

VINE A PROVAR UNA CLASSE GRATUÏTAMENT!

ZUMBA

Divertides i fàcils coreografies al ritme de la bona música pop i llatina.
Beneficis: millorar el sistema cardiovascular, cremar calories, tonificar la musculatura a més de millorar la coordinació, l'estat d'ànim i combatre l'estrès.

Com posar-se en forma i divertir-se al mateix temps!

IOGA

Aquesta disciplina procedent de l'Índia, ens ajuda a recordar com respirar de forma correcta, corregir postures corporals, augmentar la flexibilitat i tants d'altres beneficis físics, mentals i espirituals.

Un espai de contacte amb un mateix dins una quotidianitat massa accelerada.

BALL MALLORQUÍ

Jotes, copeos, boleros,...la tradició de la nostra música i els nostres balls que ens permeten participar de forma activa a les festes de Mallorca.

La integració dels nouvinguts, la recuperació de l'estima per les tradicions a través de la festa, el ritme, l'alegria del ball i de les complicitats que genera.

PILATES

Treball a consciència damunt estoreta amb l'objectiu de tonificar la musculatura, adquirir flexibilitat, millorar l'alineació postural i enfortir l'abdomen mitjançant la respiració.

Completam la feina amb diferents materials com bandes elàstiques, cercles, pilotes grosses i petites.

QUÉ VOLS FER AMB EL MÒBIL?

No deixis que un aparell guany la partida. Vine i aprèn a treure tot el profit al nostre company inseparable avui en dia: el mòbil. Aprèn a configurar el teu mòbil a les teves necessitats i curiositats.

Aprenderàs a fer compres en línia, seguretat del mòbil, instal·lar aplicacions, jocs,.....

ANGLÈS CONVERSA

Activa el teu anglès a través d'aquesta activitat oral que et permetrà conversar i augmentar el teu nivell d'anglès en una situació distesa.

Dirigida per una professora nadiua, la conversa incrementa el nivell de comprensió i expressió oral, millora la pronúncia i augmenta el vocabulari.

ANGLÈS CONVERSA. CEPA Camp Rodó
Dimarts i Dijous 11:15-12:05

BALL MALLORQUÍ. CEIP Pràctiques
Grup inicial. Dimarts i Dijous 18:00-18:50
Grup avançat. Dimarts i Dijous 19:00-19:50

QUÉ VOLS FER AMB EL MÒBIL?
CEPA Camp Rodó
Dimarts i Dijous 18:00-19:00

IOGA CEIP Pràctiques
Dilluns i Dimecres 18:00-18:50
Dimarts i Dijous 17:30-18:30

ZUMBA CEIP Pràctiques
Dilluns i Dimecres 19:00-19:50

PILATES IES Josep M. Llompart
Dimarts i Dijous 18:00-18:50

CONTACTE Correu:
CEPA Camp Rodó.

Segueix-nos:



Associació d'alumnes CEPA CAMP RODÓ

INSCRIPCIONS
a partir de dilluns 18 de setembre

Antics alumnes: Fer ingrés directament al compte bancari.
Enviar el justificant del pagament, nom i llinatges i activitat al WhatsApp del monitor.

Nous alumnes: Inscriure-se Presencialment a l'Oficina de l'associació (CEPA Camp Rodó), o Enviant un correu indicant: Nom i Llinatges i activitat

HORARI INSCRIPCIONS

Dl, 18	18:00-20:00
Dm, 19	9:30-11:30
Dx, 20	9:30-11:30
Dj, 21	18:00-20:00
Dv, 22	10:00-12:00

Compte bancari: CAIXA BANK
IBAN: ES15 2100 7388 4513 0001 9820

PREU TRIMESTRAL
60€ per activitat

associacio.alumnes.camprodo@gmail.com
C. Pedagog Joan Capó, s/n 07010



Alumnes CEPA Camp Rodó

ASSOCIACIÓ

D'ALUMNES

CEPA CAMP RODÓ

CURS 2023-24

Inici Activitats: 02.10.2023

