

Gimnàstica Rítmica

• Elegància • Coordinació • Flexibilitat • Diversió



Organitza:
AFI Pau Casals



Empresa:

L'Espiral
QUE ENSURIA



QUÈ ÉS?

Esport que combina plasticitat, bellesa i expressió artística, convertint-se en una pràctica entre l'art i l'esport.

Les sessions estan adaptades per edats i nivells, i introdueixen els moviments bàsics de la rítmica (salts, girs, ones, equilibri), així com l'ús d'aparells com cèrcols, cordes i pilotes.



OBJECTIUS

- ✓ **Hàbits saludables:** fomentar la pràctica regular d'activitat física des de la infància.
- ✓ **Habilitats motrius:** desenvolupar coordinació, equilibri, flexibilitat i força.
- ✓ **Valors:** respectar-se potenciar l'esforç, la disciplina i la superació personal.
- ✓ **Creativitat:** afavorir l'expressió corporal a través del moviment i la música.
- ✓ **Detecció de talent:** acompanyar les gimnastes cap a l'entorn de competició si ho desitgen.



A QUI S'ADREÇA?

Infants d'3 a 6è de primària.

- ★ Una proposta inclusiva i accessible per a tots els nivells, des de la descoberta fins al perfeccionament.
- ★ Aprenentatge progressiu i segur.
- ★ Ideal per a l'alumnat de primària que vulgui descobrir aquest esport d'una manera lúdica i divertida.



METODOLOGIA PEDAGÒGICA

JOC I DESCOBERTA

Aprenentatge mitjançant el joc i l'ús de materials com:



CINTES



PILOTES



CÈRCOLS



CORDES



PROGRÉS ADAPTAT

Programació flexible que respecta el ritme individual de cada infant.



HORARI



Depenen de l'edat

GRUP	DIA	HORARI
i3 a 2n	Dimarts	16:30 a 18:30
3r a 6è	Dijous	16:30 a 18:30



En cas de no assolir el mínim nombre d'inscripcions per a la mateixa franja grups, l'AFI es reservarà el dret de modificar els dies de l'activitat per oferir-la.



Les absències sense comunicar abans de l'inici de l'activitat.



PREUS

28 € / MES

238 € / CURS



Pagament en 3 terminis:

SETEMBRE

OCTUBRE

NOVEMBRE



El pagament es realitza a través de la TPV, autogestionada. (Els rebuts es domicilien.)



MATERIAL NECESSARI



- ★ **Roba còmoda:** malles (leggings) i samarreta ajustada.
- ★ Tot el material ha d'estar marcat amb el nom.



ALTRES INFORMACIONS

Durant el curs, les famílies podran gaudir dels aprenentatges assolits pels seus fills i filles en diferents actuacions i exhibicions.

Nadal: participació al Festival Solidari del Pavelló Sud de Sabadell. L'aportació econòmica serà voluntària.

Final de curs: participació al festival de final de curs al Pavelló Sud de Sabadell. Les entrades tindran un cost aproximat de 5 €.



Ajuntament
de Sabadell

Reserva ara la teva activitat extraescolar!
Amb el suport de l'Ajuntament de Sabadell

