

CURSETS I ACTIVITATS INFANTILS

TEMPORADA 2021 - 2022

CET 10[®]
BacdeRoda
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL

Inici de les activitats:

- > Natació: 1 de setembre
- > Activitats sala: 20 de setembre
- > Taekwondo i Taek. infantil: ... 11 d'octubre

Esport i diversió per a petits i joves



Horaris natació nadons

Inici	Fi	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	Inici	Fi	Espai	DISSABTE
11.15	12.00	PI	🏊🐢		🏊🐢			09.30	10.15	PI	🏊🐢
15.30	16.15	PI			🏊🐢			10.15	11.00	PI	🏊🐢
16.00	16.45	PI	🏊🐢	🏊🐢		🏊🐢	🏊🐢	11.45	12.30	PI	🏊🐢
17.15	18.00	PP			🏊🐢			12.30	13.15	PI	🏊🐢

PI: Piscina indoor (Planta -1) PP: Piscina petita

Aquests cursets tenen l'objectiu de familiaritzar el nadó amb el medi aquàtic i estimulen el joc i la mobilitat, tot enfortint la seva musculatura. Als cursets de nadons es recomana la presència del pare i de la mare. Els nadons que participen del nivell tortuga aprenen també a desplaçar-se i a saltar en el medi aquàtic.

Horaris natació infantil

Inici	Fi	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17.00	17.55	PP					🐠🐡🐢
18.00	18.55	PI	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢
18.00	18.55	PG	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢		
19.00	19.55	PI	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢	🐠🐡🐢
19.00	19.55	PG	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢
20.00	20.55	PG			🐠🐡🐢		🐠🐡🐢

PP: Piscina petita PI: Piscina indoor (Planta -1) PG: Piscina gran

Inici	Fi	Espai	DISSABTE
10.00	10.55	PG	🐠🐡🐢🐠🐡🐢
11.00	11.45	PI	🐠🐡🐢
11.00	11.55	PG	🐠🐡🐢🐠🐡🐢
12.00	13.00	PG	🐠🐡🐢🐠🐡🐢

	MEDUSA	TORTUGA	PEIXET, DOFÍ, CAVALLET, POP, COCODRIL, BALENA, TAURÓ I ORCA
Nivell	🏊	🐢	🐠🐡🐢🐠🐡🐢
Edat	de 6 a 18 mesos	de 19 mesos a 3 anys	*

*Caldrà fer prova de nivell per saber a quin grup pertany cada infant.

Activitats dirigides

New Style Kids de 5 a 8 anys Es treballa l'expressió corporal i el control del cos a través de la dansa i balls moderns.	Hip Hop de 13 a 18 anys Disciplina de ball molt dinàmica amb moviments molt visuals i que suposa un bon treball aeròbic i d'agilitat.	Sport Kids de 7 a 12 anys Sessió on es treballa l'estat de forma general del l'infant a través de circuits i diferents jocs esportius.
Street Dance (I) de 6 a 10 anys (II) de 9 a 11 anys (III) d'11 a 13 anys El nen/a aprendrà a seguir els diferents estils de dansa urbana, adquirint coneixements de com arribar a crear una coreografia.	Zumber@s de 9 a 11 anys Activitat coreografiada amb passos de ritmes llatins i altres estils musicals que fan que l'exercici físic sigui pura diversió.	Natació sincronitzada (I) de 6 a 9 anys (II) de 9 a 16 anys Disciplina aquàtica que combina natació, dansa i gimnàstica afavorint la tonificació de la musculatura, la flexibilitat i la coordinació.
Urban Dance d'11 a 13 anys Sessions coreogràfiques que combinen moviments de diferents disciplines de balls urbans com són l'street dance, el hip hop, el breakdance o el funky.	Dance crew de 11 a 13 anys Sessions coreogràfiques que combinen moviments de diferents disciplines de balls urbans com són l'street dance, el hip hop, el breakdance o el funky.	Taekwondo Infantil (dt.) de 6 a 10 anys Infantil (dv.) d'11 a 13 anys Jove (dv.) de 13 a 18 anys Iniciació o continuació a aquesta art marcial que desenvolupa qualitats com l'equilibri, la coordinació i la flexibilitat alhora que afavoreix l'autodisciplina i la capacitat de concentració del nen/a.

Inici	Fi	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17.30	18.15	(e)	SPORT KIDS	TAEKWONDO INFANTIL	STREET DANCE (II)	ZUMBER@S	TAEKWONDO INFANTIL
17.30	18.15	2	NEW STYLE KIDS	URBAN DANCE	HIP HOP	STREET DANCE (III)	DANCE CREW
18.00	19.00	PG		NATACIÓ SINCRONITZADA (I)			NATACIÓ SINCRONITZADA (I)
18.15	19.00	(e)				STREET DANCE (I)	
18.30	19.15	(e)					TAEKWONDO JOVE
19.00	20.00	PG		NATACIÓ SINCRONITZADA (II)			NATACIÓ SINCRONITZADA (I)

(e): Sala Espai 2: Sala 2 PG: Piscina gran

*Per la natació sincronitzada, caldrà fer prova de nivell prèvia per definir la classe.

Preus mensuals

	ABONAT	NO ABONAT		FILL/A ABONAT	FILL/A NO ABONAT
NATACIÓ SINCRONITZADA	47,68 €	58,15 €	MEDUSA I TORTUGA	51,40 €	55,65 €
ACTIVITATS INFANTILS SALA	10 €	49 €	PEIXET I DOFÍ	32,70 €	38,85 €
			CAVALLET, POP, COCODRIL, BALENA, TAURÓ I ORCA	6,40 €	40,60 €

En cas d'inscriure's a una 2a activitat infantil de sala, el preu mensual d'aquesta serà de 5 €/mes (preu abonats i no-abonats).

Preus vàlids fins al 31 de desembre del 2021.

Inscripcions

Les inscripcions es faran online o a la recepció del centre a partir de les següents dates:

- > Natació: Del 15 de juny al 31 de juliol del 2021 (renovacions), a partir del 31 de juliol del 2021 (noves inscripcions).
- > Activitats sala: A partir del 19 de juliol del 2021.

Portes obertes de prova activitats infantils (sala)

SETEMBRE 21							OCTUBRE 21						
DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.	DS.	DG.	DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.	DS.	DG.
		1	2	3	4	5					1	2	3
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31

Resta d'activitats de sala

Taekwondo

Portes obertes pels familiars cursets natació

DESEMBRE 21							MAIG - JUNY 22						
DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.	DS.	DG.	DL.	DT.	DC.	DJ.	DV.	DS.	DG.
		1	2	3	4	5	30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31			27	28	29	30			