

ACTIVIDADES DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES 2021/2022

(CD.SALESIANAS.MR)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:30/17:30	Escuela de Fútbol	Escuela de Baloncesto	Escuela de Fútbol	Escuela de Baloncesto	
		Sportkids		Sportkids	
	Patinaje	Gimnasia Mantenimiento	Patinaje	Gimnasia Mantenimiento	
	Deporte Divertido	Deporte Divertido	Deporte Divertido	Deporte Divertido	
17:30/18:30		Kárate		Kárate	

ESCUELA DE FÚTBOL : Iniciación al fútbol donde lo esencial es el aprendizaje y la diversión.
Dividido por categorías desde 5 años hasta 4 de la ESO . (26 euros mes)

(3º E.I) 1º y 2º E.P : Categoría Pre-Benjamín

3º y 4º E.P : Categoría Benjamín

5º y 6º E.P : Categoría Alevín

1º y 2º E.S.O : Categoría Infantil

3º y 4º E.P : Categoría Cadete

ESCUELA DE BALONCESTO : Iniciación al fútbol donde lo esencial es el aprendizaje y la diversión. Dividido por categorías desde 5 años hasta 4 de la ESO . (26 euros mes)

1º y 2º E.P : Categoría Pre-Benjamín

3º y 4º E.P : Categoría Benjamín

5º y 6º E.P : Categoría Alevín

1º y 2º E.S.O : Categoría Infantil

3º y 4º E.P : Categoría Cadete

SPORTKIDS : (Alumnos de Infantil) Actividad psicológica relacionada a los niveles cognitivos y afectivos respecto al movimiento del niño para lograr su maduración general. Considera los siguientes aspectos : (25 euros mes)

- Respiración
- Esquema corporal
- Control postura
- Función tónica
- Coordinación motriz óculo podal y manual
- Lateralidad
- Coordinación dinámica general
- Orientación espacio-tiempo

Deporte divertido : (Alumnos Primaria) Iniciación a diferentes deporte de equipo. Divertirse a través del deporte buscando efectos beneficiosos para la salud y la base para una práctica deportiva a largo plazo.

(25 euros mes dos días)

(30 euros mes tres días)

(35 euros mes cuatro días)

Gimnasia de Mantenimiento . (Adultos. Padres , madres u otros familiares de alumnos que pertenezcan al centro). La gimnasia de mantenimiento es un **método de trabajo de bajo impacto**. Ayuda a sobrellevar mejor los trabajos cotidianos. Una excelente oportunidad para hacer ejercicio y mejorar la salud en un ambiente agradable. (30 euros mes)

Patinaje: Iniciación El patinaje sobre ruedas es una disciplina deportiva de deslizamiento en la que los participantes hacen figuras, saltos, piruetas y otros ejercicios técnicos utilizando patines sobre ruedas. (26 euros mes)

Kárate: Arte marcial de origen japonés enfocado y dirigido a alumnos de primaria y secundaria donde se trabajan las habilidades motrices básicas, el autocontrol y el respeto a las normas y a los demás. (40 euros mes)

Todas las actividades tendrán una matrícula de 25 euros que solo se hará efectiva el mes de inicio.