

CLUB ATLETISMO HUESCA

ZUMBA Y BAILE MODERNO

DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD

ZUMBA ES UNA ACTIVIDAD DEPORTIVA QUE MEDIANTE LA EJECUCIÓN DE COREOGRAFÍAS Y JUEGOS RÍTMICOS TRABAJA Y DESARROLLA LA COORDINACIÓN MOTRIZ, CONCIENCIA CORPORAL, Y RITMO IMPLICANDO AL CUERPO EN SU CONJUNTO.



PROFESORADO

NURIA SÁNCHEZ: GRADUADA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE, MASTER PROFESORADO.

OBJETIVO

APRENDER Y TRABAJAR LOS CONCEPTOS BÁSICOS: COORDINACIÓN MOTRIZ, RITMO, CONCIENCIA CORPORAL, RITMO DEL ZUMBA MEDIANTE EL DESARROLLO DE COREOGRAFÍAS Y SITUACIONES LÚDICAS INDIVIDUALES Y GRUPALES QUE EXHIBIRÁN A FINAL DE CURSO.

CONTENIDOS O ACTIVIDADES

EN LAS CLASES DE ZUMBA TRABAJARÁN: LA COORDINACIÓN, EQUILIBRIO, AMPLITUD DE MOVIMIENTO, FLEXIBILIDAD, FUERZA, CONCIENCIA CORPORAL, COORDINACIÓN MOTRIZ Y RITMO DESDE UN PUNTO DE VISTA LÚDICO Y TAMBIÉN MEDIANTE LA EJECUCIÓN DE COREOGRAFÍAS Y CREACIÓN DE LAS MISMAS POR L@S ALUM@S SIEMPRE TENIENDO EN CUENTA QUE SE DIVIERTAN Y DISFURTEN EN TODO MOMENTO.

INFORMACION COMPLEMENTARIA

A FINAL DE CURSO SE SUELE HACER UNA EXHIBICIÓN.

HORARIO:

Martes y jueves de 16:00 a 17:00

Nº DE GRUPOS ACTIVIDAD

Mínimo: 1
Máximo: 2

Nº DE ALUMNOS POR GRUPO

Mínimo 10 alumnos
Máximo 15 alumnos

PRECIO MES SOCIO AMYPA

2 días: 23 EUROS/MES
1 día: 12 EUROS/MES

PRECIO MES NO SOCIO

2 días: 25 EUROS/MES
1 día: 13 EUROS/MES