

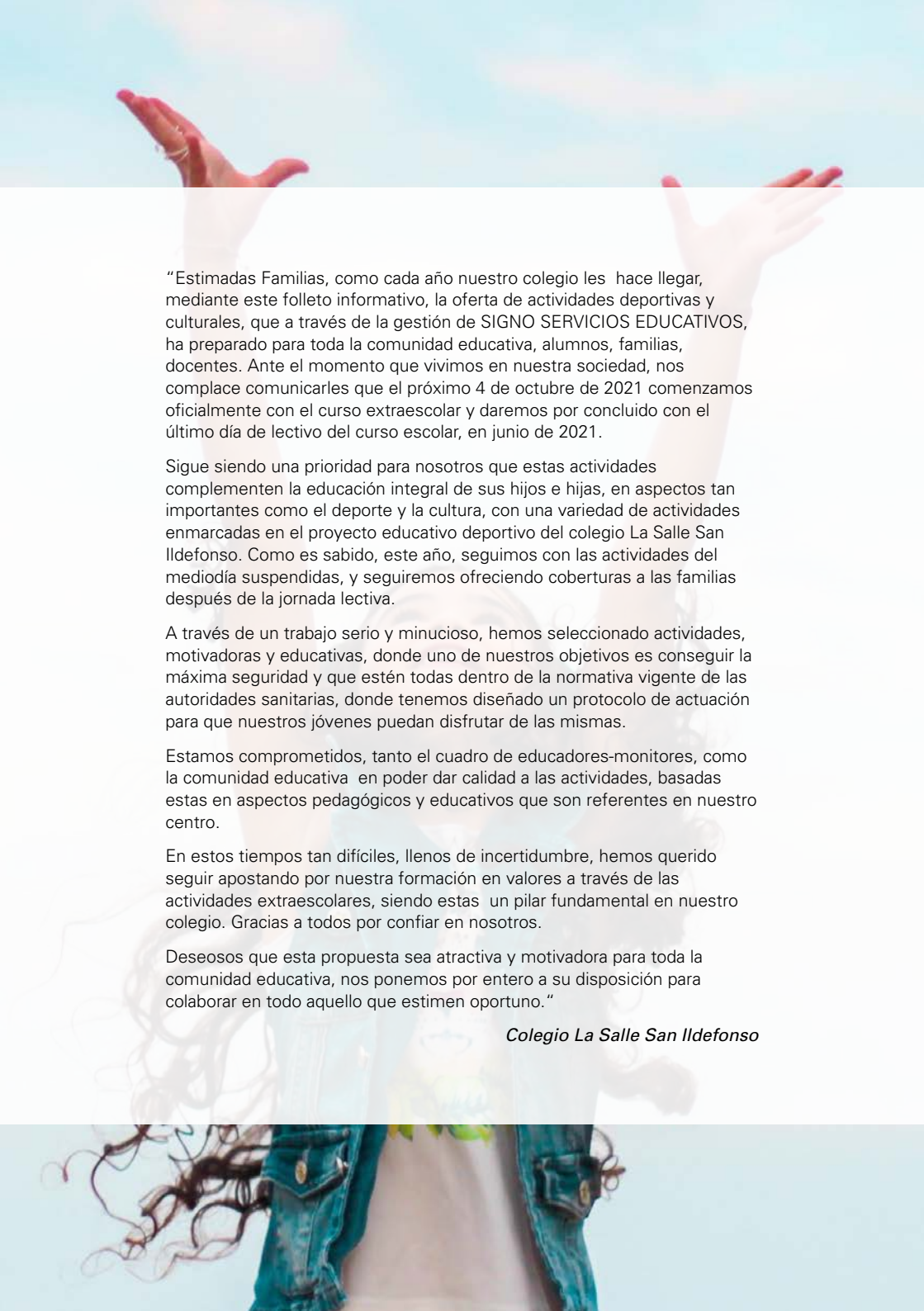
La Salle

San Ildefonso

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES



2021/2022



"Estimadas Familias, como cada año nuestro colegio les hace llegar, mediante este folleto informativo, la oferta de actividades deportivas y culturales, que a través de la gestión de SIGNO SERVICIOS EDUCATIVOS, ha preparado para toda la comunidad educativa, alumnos, familias, docentes. Ante el momento que vivimos en nuestra sociedad, nos complace comunicarles que el próximo 4 de octubre de 2021 comenzamos oficialmente con el curso extraescolar y daremos por concluido con el último día de lectivo del curso escolar, en junio de 2021.

