# COLONIA MULTIDEPORTIVA DE VERANO 2014

## AYUNTAMIENTO DE TAPIA

30 DE JUNIO A 29 DE AGOSTO

TALLERES ARTISTICOS

JUEGOS COOPERATIVOS

VOLEY PLAYA

ZUMBA

CARDIOBOX

ACTIVIDADES ACUATICAS

SENDERISMO

KARATE INFANTIL

ETC..

RESERVA TU PLAZA

A PARTIR DE 5 AÑOS

+Información y apuntate llamando al

652 843 239 (Damián)

Y en la pagina web

WWW.TAPIADECASARIEGO.ES

gimnasio pedregal

ORGANIZA: CONCEJALIA CULTURA Y DEPORTE

## ESTRUCTURA CAMPUS DEPORTIVO

Todas las actividades que se plantean en las siguientes páginas, se desarrollarán siguiendo estas pautas:

HORARIOS: Lunes a Viernes de 09.30-13.30 h.

DURACIÓN DEL CAMPUS: De lunes a viernes, del 30 de Junio al 29 de Agosto.

PRECIOS

| TIEMPO | IMPORTE | EMPADRONADOS |
|---|---|---|
| 1 DIA | 8,00 Euros | 6,00Euros |
| 1 SEMANA | 35,00 Euros | 30,00 Euros |
| 2 O 3 SEMANAS | 30,00 Euros/semana | 25,00 Euros/semana |
| 4 SEMANAS | 120,00 Euros | 90,00 Euros |

El SEGUNDO HERMANO O MÁS TENDRAN UN DESCUENTO DEL 10%

# ACTIVIDADES PROPUESTAS

## Juegos cooperativos

Son todos lo opuesto a los juegos competitivos, ya que en estos prima la colaboración de todos o la mayoría de los jugadores para conseguir la diversión y el objetivo del juego, en este apartado englobamos todo tipo de juegos desde los tradicionales que forman parte de nuestra cultura etnográfica como las típicas carrera de sacos hasta los más novedosos e incluso aquellos que niños y monitores puedan inventarse sobre la marcha con la única finalidad de divertirse y participar todos. Jugando en cooperación con los compañeros se aprenden valores muy importantes para un niño, como son la solidaridad y el compañerismo

## Karate

Es un Arte marcial de origen japonés con un desarrollo técnico muy beneficioso para el ámbito infantil, desde el punto de vista social y psicomotriz. A través del kárate el niño desarrollará todas las cualidades físicas básicas, y se incidirá en todo momento en una correcta actitud durante la práctica, aspecto muy beneficioso de cara a su concentración y a su comportamiento en otros ámbitos (escolar, social,...).

## Zumba

Zumba es el baile aeróbico más popular en estos momentos. Es un programa de ejercicio que se inspira en movimientos y pasos de los bailes latinos. Este sistema es una excelente alternativa para las personas que quieren bailar para hacer ejercicio de una manera divertida. Zumba combina elementos aeróbicos con baile. Incluye movimientos de salsa, merengue, mambo, samba, soca, cumbia y artes marciales.

## Cardiobox

El Cardiobox es una actividad física dirigida por un monitor, que se basa en el trabajo aeróbico a través de coreografías que incluyen movimientos inspirados en las artes marciales Utiliza una combinación de ejercicios de boxeo y estilos como Kick Boxing, Karate, Kung Fu, Tai-Chi, Taekwondo, etc., que se sincronizan con la música y generan un ambiente cargado de energía. Se pone en funcionamiento todos los grupos musculares, con especial énfasis en los brazos, hombros, espalda y abdominales, a la vez que permite trabajar la flexibilidad, la fuerza y la resistencia.

## Senderismo

El **senderismo**, una especialidad del montañismo, es una actividad deportiva no competitiva que se realiza sobre caminos señalizados y campo a través.

Busca acercar a las personas al medio natural y al conocimiento de la zona a través del patrimonio y los elementos etnográficos y culturales tradicionales, utilizando preferentemente el sistema tradicional de vías de comunicación, tales como cañadas reales, caminos vecinales y senderos.

Esta actividad constituye una perfecta simbiosis entre deporte, cultura y medio ambiente.

## Voley playa

El **voleibol de playa** es una variante del voleibol que se juega sobre arena, generalmente en la playa, aunque son muy populares los torneos en localidades del interior con campos artificiales. Al éxito internacional del vóley playa contribuyen Sol, música DJ, trajes de baño que completan el espectáculo deportivo y están presentes incluso en las competiciones oficiales y olímpicas.

El reglamento que se aplica en competiciones oficiales establece equipos de dos jugadores sin opción a ningún cambio, pero su gran popularidad hace que el Voleibol de playa se juegue de manera informal en cualquier parte. Es muy habitual en los torneos populares establecer equipos de cuatro jugadores.

