

Campus Olímpia '19

UNA OPORTUNITAT PER PASSAR-HO D'ALLÒ MÉS BÉ, CONEIXENT EL COS EN MOVIMENT! ESCOLA DE BALL CEM BAC DE RODA

Adreçat a infants i joves de 1r de Primària a 4rt de l'ESO.

PROGRAMA DE CAMPUS

OBJECTIUS:

- / Aconseguir l'equilibri entre aprenentatge i tècnica, tenint en compte la diversió com a referent primordial per despertar la curiositat dels infants.
- / Proporcionar les eines necessàries per potenciar l'estil de cada participant.
- / Desenvolupar la consciència del centre del cos per tal d'executar moviments dintre i fora de l'eix.
- / Treballar els girs, el rang de moviment articular, la precisió en les execucions i la projecció de l'energia en moviment.
- / Diferenciar textures del moviment de cada estil de dansa.
- / Aprendre a comptar la música.
- / Aconseguir gestionar les exigències personals i de l'equip per tal de entendre que el esforç es recompensat.

METODOLOGIA:

Es treballarà el cos a partir d'un escalfament i exercicis definits amb una metodologia expressament creada per aquest campus i basada en la dansa clàssica i contemporània. Amb un estructura clara i precisa tant a l'inici, com al final de cada sessió i sempre tenint en compte les característiques personals de cada participant.

MODALITATS A TREBALLAR:

- / Dansa clàssica
- / Dansa contemporània
- / Hip hop
- / Jazz
- / Acrobàcies
- / Tècniques de circ (Dansa aèria)
- / Altres

TORNS

SETMANA 1	• Del 25 al 28 de juny
SETMANA 2	• Del 1 al 5 de juliol
SETMANA 3	• Del 8 al 12 de juliol
SETMANA 4	• Del 15 al 19 de juliol
SETMANA 5	• Del 22 al 26 de juliol
SETMANA 6	• Del 29 al 31 de juliol

SORTIDES

Cada setmana es realitzarà una sortida de tot el dia.

La planificació de les mateixes queda recollida al document de Programació d'aquesta modalitat de Campus del CEM Bac de Roda que es penja a la pàgina web de CET10 (CET10.com) al llarg del mes de maig.

QUÈ CAL PORTAR AL CAMPUS?

- / Roba esportiva estreta (samarreta màniga curta/tirants i malles/*leggings*) i ampla (xandall i samarreta), bambes i mitjons.
- / Cabell recollit per segons quines activitats.
- / Muda de recanvi i necesser amb els estris d'higiene personal.
- / Equip de bany: banyador, xancles (ideals tipus "croc"), casquet de bany, tovallola i ulleres.
- / Esmorzar i una ampolleta amb aigua (disposem d'aigua corrent).
- / Crema solar.

HORARIS I PREUS

HORARIS (Setmanes de 4 dies): DEL 25 AL 28 DE JUNY	PREUS
De 9:00 h a 17:00 h	117,60€/setmana

HORARIS (Setmanes de 5 dies) DE L'1 AL 27 DE JULIOL	PREUS
De 9:00 h a 17:00 h	147€/setmana

HORARIS (setmana de 3 dies): DEL 29 AL 31 DE JULIOL	PREUS
De 9:00 h a 17:00 h	88,20€/setmana

COM TRAMITAR LA INSCRIPCIÓ (sense sol·licitud d'ajuts):

- / LLOC: CEM Bac de Roda (Rambla Guipúscoa, 25).
- / DATA: a partir del 29 d'abril de 2019
- / HORARIS:
 - ✓ De dilluns a dijous de 6:30 a 23:00 hores