Sigue siendo una prioridad para nosotros que estas actividades complementen la educación integral de sus hijos e hijas, en aspectos tan importantes como el deporte y la cultura, con una variedad de actividades enmarcadas en el proyecto educativo deportivo del colegio La Salle San Ildefonso. Como es sabido, este año, seguimos con las actividades del mediodía suspendidas, y seguiremos ofreciendo coberturas a las familias después de la jornada lectiva.

A través de un trabajo serio y minucioso, hemos seleccionado actividades, motivadoras y educativas, donde uno de nuestros objetivos es conseguir la máxima seguridad y que estén todas dentro de la normativa vigente de las autoridades sanitarias, donde tenemos diseñado un protocolo de actuación para que nuestros jóvenes puedan disfrutar de las mismas.

Estamos comprometidos, tanto el cuadro de educadores-monitores, como la comunidad educativa en poder dar calidad a las actividades, basadas estas en aspectos pedagógicos y educativos que son referentes en nuestro centro.

En estos tiempos tan difíciles, llenos de incertidumbre, hemos querido seguir apostando por nuestra formación en valores a través de las actividades extraescolares, siendo estas un pilar fundamental en nuestro colegio. Gracias a todos por confiar en nosotros.

Deseos que esta propuesta sea atractiva y motivadora para toda la comunidad educativa, nos ponemos por entero a su disposición para colaborar en todo aquello que estimen oportuno."

Colegio La Salle San Ildefonso



ESTÁS EN
CASA

La  Salle



2021-2022



A tener en cuenta:

A la hora de rellenar el formulario debes tener en cuenta varios aspectos:

- Todos los alumnos/as que se inscriban en alguna de las actividades que se ofertan, deberán abonar junto con la primera cuota mensual correspondiente una inscripción de 19,80€ (*Igic incluido*), salvo algunos equipos federados de fútbol sala y baloncesto que la mensualidad será diferente.
- Se recuerda a las familias que han utilizado estas actividades en cursos anteriores, la necesidad de **rellenar/enviar de este formulario** para actualizar los datos en nuestro fichero, **ANTES DE EMPEZAR A DISFRUTAR DE LAS ACTIVIDADES**.
- **No es posible inscribirse** en estos servicios **sin estar al corriente de los pagos de cursos anteriores**.
- Para este curso los pagos de actividades serán por **domiciliación, transferencia o ingreso en nuestra cuenta bancaria**, durante **los 5 primeros días de cada mes**.
 - **NºCUENTA:** ES44 0075 0144 4106 0015 0560
 - **TITULAR:** Colegio La Salle San Ildefonso
- Aquellos alumnos/as que se inscriban en dos o más **actividades deportivas** tendrán un descuento del 20% en la cuota de la segunda y tercera actividad deportiva. Consultar circunstancias familiares como familias numerosas con tres o más hijos en actividades.
- Si algún alumno/a causara baja por algún motivo, deberá comunicarlo en tiempo y forma (antes del día 25 del mes en curso) al correo que abajo se menciona. De no hacerlo, deberá abonar la cuota mensual correspondiente.
- **IMPORTANTE:** Por motivos de seguridad se limitarán las pruebas en las actividades. **El protocolo a seguir será el siguiente:** *El alumno podrá realizar un periodo de prueba de 2 días en una actividad, siempre y cuando, la familia lo notifique y autorice la coordinación de las actividades, una semana antes, por correo electrónico a **deportes@lasallesanildefonso.es**. Sólo se podrá realizar una prueba en actividades durante el trimestre. Sin dicha autorización no se podrá hacer ninguna prueba.*
- Los grupos y horarios indicados en cada actividad pueden sufrir alguna variación dependiendo del número de alumnos/as que se inscriban, existiendo la posibilidad de que alguna actividad se cambie de horario o se anule por la misma razón, o por razones de seguridad en nuestro protocolo contra e covid-19.

Para cualquier aclaración no duden en dirigirse al teléfono **922 214 000**, donde les atenderemos con mucho gusto, o mediante correo a **deportes@lasallesanildefonso.es**.