## Actividades Acuáticas

Engloba este apartado todas aquellas actividades lúdicas o de entrenamiento que podemos realizar en el medio acuático, tales como la natación, el waterpolo o juegos cooperativos donde el agua es la protagonista. No hay nada que les guste más a nuestros pequeños que darse un buen chapuzón.

.

| HORARIO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|---|
| 09.30-10.00 | Recibimiento y presentación | Taller de pintura | Juegos cooperativos | Taller de pintura | Juegos cooperativos |
| 10.00 - 10.30 | Voley playa | karate | Voley playa | karate | senderismo |
| 10.30 - 11.00 | Zumba | Cardiobox | Zumba | Cardiobox | senderismo |
| 11.00 - 11.30 | Almuerzo | Almuerzo | Almuerzo | Almuerzo | Almuerzo |
| 11.30 -12.30 | Actividades acuáticas | Actividades acuáticas | Actividades acuáticas | Actividades acuáticas | Actividades acuáticas |
| 12.30 -13.30 | Juego cooperativos y descanso | Juego s de relajación y descanso | Juego s de mesa y descanso | Juego s tradicionales y descanso | Fiesta de despedida |

**NOTA: las actividades pueden verse alteradas o modificadas a lo largo de la semana en función de los acontecimientos.**

**En todo momento los alumnos estarán atendidos por monitores especializados.**

Todos aquellos alumnos que participan en el campus deberán acudir todos los días con el siguiente material:

Indumentaria deportiva

Calzado especifico para pista Polideportiva

El aperitivo del almuerzo

Ropa para la piscina (bañador, sandalias, toalla, gorro y crema protectora)

El resto de material para cada actividad propuesta corre a cargo de la empresa Pedregal Desarrollos Deportivos S.L.

Para que los alumnos puedan ser inscritos en el campus, deberán de rellenar previamente el formulario de inscripción que se adjunta en la última hoja de este proyecto.

Para cualquier duda o información con respecto al campus, los padres, madres y tutores de los alumnos podrán informase en el siguiente teléfono de contacto.

**Damián Domingo: 652 843 239**

***Coordinador del Campus***

# FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN COLONIA DE VERANO

# AYUNTAMIENTO DE TAPIA 2014

D/Dña _____
autorizo a mi hijo/a _____ a participar en colonia de verano que se organiza en el Ayuntamiento de TAPIA del 30 de JUNIO al 29 de AGOSTO de 2014 en horario de 9.30-13.30 h.

Para ello facilito a la empresa organizadora, los siguientes datos de mi hijo/a:

NOMBRE Y APELLIDOS: _____
FECHA DE NACIMIENTO: _____CURSO ACTUAL: _____
TELÉFONO/S: _____ / _____
DIRECCIÓN: _____

DISTINTAS MODALIDADES DE PARTICIPACIÓN

- ☐ Días sueltos 8 00.euros/cada día. Especificar fechas.....
- ☐ 1 Semana 35.00 euros. Especificar fechas.....
- ☐ 2 o 3 Semanas 30.00 euros/cada semana. Especificar fechas.....
- ☐ 4 Semanas 120.00 euros.Especificar fechas.....

Si alguien quiere participar en el campus cuando ya está comenzado, podrá hacerlo sin problema. Es suficiente con que notifique su asistencia y abone la cantidad correspondiente

FORMA DE PAGO:

Transferencia bancaria a este nº C.C. **3059 0098 72 2424644421** y entrega de justificante al monitor

En la página Web del Ayuntamiento de TAPIA podéis encontrar más información:

www.tapiadecasariego.es

# FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN COLONIA DE VERANO

## AYUNTAMIENTO DE TAPIA 2014

## ENPADRONADO

D/Dña _____
autorizo a mi hijo/a _____ a participar en colonia de verano que se organiza en el Ayuntamiento de TAPIA del 30 de JUNIO al 29 de AGOSTO de 2014 en horario de 9.30-13.30 h.

Para ello facilito a la empresa organizadora, los siguientes datos de mi hijo/a:

NOMBRE Y APELLIDOS: _____
FECHA DE NACIMIENTO: _____CURSO ACTUAL: _____
TELÉFONO/S: _____ / _____
DIRECCIÓN: _____

DISTINTAS MODALIDADES DE PARTICIPACIÓN

☐ Días sueltos 6.00.euros/cada día. Especificar fechas.....

☐ 1 Semana ...30.00 euros. Especificar fechas.....

☐ 2 o 3 Semanas ...25.00 euros/cada semana. Especificar fechas.....

☐ 4 Semanas ...90.00 euros.Especificar fechas.....

Si alguien quiere participar en el campus cuando ya está comenzado, podrá hacerlo sin problema. Es suficiente con que notifique su asistencia y abone la cantidad correspondiente

**FORMA DE PAGO:**

Transferencia bancaria a este nº C.C. **3059 0098 72 2424644421** y entrega de justificante al monitor

En la página Web del Ayuntamiento de TAPIA podéis encontrar más información:

www.tapiadecasariego.es