

ESCUELAS DEPORTIVAS BOBADILLA ESTACIÓN 2022

by

sano[®]
ANTEQUERA CENTRO



sano[®]
ANTEQUERA CENTRO



- Escuelas deportivas organizadas por la ELA de Bobadilla Estación en colaboración con Sano Antequera.
- Escuelas deportivas para niñ@s de 6 a 16 años
- Impartidas por monitores titulados de la plantilla de Sano Antequera
- Se realizarán en las instalaciones deportivas municipales

- Meses de mayo/junio y de septiembre/diciembre
- La actividad se realizará bajo el amparo de un seguro de Responsabilidad Civil

- Horario:

MIÉRCOLES y VIERNES

de 16 a 20:30 h

¿Por qué es importante que los niños hagan actividad física?



- ES necesaria para el desarrollo físico y mental
- Mejora las capacidades sociales de los niños
- Fortalece el organismo y ayuda a prevenir enfermedades

- Previene el sobrepeso y la obesidad
- Contribuye a la salud mental infantil
- Mejora el aprendizaje y el rendimiento académico
- Promueve la inclusión y la igualdad

¿QUÉ VAMOS
a hacer?





- CLASES DIRIGIDAS DE PADEL

Grupo de 6 a 10 años: viernes de 16 a 17:30
(4plazas)

Grupo de 11 a 16 años: viernes de 17:30 a 19
(4plazas)

- CLASES DIRIGIDAS DE BALONCESTO



Grupo de 6 a 10 años: miércoles de 16 a 17:30
(10 plazas)

Grupo de 11 a 16 años: miércoles de 19 a 20:30
(10 plazas)



- CLASES DIRIGIDAS DE FÚTBOL

Grupo de 6 a 10 años: miércoles 17:30 a 19
(10plazas)

Grupo de 11 a 16 años: viernes de 19 a 20:30
(10plazas)

Horario	MIERCOLES	VIERNES
16:00 – 17:30	Baloncesto 6 a 10 años	Pádel de 6 a 10 años
17:30 – 19:00	Fútbol sala de 6 a 10 años	Pádel de 11 a 16 años
19:00 - 20:30	Baloncesto de 11 a 16 años	Fútbol sala de 11 a 16 años

ESTRUCTURA DE LAS CLASES

1. Calentamiento: -general y específico
2. Trabajo de aptitudes físicas relacionadas con el deporte en cuestión
3. Trabajo de aptitudes técnicas propias del deporte en cuestión
4. Práctica de situaciones de juego y partidos.

**GRACIAS POR
VUESTRA CONFIANZA**