 **FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN**

STARS ACADEMY (WHERE EVERYONE SHINES)

Profesores Certificados y nativos

Precio actividad 54,00 € (lgic incluido)

Ofertamos a nuestro alumnado un lugar donde aprendan la lengua inglesa de una manera natural estando inmersos en ella a través de gran variedad de actividades que les faciliten una competencia lingüística completa y progresiva.

Les presentamos una nueva propuesta, centrada en conceptos y metodologías de la **Universidad de Cambridge** y el **Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas**. Queremos ser continuidad de lo que se trabaja en el día a día en el colegio, mejorando y reforzando, mediante recursos interactivos y profesores altamente cualificados y con gran experiencia. Brindamos una enseñanza de calidad encaminada a que nuestros alumnos se certifiquen en los distintos niveles establecidos.

- *Sparkling minds* (Ed. inf / 1º Prim)
- *Shiny starts* (2º / 3º Prim)
- *Brilliant moves* (4º / 5º Prim)
- *Fun flights* (5º / 6º Prim)
- *Key to success (KET)* (1º / 2º ESO)
- *Perfect Steps to PET* (3º / 4º ESO):
- *Achieving success (FIRST)*
(4º ESO / 1º-2º BACH)
- *Beyond success (CAE)* (2º BACH)

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
EC - 01	Sparkling Minds I 4º Ed. Infantil	M - J	16.45 a 17.50 horas
EC - 02	Sparkling Minds II 5º Ed. Infantil	M - J	16.45 a 17.50 horas
EC - 03	Sparkling Minds III 6º Ed. Infantil	L - X	16.45 a 17.50 horas
EC - 04	Sparkling Minds IV 1º Ed. Primaria	L - X	16.45 a 17.50 horas
EC - 05	Shiny Starts 2º y 3º Ed. Primaria	L - X	17.00 a 18.00 horas
EC - 06	Shiny Starts 2º y 3º Ed. Primaria	V	15.00 a 17.00 horas
EC - 07	Shiny Starts 2º y 3º Ed. Primaria	M - J	17.00 a 18.00 horas
EC - 08	Brilliant moves 4º y 5º Ed. Primaria	M - J	17.00 a 18.00 horas
EC - 09	Brilliant moves 4º y 5º Ed. Primaria	L - X	18.00 a 19.00 horas
EC - 10	Brilliant moves 4º y 5º Ed. Primaria	V	15.00 a 17.00 horas
EC - 11	Fun flights 5º y 6º Ed. Primaria	L - X	18.00 a 19.00 horas
EC - 12	Fun flights 5º y 6º Ed. Primaria	M - J	18.00 a 19.00 horas
EC - 13	Fun flights 5º y 6º Ed. Primaria	V	15.00 a 17.00 horas
EC - 14	Fun flights 5º y 6º Ed. Primaria	M - J	17.00 a 18.00 horas
EC - 15	Key to success (KET) (1º / 2º ESO)	L - X	17.00 a 18.00 horas
EC - 16	Perfect Steps to PET (3º / 4º ESO)	L - X	18.00 a 19.00 horas
EC - 17	Achieving success FCE (1)	M - J	18.00 a 19.00 horas
EC - 18	Achieving success FCE (2)	L - X	19.00 a 20.00 horas
EC - 19	Beyond success (CAE)	M - J	19.00 a 20.00 horas



education en La Salle

San Ildefonso

ROBÓTICA

Educador *Profesor certificado con Lego Education*

Precio actividad: 45,00 € (igic incluido) + matrícula 45,00 € (incluye materiales individuales para los niños)

La Robótica Educativa resume de una manera práctica la enseñanza y aprendizaje de las ciencias, matemáticas y la tecnología. Mediante una metodología cooperativa y lúdica, los niños podrán conseguir desarrollar las competencias básicas en la materia, basándonos en el modelo de las 4 C's, Conectar, construir, contemplar y continuar y utilizando medios materiales que son certificados por Lego Education, así como, la utilización de tablets.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
RB - 01	Educación Primaria	M - J	16.45 a 18.00 horas
RB - 02	Educación Primaria	L - X	16.45 a 18.00 horas
RB - 03	Educación Primaria - ESO	L - X	18.00 a 19.00 horas
RB - 04	Educación Primaria - ESO	M - J	18.00 a 19.00 horas

