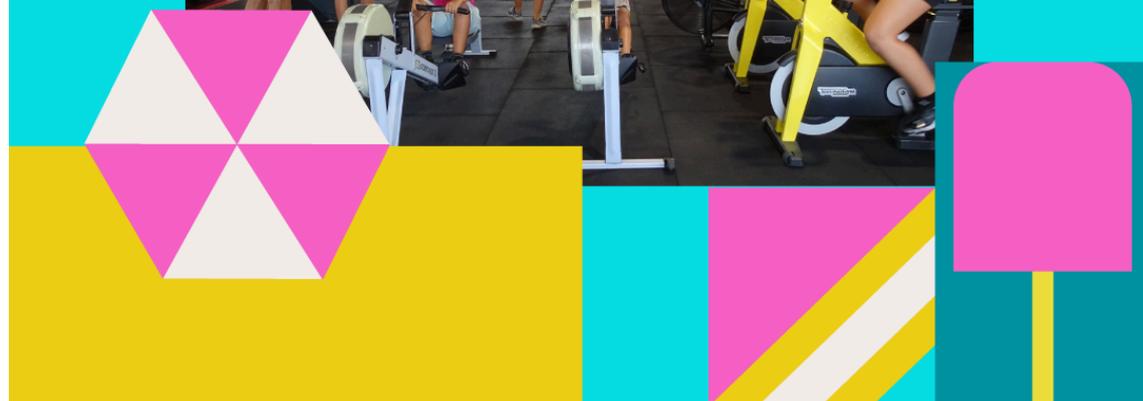




## Contenidos

# SUMMER CAMP'24

## Actividades lúdico deportivas en espacios cubiertos



ACTIVIDADES FÍSICA EN ESPACIOS CUBIERTOS		JUNIOR 1	JUNIOR 2	TEEN
<b>EXPRESIÓN COORPORAL</b>	Actividad lúdica basada en la comunicación no verbal haciendo uso de la mímica, teatro, baile y en general el movimineto de su cuerpo al ritmo de la musica.			
<b>DEPORTES DE PUNTERÍA</b>	Taller de juegos de precisión que trabajan la concentración y motricidad gruesa y fina de nuestros menores.			
<b>JUNIOR FIT</b>	Entrenamiento ludico con diferentes implementos, adaptado a la edad de los mas pequeños para jugar y cuidar de la salud mediante el ejercicio fisico.			
<b>CROSS TEEN</b>	Es un formato de entrenamniendo de alta intensidad que alterna periodos cortos de ejercicio físico y descanso y todo ello adaptado a la edad Teeneager. Ejercicios de fuerza como sentadillas, flexiones, abdominales, planchas, zancadas y todo ello amenizado por música motivadora.			
<b>JUMPING</b>	Actividad dirigida orienta a menores, basada en coreografías y juegos con soporte musical y realizada sobre camas elásticas (jumpings) y como ejemplos divertidos tenemos a la dinámica: Sigue al lider, 1, 2, 3 Chocolate inglés.			
<b>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL EN SALA FITNESS</b>	Actividades adecuades a la edad, de fuerza, resistencia y acondicionamiento físico general con el uso de implementos fitness.			
<b>JUEGOS COLABORATIVOS</b>	Actividad basada en juegos o dinamicas de aprendizaje sobre el desarrollo de habilidades sociales, autoestima, emociones, sentimiento, gestión del cuerpo y su lenguaje. Los menores deberan alcanzar un objetivo comun trabajando en equipo			
<b>CYCLING</b>	Son actividades dirigidas adecuadas a la edad de los menores implicados EN FORMATO MASTER CLASS			
<b>ACROSPORT</b>	Creacion de figuras mediante el uso de nuestros cuerpos, como piramides humanas, mediante la colaboracion de cada integrante.			