

# CURSETS I ACTIVITATS INFANTILS

## TEMPORADA 2019 - 2020

CET10®  
**Júpiter**  
centre esportiu municipal

Inici de les activitats: **2 de setembre**

### Esport i diversió per a petits i joves



## Portes obertes

### DESEMBRE 19

| DL. | DT. | DC. | DJ. | DV. | DS. | DG. |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|     |     |     |     |     |     | 1   |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  |
| 30  | 31  |     |     |     |     |     |

### MARÇ 20

| DL. | DT. | DC. | DJ. | DV. | DS. | DG. |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|     |     |     |     |     |     | 1   |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  |
| 30  | 31  |     |     |     |     |     |

### JUNY 20

| DL. | DT. | DC. | DJ. | DV. | DS. | DG. |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
| 29  | 30  |     |     |     |     |     |

Vine a  
créixer  
fent  
esport!

\*Només es pot accedir a veure les classes en les dates de portes obertes.



CET10®  
**25**  
ANYS

c. Agricultura 232  
08020 Barcelona  
Tel. 933 148 820

info@jupitersport.cat  
www.jupitersport.cat  
f CemJupiterOficial i ce mjupitersport

## Normativa

- > L'accés es fa per la porta de vidre situada a la dreta de l'entrada principal.
- > L'entrada s'efectua 15 minuts abans de l'hora d'inici del cursset.
- > Es prega la màxima puntualitat pel correcte desenvolupament de les activitats.
- > És obligatori respectar els horaris establerts.
- En cas d'activitat aquàtica**
  - > Els acompanyants no podran accedir a cap àrea esportiva, ni als vestidors ni tampoc a la graderia.
  - > Els mainaders s'encarreguen de recollir, canviar i lliurar els nens.
- > Cal que els alumnes portin tota la roba de vestir marcada, líquid pels nusos dels cabells i una pinta.
- > Cal dur xanquetes (encara que es portin peücs de goma), vestit de bany, casquet de bany i tovallola o barnús.

## Inscripcions

### PER FER LA INSCRIPCIÓ

- Les inscripcions es podran realitzar a partir de l'1 de juliol de 2019.
- > Fotocòpia del DNI de l'infant o Llibre de Família on surti ell/ella.
  - > Fotocòpia de les dades bancàries.
  - > El primer pagament s'efectuarà en efectiu o targeta.

### PER DONAR-SE DE BAIXA

Cal fer-ho per escrit a la recepció de la instal·lació abans del dia 20 del mes anterior de la baixa.

### MOLT IMPORTANT

La inscripció als cursets de natació, els canvis de dia i d'hora es faran efectius abans de la primera classe del mes. Pel que fa al comportament dels alumnes, en qualsevol cas es tindrà en compte la normativa de règim intern del centre, així com el Decret de Piscines de la Generalitat que regula aspectes sanitaris, higiènics i de seguretat al recinte de les piscines. Els danys i/o desperfectes ocasionats a la instal·lació i/o al material, en fer-ne un mal ús, comportaran la seva reposició i pot suposar la pèrdua del dret de cursetista. La direcció no es responsabilitzarà dels objectes perduts o oblidats a la instal·lació.

## Activitats infantils

### Arts marciais

de 5 a 15 anys

Iniciació a les arts marciais desenvolupant qualitats com l'equilibri, la coordinació i la flexibilitat a la vegada que s'afavoreix el respecte als companys i la capacitat de concentració.

### Crosskids

de 6 a 15 anys

Activitat on el nen/a treballarà amb el seu propi cos circuits d'entrenament d'intensitat moderada, millorant la coordinació, l'agilitat, la precisió, la velocitat i la força dins dels paràmetres de la seva edat.

### Dance

d'11 a 15 anys

Activitat coreografiada on es treballa la resistència cardiovascular, el sentit del ritme i la coordinació de tot el cos, a través de diferents estils de balls actuals i moderns, augmentant l'estat de forma en general.

### Hip Hop

diferents nivells de 7 a 15 anys

A banda d'aprendre diferents passos de hip-hop, aprendran a construir coreografies.

### Multijocs

(I): de 6 a 11 anys

(II): P3, P4 y P5

Activitat on es treballen les capacitats físiques de l'infant de forma jugada, amb jocs i exercicis de resolució de problemes, millorant així la participació i el companyerisme per arribar a un objectiu comú.

### R&B Kids

de 7 a 15 anys

Activitat de treball cardiovascular adaptat als nostres nens/es que combina boxa, rem i funcional en un espai immersiu.