ciencia | tecnología

ingeniería | matemáticas

imagina | construye

programa





TEATRO

TIMAGINAS LA SUERTE DE HACER TEATRO

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

TIMAGINAS TEATRO ha desarrollado una nueva forma de hacer teatro en Canarias: *nos dirigimos no sólo a los que piensen en dedicarse a la interpretación sino a todos los que quieren usar el teatro como un instrumento para mejorar su vida.* Así nos ofrecemos a todas las edades y todos los públicos, niños de primaria, personas con diversidad funcional moderada, y adultos. *Creemos la actividad teatral mejora el desarrollo vital.* Por eso, con casi veinte años de experiencia en el ejercicio profesional de la interpretación, los directores de **TIMAGINAS** teatro podemos decir que ampliamos la faceta docente de la escuela.

El teatro en la *edad infantil y juvenil es ideal para ayudar a las personas a desarrollar la expresión y a estimular su capacidad de memoria y su agilidad mental.* Con él crece la autoestima, se aprende a respetar y convivir en grupo, a conocer y controlar las emociones; a descubrir la disciplina y la constancia en el trabajo, además de desenvolverse entre el público. Y todo ello a través del juego, lenguaje que ellos entienden y dominan perfectamente y les permite crear, inventar y aprender a colaborar y participar en grupo. Las clases de teatro infantil *son terapéuticas y socializadoras.* Los trabajos en grupo, los *ejercicios psicomotores y el contacto físico* entre los compañeros, son la base de la educación dramática. El teatro es un campo inagotable de *diversión y educación a la vez.*

TIMAGINAS ofrece:

- *Reforzar tareas académicas como la lectura y la literatura, el arte y la historia.*
- *Ayudar en la socialización de los niños, principalmente a los que tienen dificultad para comunicarse.*
- *Mejorar la calidad de concentración y la atención*
- *Transmitir e inculcar valores*
- *Estimular la creatividad y la imaginación*
- *Hacer que los niños se sientan más seguros y ayudarlos a que jueguen con la fantasía*
- *Grupos reducidos y cumpliendo normativa vigente de seguridad contra la covid-19.*

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
TEA - 01	Ed. Primaria y 1º y 2º ESO	M - J	16.45 a 18.00 horas
TEA - 02	ESO - BACH - Adultos	M - J	18.00 a 19.00 horas



KARATE

Profesor titulado Rebeca Ferrer

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
K - 01	Hasta 5º de Educación Primaria	L - X	17.00 a 18.00 horas
K - 02	A partir de 6º hasta Ed.Secundaria	L - X	18.00 a 19.00 horas

JUDO

Profesor Carmen Pérez. *Cinturón Negro 3º Dan, Maestra Nacional de Judo y Defensa Personal*

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
J - 01	5º y 6º Ed. Infantil hasta 4º Ed. Primaria	M - J	17.00 a 18.00 horas
J - 02	Desde 5º Ed.Primaria hasta Bachillerato	M - J	18.00 a 19.00 horas

BUJINKAN. ARTES MARCIALES PARA LA EDUCACIÓN

Profesor Instructores cualificados por Japón

Precio actividad 40,00 € (lgic incluido)

Las artes marciales **BUJINKAN** tienen carácter exclusivamente no competitivo y se basan en un sistema defensivo que desarrolla todas las *habilidades motrices* en su conjunto dando lugar a un arte de los más completos que existen. En su aprendizaje se añaden *técnicas de respiración y relajación* todo ello inmerso en un *código de valores* de esfuerzo, *disciplina, equipo, seguridad y respeto* que conecta con el carácter propio del centro educativo y hace de esta actividad una elección muy sugerente para el proceso evolutivo de aprendizaje del nuestros niños y niñas. Cumpliendo con normativa de seguridad contra la covid-19.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
BUJ - 01	Desde 6º Ed. Infantil hasta Ed. Primaria	M - J	16.45 a 18.00 horas
BUJ - 02	E.S.O. y Bachillerato	M - J	18.10 a 19.10 horas



ESCUELITA MULTIDEPORTE

Educadores Adrián León

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

Con la iniciación de la Escuelita Multideporte queremos *guiar las primeras experiencias y aprendizajes en el mundo de la actividad físico-deportiva* de nuestros niños. A través del juego como estímulo indispensable queremos ofrecer un espacio ideal para la *interacción social*, el *crecimiento*, *maduración* y *asimilación* de una *vida saludable*.

