FEDERACIÓN ANDALUZA GIMNASIA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2014/2015

EL MEJOR DEPORTES ES……..MOVER TU CORAZÓN ¡HAZ GIMNASIA! MOVEREMOS TODOS LOS MÚSCULOS.

TE ESPERAMOS ¡NO TE ARREPENTIRÁS! DEPORTE, SALUD Y DIVERSIÓN.

El objetivo de la Federación Andaluza de Gimnasia se fundamenta en la promoción de la práctica deportiva como hábitos saludables, ofreciéndoles a todos nuestros usuarios la posibilidad de conocer y practicar las diferentes disciplinas deportivas integradas dentro de nuestra federación y aportándole los mejores medios técnicos y materiales. Muchos niños y adultos no practican la gimnasia porque no saben que existen ó porque existen pocos centros habilitados para su práctica ó bien carecen de personal cualificado para impartirla. En esta l**ínea se basa este proyecto, promocionar la gimnasia-ocio ó gimnasia de base como hábito indispensable para el buen desarrollo psicomotriz y practica saludable para cualquier persona**.

Para la consecución de nuestros objetivos nuestra intención es la de introducir niños y niñas desde los 3 a los 18 años en el mundo del deporte, ofertando diferentes modalidades y horarios (mirar el reverso).

¿PORQUE ELEGIR GIMNASIA?

La gimnasia es considerada uno de los deportes fundamentales para el desarrollo de las destrezas y habilidades básicas del individuo. El practicar gimnasia ayuda a l@s niñ@s a ser físicamente activos y también, a mantenerse en forma reduciendo el riesgo de obesidad, enfermedades de corazón y diabetes en la edad adulta. Equiparlos con las habilidades para manejar los desafíos físicos y emocionales de la vida. Nuestro objetivo es enseñar a los niños cómo vivir un estilo de vida saludable, y seguir participando en el deporte a medida que crecen.

BENEFICIOS:

- Aumentar su fuerza, coordinación, flexibilidad y velocidad
- Integración en la sociedad
- Desarrollar el equilibrio y el sentido del ritmo
- Cumplimiento de normas
- Ayudar a superar la timidez
- Frenar impulsos excesivos
- Fomentar el trabajo en equipo
- Reconocer y respetar
- Mejora del movimiento y de la coordinación
- Ampliar sus posibilidades motoras
- Potenciar el seguimiento de unos hábitos
- Adquirir responsabilidades
- Estimular la higiene y la salud
- Corrección postural
- Desarrollar el equilibrio y el sentido del ritmo
- Fomentar la concentración

- **¿DÓNDE NOS ENCONTRAMOS?**

Dentro del Complejo Deportivo Hytasa, **la penúltima nave junta a las pista de tenis**, Centro Deportivo Arturo Toscano. Avenida de Hytasa, 10 - 41006-Sevilla

Teléfono: 954296092/639776942. E-mail: c.armenta@andaluciagym.com

- **¿CUÁNDO EMPEZAMOS?**

Las actividades comenzaran el 1 de octubre de 2013 y finalizaran a 31 de mayo de 2014, manteniendo algunas actividades en el mes de Junio. Nos regimos por el calendario escolar.

- **¿CUÁNTO CUESTA?**

Seguro médico:	15,00 Euros (cobertura accidente deportivo)
Mensualidad:	22,00 Euros (actividades dos días)
	29,00 Euros (actividades tres días)
Descuentos:	Familia numerosa y mas de un miembro de la unidad familiar

FEDERACIÓN ANDALUZA GIMNASIA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2014/2015

- **¿CÓMO INSCRIBIRSE?**

El plazo de inscripción se abrirá el 1 de septiembre, pásate por el Centro Deportivo en el siguiente horario:

- Lunes a Jueves: 9.00 H a 14.00 H
- **Lunes a Jueves: 16.30 H a 19.30 H**

Debes de cumplimentar la hoja de inscripción para darte de alta en el grupo que escojas y abonar en efectivo el seguro médico (15,00 Euros)

- **¿QUÉ ROPA NECESITO?**

  Ropa deportiva y calcetines (la actividad se desarrolla sin calzado) Las instalaciones están equipada para ello.

CLASES GRATUITAS 22 Y 24 DE SEPTIEMBRE DE 17.00 H / 18.00 H

CONFIRMAR ASISTENCIA

(LLAMANOS 954296092/639776942)

E-MAIL c.armenta@andaluciagym.com

TABLA DE ACTIVIDADES Y PRECIOS

ACTIVIDAD	PRECIO MES	DIAS	HORARIO
GIMNASIA BASE 1 (3 A 5 AÑOS)	22€	LUNES Y MIERCOLES	17.00 A 18.00
GIMNASIA BASE 2 (8 A 10 AÑOS)	29€	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES (Avanzado)	17.00 A 18.00
GIMNASIA BASE 3 (5 A 10 AÑOS)	29€	LUNES MIERCOLES Y VIERNES	18.00 A 19.00
GIMNASIA BASE 4 (5 A 10 AÑOS)	22€	MARTES Y JUEVES	17.00 A 18.00
GIMNASIA BASE 5 (3 A 5 AÑOS)	22€	MARTES Y JUEVES	17.00 A 18.00
GIMNASIA BASE 6 (5 A 10 AÑOS)	22€	MARTES Y JUEVES	18.00 A 19.00
GIMNASIA BASE 7 (8 A 10 AÑOS)	22€	MARTES Y JUEVES (Avanzado)	18.00 A 19.00
ACROBACIAS (10 A 16 AÑOS)	29€	LUNES Y MIERCOLES	18.00 A 19.30
PILATES	16€	MARTES Y JUEVES	9.30 A 10.30
MANTENIMIENTO	20€	MARTES Y JUEVES	19.30 A 20.30