCINA MUNICIPAL EL CARRASCAL



09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

CLASE ESPECIAL



11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00 - 14:00 DISEÑO DE MI PROPIA CAMISETA



09:00 a 09:15 Llegada gımnastas

09:00-10:30 CALENTAMIENTO Y TÉCNICA DE CENTRO (GIROS, EQUILIBRIOS Y SALTOS

13:00-14:00 TÉCNICA DE **APARATOS**

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-14:00 JUEGOS + CREACIÓN DE TIK TOKS

09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

09:00-10:30 CLASE DE BALLET *

13:00- 14:00 TÉCNICA DE APARATOS _



11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-14:00 FIGURAS DE ACROSPORT

DÍA ESPECIAL DE 09:00 A 17.30 HORAS

09:00-10:30 CLASE ZUMBA

PISCINA MUNICIPAL EL CARRASCAL



09:00 a 09:15 Llegada gımnastas

09:00-11:30 TALLER DE COREOGRAFÍA E **IMPROVISACIÓN**

11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

12:00-14:00 GYMKANA **DEPORTES OLIMPICOS**



09:00 a 09:15 Llegada gimnastas

CLASE ESPECIAL



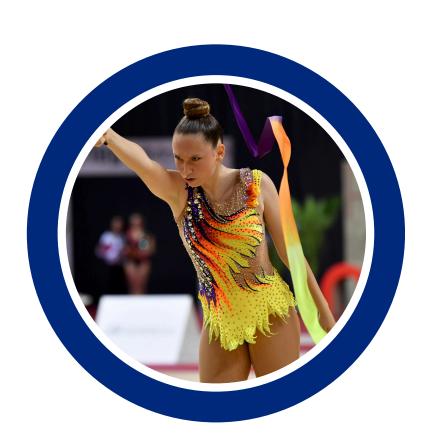
11:30 A 12:00 SNACK Y **TIEMPO LIBRE**

FINISH

12:00 - 14:00 COREOGRAFÍA DE CIERRE FINAL DEL **CAMPUS**

CAMPUS RÍTMICA Y DANZA LEGANÉS

SOMOS RÍTMICA LEGANÉS





Contáctanos para más información

650 550 497

Club@grdleganes.com **⋈**



INSCRIPCIÓN AL CAMPUS

<u>AQUÍ</u>