A través de una *metodología cooperativa no competitiva* y el uso de grupos reducidos, la escuelita trabajará no solo habilidades y destrezas deportivas, sino que harán también especial hincapié en aquellos *procesos mentales* que necesita el niño/a para *resolver conflictos*, *aceptar normas*, *atender y escuchar de forma activa*, sentir satisfacción individual ante un logro grupal, etc. De este modo, se creará también un ambiente de rechazo ante cualquier tipo de discriminación o exclusión.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
EMD - 01	4º Ed. Infantil	L - X	16.45 a 17.50 horas
EMD - 02	5º Ed. Infantil	L - X	16.45 a 17.50 horas
EMD - 03	6º Ed. Infantil	M - J	16.45 a 17.50 horas
EMD - 04	4º y 5º Ed. Infantil	M - J	16.45 a 17.50 horas

¡NUEVAS CONDICIONES DE MATRÍCULA MÁS ECONÓMICAS! ¡DALE A TUS HIJOS LO MEJOR!

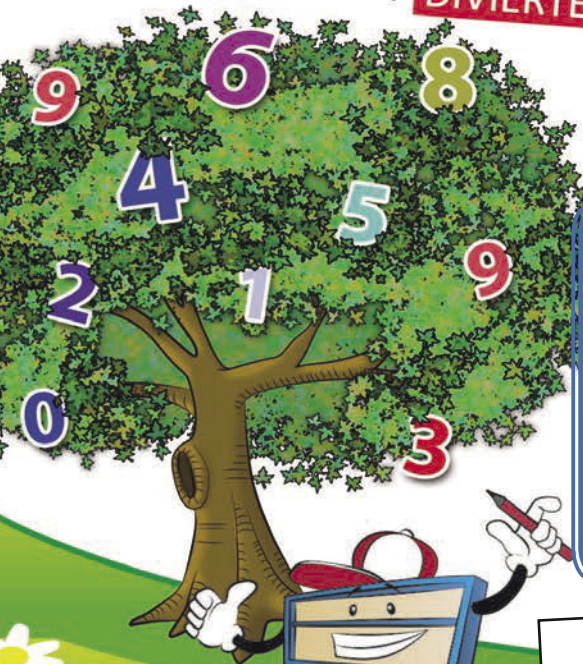
UCMAS es una actividad extraescolar para los alumnos de 4 a 13 años. Un programa educativo de desarrollo intelectual, totalmente estructurado y de eficacia contrastada, que utiliza el ábaco y el cálculo mental como herramientas básicas.

Se trata de un método diseñado para desarrollar todo el cerebro, especialmente el hemisferio derecho y que ayuda a la adquisición de unas habilidades únicas favoreciendo el éxito académico



CONCÉNTRATE

y DIVIÉRTETE



Beneficios para los niños:

- Concentración y atención
- Capacidad de escucha
- Precisión en operaciones aritméticas
- Habilidad para la observación
- Autoconfianza
- Memoria visual y auditiva
- Orientación espacial
- Imaginación y creatividad
- Habilidades analíticas
- Autonomía
- Aprender a aprender

• Precio: Mensualidad 60€

• Precio Nuevos alumnos: Matrícula 30 € Anual + Mensualidad 60 €

• UC - 01 6º Ed. Infantil y Ed. Primaria
L - X 17.00 a 18.00 horas

• UC - 02 5º Ed. Infantil M - J 17.00 a 18.00 horas

• UC - 03 Ed. Primaria L - X 18.00 a 19.00 horas

• UC - 04 Ed. Primaria M - J 18.00 a 19.00 horas

¡Comenzamos el día 4 de octubre!

¿Quieres ver nuestros resultados?

Escanea este código y dale al play

¡Inscríbete ya! ¡Plazas limitadas!

