

OFERTA EXTRAESCOLARES

PISCINA | SALA | PÁDEL

2021 / 2022

PISCINA



MIÑOQA

3 anos.
Traballamos principalmente flotación, respiración e iniciamos desprazamentos. Non saben nadar.



TARTARUGA

De 4 a 6 anos e de 7 a 11 anos.
Comezamos a traballar desprazamentos e mergullos. Nenos que saben flotar e nadar lixeiramente.



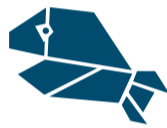
CALAMAR

De 4 a 6 anos e de 7 a 11 anos.
Traballamos a propulsión dorsal e ventral e as inmersións. Son nenos que saben nadar e desprazarse pero sen estilo.



XURELO

De 7 a 11 anos e de 12 a 14 anos.
Os/as nenos/as saben nadar a crol e de costas, así como mergullar media piscina. Ademais están aprendendo a xogar ao waterpolo.



CACHALOTE

De 7 a 11 anos e de 12 a 14 anos.
Traballamos os estilos de crol, costas e braza. Os nenos saben saltar de cabeza e mergullarse; completan a súa formación en water-polo e inicianse na natación sincronizada.

SALA



MQ ZUMBA KIDS

Actividade coreografiada dirixida a nenos de 4 a 14 anos, na que se divertiran e xogaran a través do baile.



MQ WODFIT KIDS

Actividade lúdica para nenos de 4 a 14 anos para mellorar a axilidade e as capacidades físicas a través do xogo.

PÁDEL



PRE-PÁDEL

Nenas e nenos de 4 a 6 anos que se inician na habilidade motora do pádel e familiarízanse coa técnica e a táctica básica.



MINI PÁDEL

Nenas e nenos de 7 a 11 anos que dominan a habilidade motora do pádel e inicianse na técnica e a táctica básica.



PÁDEL-JÚNIOR

Nenas e nenos de 12 a 16 anos que xa perfeccionaron as habilidades técnico-tácticas e aprenden a xogar en parella.