

/CURSOS I ACTIVITATS INFANTILS

CET 10[®]
BacdeRoda
CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL



- / Activitats kids de dances urbanes, fitness i arts marciais
- / Cursos de natació

bacderodasport.com



/Activitats infantils

Cal·listènia De 7 a 10 anys

La cal·listènia és un sistema d'entrenament amb exercicis físics que es realitzen amb el propi pes corporal.

Sport Kids De 7 a 10 anys

Sessió on es treballa l'estat de forma general de l'infant a través de circuits i diferents jocs.

Taekwondo De 5 a 7 anys (dm.), I de 8 a 10 anys (dv.), II d'11 a 13 anys (dv.)

Iniciació 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.

Hip hop De 14 a 17 anys

Disciplina de ball molt dinàmica amb moviments molt visuals que suposa un bon treball aeròbic i d'agilitat.

New Style Kids De 5 a 7 anys

Sessió on es treballa l'expressió corporal i el control del cos a través de la dansa i els balls moderns.

Street Dance De 8 a 10 anys

El nen/a aprendrà a seguir els diferents estils de dansa urbana, adquirint coneixements per arribar a crear una coreografia.

Urban Dance I i II, d'11 a 13 anys

Sessions coreogràfiques que combinen moviments de diferents disciplines de balls urbans com l'street dance, el hip hop, old school i el funky.

/Horaris

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						10:00	10:50	PG	
16:00	16:45	PI						10:15	11:00	PI	
17:00	17:50	PP						11:00	11:45	PI	
17:15	18:00	PP						11:00	11:50	PG	
17:15	18:10	e	Sport Kids	Taekwondo	Cal·listènia		Taekwondo I	11:45	12:30	PI	
17:15	18:10	2	New Style Kids	Urban Dance I	Hip hop	Street Dance		12:00	12:50	PG	
18:00	18:50	PI						12:30	13:15	PI	
18:00	18:50	PG									
18:15	19:10	e				Urban Dance II	Taekwondo II				
19:00	19:50	PI									
19:00	19:50	PG									

PG: Piscina gran e: Sala espai
PP: Piscina petita 2: Sala 2

	MEDUSA	TORTUGA	PEIXET	DOFÍ	CAVALLET	POP	BALENA	TAURÓ
Nivell								
Edat	6 - 18 mesos	19 mesos - 3 anys	4 - 5 anys o nivell similar*	5 - 6 anys o nivell similar*	7 - 8 anys o nivell similar*	9 - 11 anys o nivell similar*	12 - 14 anys o nivell similar*	15 - 16 anys o nivell similar*

*caldrà fer prova de nivell, si escau, pers saber a quin grup pertany cada infant.

/Calendari

> Natació

De l'1 de setembre al 30 de juny.
De l'1 de setembre al 31 de juliol (cursos de dissabte).

> Activitats sala

Del 19 de setembre al 30 de juny.
Taekwondo: del 3 d'octubre al 30 de juny.

/Preus mensuals

	ABONAT	NO ABONAT
ACTIVITATS INFANTILS SALA	10,61 €	51,01 €
MEDUSA I TORTUGA	53,39 €	57,80 €
PEIXET I DOFÍ	34,21 €	40,64 €
CAVALLET, POP, BALENA, TAURÓ	6,66 €	42,25 €

> Preus corresponents a 1 dia d'activitat/setmana.

> En cas d'incirure's a una **2a activitat infantil de sala**, el preu mensual d'aquesta serà de **5,30 €/mes** (preu abonats i no-abonats).

/Inscripcions

> Inscripcions a la recepció del centre o a l'àrea client del web*.

PER DONAR-SE DE BAIXA: Cal fer-ho per escrit a la recepció de la instal·lació abans del dia 20 del mes anterior de la baixa.

MOLT IMPORTANT: La inscripció als cursets de natació, els canvis de dia i d'hora es faran efectius abans de la primera classe del mes.

/Portes obertes cursets de natació per a familiars

> Del 12 al 17 de desembre de 2022

> Del 29 de maig al 3 de juny de 2023

/Normativa

- > L'entrada de l'activitat s'ha de realitzar 15 minuts abans de l'hora d'inici.
- > Els infants no es podran quedar sols abans del curset. El pare/mare/tutor hauran d'estar amb l'infant fins que el monitor/a el vingui a recollir.
- > Es prega la màxima puntualitat pel correcte desenvolupament de les activitats.
- > Cal respectar els horaris establerts.
- > Cal que els alumnes portin tota la roba de vestir marcada.
- > Cal dur xanquetes, vestit de bany, casquet de bany i tovallola o barnús.
- > Pel que fa al comportament dels alumnes, en qualsevol cas es tindrà en compte la normativa de règim intern del centre, així com el Decret de Piscines de la Generalitat que regula aspectes sanitaris, higiènic i de seguretat al recinte de les piscines.
- > Els danys i/o desperfectes ocasionats a la instal·lació i/o al material, en fer-ne un mal ús, comportaran la seva reposició i poden suposar la pèrdua del dret de cursetista. La direcció no es responsabilitzarà dels objectes perduts o oblidats a la instal·lació.

* En el moment de la inscripció a un curset de natació infantil, caldrà comprar el casquet de bany corresponent al seu grup a la recepció del centre. El cost d'aquest serà de 4 €.
Data darrera actualització del document: 01/01/23.