Más información:
www.ucmas.es



TALLER CREATIVIDAD PLÁSTICA

Profesora Sandra Doreste. *Licenciada en Bellas Artes y monitora de arteterapia*

Precio actividad 40,00 € (lgic incluido) *Material incluido*

A través de técnicas plásticas (propias del dibujo, pintura y volumétricas como la arcilla y manualidades) los niños aprenderán las técnicas artísticas en un marco lúdico dónde se integrarán los valores propuestos por el colegio reforzando la autoestima.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
DP - 01	Educación Primaria y Secundaria	L - X	17.00 a 18.00 horas
DP - 02	Educación Primaria y Secundaria	L - X	18.15 a 19.15 horas
DP - 03	Educación Primaria y Secundaria	M - J	17.00 a 18.00 horas
DP - 04	Educación Primaria y Secundaria	M - J	18.15 a 19.15 horas

PATINAJE

Profesora Profesor/a titulado

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

El patinaje sigue estando de moda. Ayuda a los niños a **desarrollar el equilibrio** y mantener la **armonía corporal** a través de sus movimientos y ejercicios . Se **fortalece las piernas**, mejorando la **coordinación**, el equilibrio y la **resistencia**. Es una pieza clave para que los niños aprendan a ejercitar su cuerpo de forma divertida y dinámica.

Hay un sin fin de modalidades de patinaje. En las clases aprenderemos a tener una postura correcta al patinar, patinar hacia delante y hacia atrás, caer de forma segura y a coordinar nuestro cuerpo para hacer eslalon a través de juegos por equipos e individuales. Su práctica **favorece en el trabajo en equipo, la solidaridad, el esfuerzo y el espíritu de superación**.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
PT - 01	Educación Primaria	L - X	17.00 a 18.15 horas
PT - 02	Educación Infantil	M - J	16.45 a 18.00 horas



FÚTBOL SALA

Coordinador Antonio Galván. *Técnico superior en fútbol*

Precio actividad 40,00 € (lgic incluido), salvo FS-01, FS-02, FS-03 y FS-04 que será 37,00 € (lgic incluido), y los grupos desde FS-10 hasta FS-12 que será 42,00 € (lgic incluido)

Los diferentes grupos participan en la **Liga Federada de Fútbol Sala** representando al **CD La Salle San Ildefonso**, en las diferentes categorías, **prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, Cadete y Juvenil**, así como en las competiciones de **Juegos EMDE insular y nacional**. La actividad está abierta a alumnos que no decidan tener ficha federativa y solo quieran realizar actividad física, así como, a alumnos de otros centros educativos. *El horario de los viernes puede sufrir modificaciones según necesidades deportivas y de protocolo de seguridad.*

Si la situación sanitaria nos lo permite, los diferentes grupos volveremos a participar en las ligas federadas de fútbol sala.

El coste del seguro federativo correrá a cargo de las familias.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
FS - 01	6º Ed. Infantil (<i>Escuelita Iniciación</i>)	M - J	16.45 a 18.00 horas
FS - 02	1º Ed. Primaria (<i>Prebenjamín B</i>)	M - J	16.45 a 18.15 horas
FS - 03	2º Ed. Primaria (<i>Prebenjamín A</i>)	M - J	16.45 a 18.15 horas
FS - 04	3º Ed. Primaria (<i>Benjamín B</i>)	M - J	16.45 a 18.15 horas
FS - 05	4º Ed. Primaria (<i>Benjamín A</i>)	M - J - V	16.45 a 18.15 horas
FS - 06	5º Ed. Primaria (<i>Alevín B</i>)	M - J V	17.00 a 18.30 horas 18.15 a 19.15 horas
FS - 07	6º Ed. Primaria (<i>Alevín A</i>)	M - J V	17.00 a 18.30 horas 18.15 a 19.15 horas
FS - 08	1º ESO (<i>Infantil B</i>)	M - J V	18.30 a 20.00 horas 16.00 a 17.15 horas
FS - 09	2º ESO (<i>Infantil A</i>)	M - J V	18.30 a 20.00 horas 16.00 a 17.15 horas
FS - 10	4º ESO (<i>Cadete</i>)	M - J V	18.30 a 20.00 horas 16.00 a 17.15 horas
FS - 11	1º Bachillerato (<i>Juvenil B</i>)	M - J V	18.30 a 20.00 horas 17.15 a 18.30 horas
FS - 12	2º Bachillerato (<i>Juvenil A</i>)	M - J V	18.30 a 20.00 horas 17.15 a 18.30 horas