### Sincronitzada



de 6 a 15 anys

Una combinació de natació, gimnàstica i dansa, que afavoreix la millora de l'estat físic global treballant la resistència, la flexibilitat i la força.

### Spinkids

de 7 a 15 anys

Activitat on el nen/a millorarà la seva capacitat aeròbica mitjançant l'entrenament en una bicicleta estàtica en grup.

### Street Dance

Mini: de 3 a 6 anys

Big: de 7 a 11 anys

Disciplina de ball amb moviments molt visuals on els més joves aprendran el ritme i els passos de diferents dances urbanes.

### Zumba Family

de P3 a 11 anys

Activitat orientada a enfortir els vincles familiars mitjançant el treball conjunt d'aprenentatge i reproducció de coreografies amb suport musical.

### Zumba Kids

de 7 a 15 anys

Activitat coreografiada de ball amb ritmes llatins en la que els infants milloraran el seu estat de forma mentre es diverteixen

## Horaris

| Inici | Final | DILLUNS             | DIMARTS       | DIMECRES     | DIJOUS         | DIVENDRES     |
|-------|-------|---------------------|---------------|--------------|----------------|---------------|
| 11:30 | 12:00 |                     |               |              |                |               |
| 16:30 | 17:00 |                     |               |              |                |               |
| 17:00 | 17:30 |                     |               |              |                |               |
| 17:10 | 18:00 | STREET DANCE (MINI) | ZUMBA KIDS    | STREET DANCE | ZUMBA KIDS     | ZUMBA FAMILY  |
| 17:10 | 18:00 | R&B KIDS            | MULTIJOCS (I) |              | MULTIJOCS (II) |               |
| 17:15 | 18:00 |                     |               |              |                |               |
| 17:30 | 18:15 | HIP HOP 1           |               | HIP HOP 2    |                | HIP HOP 1     |
| 18:00 | 18:45 |                     |               |              |                |               |
| 18:00 | 18:50 | ZUMBA KIDS          | ARTS MARCIAIS | DANCE        | ARTS MARCIAIS  | DANCE         |
| 18:00 | 18:50 |                     |               | SPINKIDS     | CROSSKIDS      |               |
| 18:15 | 19:00 | HIP HOP 2           |               | HIP HOP 2    |                | HIP HOP 2     |
| 18:45 | 19:30 |                     |               |              |                |               |
| 19:00 | 19:50 | HIP HOP 3           |               | HIP HOP 3    |                | HIP HOP 3     |
| 19:00 | 21:00 |                     |               |              |                | SINCRONITZADA |

| Inici | Final | DISSABTE |
|-------|-------|----------|
| 09:15 | 10:00 |          |
| 09:30 | 10:15 |          |
| 10:00 | 10:30 |          |
| 10:15 | 10:45 |          |
| 10:30 | 11:00 |          |
| 10:45 | 11:30 |          |
| 11:00 | 11:30 |          |
| 11:30 | 12:00 |          |
| 11:45 | 12:30 |          |

|        | MEDUSA          | CARGOL           | TORTUGA              | PEIXET        | DOFÍ, CAVALLET, POP I COCODRIL |
|--------|-----------------|------------------|----------------------|---------------|--------------------------------|
| Nivell |                 |                  |                      |               |                                |
| Edat   | de 6 a 12 mesos | de 13 a 24 mesos | de 25 mesos a 3 anys | de 3 a 5 anys | *                              |

\*Caldrà fer prova de nivell per saber a quin grup pertany cada infant.

## Preus

|                          | QUOTA MENSUAL 1 DIA / SETMANA | QUOTA MENSUAL 2 DIAS / SETMANA | INICI      | FINAL      |
|--------------------------|-------------------------------|--------------------------------|------------|------------|
| ACTIVITATS INFANTILS     | 33,85 €                       | 43,85 €                        | 01/09/2019 | 30/06/2020 |
| CAVALLET, POP, COCODRIL  | 30,70 €                       | 42,90 €                        | 01/09/2019 | 30/06/2020 |
| MEDUSA, CARGOL I TORTUGA | 33,85 €                       | 43,00 €                        | 01/09/2019 | 31/07/2020 |
| NATACIÓ SINCRONITZADA    | 50,00 €                       | 100,00 €                       | 01/09/2019 | 30/06/2020 |
| PEIXET I DOFÍ            | 33,85 €                       | 43,85 €                        | 01/09/2019 | 30/06/2020 |

\*Els preus són vàlids fins el 31/12/2019 amb IVA inclòs.

\*La data de fi dels cursos serà el 30 de juny excepte els cursos dels dissabtes que acabaran el 31 de juliol.