

| Activitat | Etapa | Horari | Preu trimestral | Preu anual |
|-------------------------------|--|--|------------------|-------------------|
| Multiesports | Infantil (P4, P5) Primària (1r, 2n) | dilluns i dimecres 17:00-18:10 | 70€+PA | 180€+PA |
| Karate | Primària | dilluns i dimecres 17:00-18:10 | 70€+PA | 180€+PA |
| Dansa | Infantil (P4, P5) Primària | dimarts i dijous 17:00-18:10 | 70€+PA +Mútua | 180€+PA +Mútua |
| Patinatge | Primària | dimarts i dijous 17:00-18:10 | 70€+PA | 180€+PA |
| Vòlei | Secundària | dimarts i dijous 17:45-19:00 | 85€+PA +Mútua | 225€+PA +Mútua |
| Futbol Sala | Primària Secundària | dilluns i dimecres 17:00-18:10 dimarts i dijous 18:00-19:15 | 85€+PA +Mútua | 225€+PA +Mútua |
| Activitats dirigides de ZUMBA | Mares i pares de l'alumnat | dilluns i dimecres de 17:00 a 18:00 | Preu mensual | |
| | | | 1 dia setmana | 12+PA |
| | | | 2 dies setmana | 18+PA |

Pòlissa Accidents (PA): Es paga en el primer pagament i cobreix tot el curs qualsevol lesió o cop durant la realització de l'activitat extraescolar esportiva dins de l'escola.

15€

Mútua: Es paga en el primer pagament i cobreix tot el curs qualsevol lesió o cop en competicions organitzades pel Consell Esportiu.

15€

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS ESPORTIVES CURS 2023-24



**INICI EL 2
D'OCTUBRE!**

SEGUEIX-NOS!


 @Balmesport

INSCRIPCIONS A LA SECRETARIA ACADÈMICA
 Més informació a:
extraescolars@balmesonline.com



**Centre d'Estudis
Jaume Balmes**



OBJECTIUS



Patinatge

Aprèn les diferents tècniques per a un correcte desenvolupament del patinatge per aconseguir disminuir la por i la vergonya a les caigudes. Crea autonomia en els teus moviments, adaptant-los a les teves capacitats.



Karate

Potencia valors com el respecte i la humilitat. Afavoreix el teu desenvolupament psicomotriu i aprèn a canalitzar els impulsos i controlar els reflexos, potenciant la superació constant mitjançant el Karate.



Multiesports

Descobreix l'existència de diferents esports per treballar les bases per a la iniciació en l'esport tenint en compte les teves possibilitats psicomotrius. Faràs activitats adaptades a la teva edat que estimulen l'aparició de les capacitats físiques bàsiques i que et faran crear hàbits de vida saludable.

Dansa

Utilitza la dansa com a mitjà d'expressió cap als altres i fomenta la teva capacitat d'expressar-te gestualment i corporalment. A més, coneix diferents tècniques i passos de ball per a després crear i desenvolupar les teves pròpies coreografies.



Futbol Sala / Vòlei

Coneix les regles i aplica-les en la pràctica de l'esport divertint-te i socialitzant. Aprèn a jugar formant part d'un equip, jugant net, millorant l'autoestima i enfortint les capacitats físiques i mentals.

ZUMBA

Aquesta extraescolar va destinada a pares i mares d'alumnes que vulguin "moure l'esquelet" i gaudir d'una bona estona. Aquesta activitat té com a objectiu mantenir un cos saludable, ajudant a tonificar els músculs gràcies a moviments de ball combinats amb rutines aeròbiques.

Anima't i treu el ritme que portes dins!