VOLEIBOL

Profesora Susana Rodríguez. *Entrenadora Nacional e Internacional*

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

Los equipos competirán en los *juegos escolares del cabildo de Tenerife* y se valorará la posibilidad de jugar los juegos *EMDE nacional*. La sección mantiene un acuerdo de colaboración *Club voleibol HARIS*.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
VB - 01	4º, 5º y 6º Educación Primaria Mixto)	M - J	17.00 a 18.15 horas
VB - 02	Ed. Secundaria y Bachillerato Mixto)	M - J	18.30 a 19.45 horas



BALONCESTO

Coordinador María Sosa. *Entrenadora Superior Baloncesto. Psicóloga*

Precio actividad 40,00 € (lgic incluido), salvo *BC-01*, *BC-02* y *BC-03* que será 37,00 € (lgic incluido), y los grupos desde *BC-12* hasta *BC-16* que será 42,00 € (lgic incluido)

Si la situación sanitaria nos lo permite participaremos en las competiciones de **Escobasket** (1º, 2º y 3º Primaria) y **FIBT** (Federación Insular de Baloncesto) con los equipos de Benjamines, Preminibasket, Minibasket, Infantil, Precadete, Cadete y Junior insular y autonómico, representando al **CD La Salle San Ildefonso**, así como, en las competiciones de los **juegos EMDE**. Los alumnos y alumnas que decidan no tener ficha federativa y quieran hacer actividad física de forma reglada. Esta sería nuestra oferta de equipos a la espera de ampliación según demanda.

El coste del seguro federativo correrá a cargo de las familias.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
BC - 01	6º Ed. Infantil mixto (<i>Escuelita Iniciación</i>)	L - X	16.45 a 18.00 horas
BC - 02	1º Educación Primaria Mixto	L - X	17.00 a 18.15 horas
BC - 03	2º Educación Primaria Mixto	L - X	17.00 a 18.15 horas
BC - 04	3º Educación Primaria Mixto	L - X - V	17.00 a 18.15 horas
BC - 05	4º Educación Primaria Femenino (<i>Benjamín</i>)	L - V	17.00 a 18.30 horas
		X	18.00 a 19.00 horas
BC - 06	4º Educación Primaria Masculino (<i>Benjamín</i>)	L - V	17.00 a 18.30 horas
		X	18.00 a 19.00 horas
BC - 07	5º Educación Primaria Femenino (<i>Preminibasket</i>)	L - X	17.00 a 18.30 horas
		V	16.00 a 17.00 horas
BC - 08	5º Educación Primaria Masculino (<i>Preminibasket</i>)	L - X	17.00 a 18.30 horas
		V	16.00 a 17.00 horas
BC - 09	6º Educación Primaria Femenino (<i>Minibasket</i>)	L - X	17.00 a 18.30 horas
		V	16.00 a 17.00 horas
BC - 10	6º Educación Primaria Femenino (<i>Minibasket</i>)	L - X	17.00 a 18.30 horas
		V	16.00 a 17.00 horas

Los horarios de entrenamientos pueden sufrir modificaciones según necesidades deportivas y de protocolo de seguridad.



BALONCESTO

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
BC - 11	1º ESO Femenino (<i>PreInfantil</i>)	L - X V	17.00 a 18.30 horas 18.00 a 19.30 horas
BC - 12	3º ESO Maculino (<i>Precadete</i>)	L - X - V	18.30 a 20.00 horas
BC - 13	3º ESO y 4º ESO Femenino (<i>Cadete y Precadete</i>)	L - X - V	18.30 a 20.00 horas
BC - 14	4º ESO Masculino (<i>Cadete</i>)	L - X - V	18.30 a 20.00 horas
BC - 15	1º Bachillerato Masculino (<i>Junior</i>)	L - X - V	20.00 a 21.30 horas
BC - 16	2º Bachillerato Masculino (<i>Junior</i>)	L - X - V	20.00 a 21.30 horas

Los horarios de entrenamientos pueden sufrir modificaciones según necesidades deportivas y de protocolo de seguridad.



PILATES

Profesor Rolmary. *Especialista en Pilates*

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

Este método creado por Joseph H. Pilates , ayuda a mejorar la condición física, también la capacidad de control y concentración. Según el creador, *“En diez sesiones notarás la diferencia y en treinta te cambiará el cuerpo”*. Y es que quienes lo practican con regularidad aseguran que con este método se consiguen notables e importantes mejoras en el tono muscular.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
PI - 01	Bachillerato - Madres - Padres	M - J	19.00 a 20.00 horas

ZUMBA

Monitora Casandra Hernández

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

Programa de ejercicios que combina música latina e internacional con movimientos de baile. Las rutinas de Zumba incorporan el entrenamiento por intervalos en el que se alternan ritmos rápidos y lentos para ayudar a mejorar el estado cardiovascular.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
ZUM - 01	Ed. Primaria - ESO - BACH	M - J	18.00 a 19.00 horas
ZUM - 02	Bachillerato - Madres - Padres	M - J	19.00 a 20.00 horas

YOGA KID'S

Profesor Adi Charan Kaur (Rolmary), titulada por *Raibow Kids Yoga para niños y familia. Profesora de Hatha Yoga*

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

El Yoga para *niños* es una *forma divertida para desarrollar importantes habilidades* en el entorno positivo no competitivo, *incrementando la felicidad, reduciendo el estrés* infantil, consiguiendo paz interior, *mejorando la autoconfianza*, concentración, equilibrio mental y físico, fomentando el respeto y dando flexibilidad, fuerza y buena salud al cuerpo.

¿Qué haremos en clase de Yoga?

1. *Pranayamas* (ejercicios de respiración)
2. *Asanas* (posturas y psicomotricidad)
3. Acroyoga, yoga en pareja y en familia
4. *Mantras* (cantar en positivo)
5. *Meditar*
6. *Colorear Mandalas*

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
YG - 01	4º, 5º y 6º Ed. Infantil	M - J	17.00 a 18.00 horas
YG - 02	Educación Primaria	L - X	17.00 a 18.00 horas



GIMNASIA RÍTMICA

Profesora M^a Paz Cruz. *Maestra especialista en Ed. Física Entrenadora nacional*

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
GR - 01	Ed. Infantil hasta 1º Ed. Primaria	L - X	16.45 a 18.00 horas
GR - 02	2º Ed. Primaria hasta 6º Ed. Primaria	M - J	16.45 a 18.00 horas

BAILE MODERNO HIP HOP - FUNKY

Profesora Profesor/a titulado

Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

El baile moderno es uno de los estilos más populares de hoy en día, es de las únicas disciplinas que no se encasilla en una música específica. Es una **forma de expresar y liberar nuestros sentimientos** y estados de ánimo a través de la música y la utilización del espacio. **Desarrolla la coordinación, lateralidad y el ritmo.** La complejidad de los pasos es variable y se planifica de acuerdo a la edad y capacidad del alumno.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
BAM - 01	Educación Primaria (Mixto)	M - J	17.00 a 18.00 horas
BAM - 02	Ed. Secundaria y Bachillerato (Mixto)	M - J	18.00 a 19.00 horas



BALLET

Profesora Rebeca García. *Profesora de Danza*
Precio actividad 37,00 € (lgic incluido)

Este año la actividad se divide en FUNNY BALLET, que es una disciplina divertida, creativa e ideal para mejorar la psicomotricidad. Mediante el juego y el Ballet, utilizando la música y el ritmo, los niños y niñas descubren el mundo del baile explorando y gestionando sus emociones. Y también FUNKY BALLET que es una mezcla de distintos estilos urbanos con el ballet. Disciplina que te llena de energía, te ayuda a aumentar el bienestar físico y psíquico; y además trabaja la resistencia cardiovascular, la coordinación y el ritmo.

CÓDIGO	GRUPO	DÍAS	HORARIO
BT - 01	Funny Ballet 1º y 2º Ed. Primaria	L - X	17.00 a 18.00 horas
BT - 02	Funny Ballet 5º y 6º Ed. Infantil	M - J	17.00 a 18.00 horas
BT - 03	Funny Ballet 3º y 4º Ed. Primaria	L - X	18.00 a 19.00 horas
BT - 04	Funky Ballet 5º y 6º Ed. Primaria	M - J	18.00 a 19.00 horas
BT - 05	Funky Ballet 1º y 2º ESO	L - X	19.00 a 20.00 horas
BT - 06	Funky Ballet a partir de 3º ESO	M - J	19.00 a 20.00 horas

INICIO DE ACTIVIDADES
4 DE OCTUBRE DE 2021

 **FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN**

La  **Salle**
San Ildefonso

SIGNO | SERVICIOS
EDUCATIVOS

Sta. Cruz de Tenerife
Avd. La Salle, 3 | Tel 922 081 220
www.signotf.com