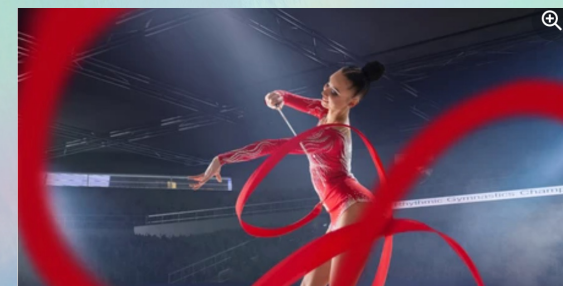


Escuela de GIMNASIA RÍTMICA  
COLEGIO SAGRADO CORAZÓN



La actividad se desarrolla bajo las directrices de la Escuela Europea de Gimnasia, entidad que tiene como objetivo el desarrollo de la Gimnasia Rítmica en diferentes centros escolares y deportivos para su difusión, aprendizaje y práctica en todos los niveles.





## POR QUÉ PRACTICAR GIMNASIA RÍTMICA EN EL COLEGIO

Nuestro objetivo es permitir que nuestros alumnos completen su formación integral a través de las actividades que despierten su interés y puedan aportar beneficios para su salud física y psíquica, dentro del entorno escolar en un ambiente de seguridad y confianza.

Es un deporte que proporciona una base de formación muy útil para futuras destrezas.

Entre sus principales beneficios, resumimos:

- Se corrigen malas posturas, se evitan lesiones y se mejora el equilibrio.
- Ayuda a la expresión de emociones.
- Se toma consciencia del entorno, favorece la orientación espacial y aumenta la velocidad de reacción.
- Ejercita la concentración, así como la memoria y la atención



## HORARIOS y GRUPOS:

(En todos los grupos **tienen la opción de ir uno o dos días**)

- CLASES EN EL TURNO DE MEDIODÍA:

- - 2º y 3º de Educación infantil, lunes y viernes, de 13:30 a 14:30
- - 1º, 2º de Primaria, lunes y miércoles, mediodía
- - 3º, 4º, 5º de Primaria, miércoles y viernes, mediodía



- CLASES POR LA TARDE:

- - 2º y 3º de Educación infantil, martes y jueves, de 16.30 a 17.30
- - 1º de Primaria, martes y jueves, de 16.30 a 17.30
- - 2º, 3º, 4º, 5º de Primaria: lunes y miércoles, de 16.30 a 17.30



- Las alumnas de 6º y secundaria tienen que consultar horario

## COSTE DE LA ACTIVIDAD:

- El pago se realizará a través de la **administración del Colegio**, se cobra mensualmente por cuenta bancaria.
  - - El precio es de 50 € para los alumnos que van a clase dos días por semana, y
      - 35 € para los alumnos que asisten un día por semana



## EQUIPO NECESARIO:

- Tenemos establecido un **equipo de gimnasia rítmica** que sirve como uniforme del colegio, y como vestuario para el entrenamiento y las actuaciones. Dicho equipo consta de:
  - Maillot: para educación infantil, modelo 1, para primaria , modelo 2 (adjuntamos fotos)
  - Punteras: son zapatillas específicas de Gimnasia Rítmica (adjuntamos foto)
- El precio es de 19 € el maillot, y 11 € las punteras. Ambas prendas las proporciona la Escuela de Gimnasia, (las zapatillas pueden comprarlas también en establecimientos deportivos)
- La solicitud se hace enviando un correo electrónico a nuestro e-mail y pueden adquirirlo con la inscripción o a lo largo del curso (pueden aprovechar regalos de cumpleaños, o Navidades).
- No obstante, si no disponen del equipo, las alumnas pueden acudir a clase con unas mallas, de color negro, y una camiseta ajustada al cuerpo, o cualquier maillot que ya tengan, y unos calcetines antideslizantes. No queremos que el vestuario suponga un impedimento para la inscripción o práctica de la actividad
- Es importante y necesario que acudan a las clases con el **pelo recogido**



modelo 1. modelo 2

# INSCRIPCIONES:

- La inscripción de la alumna se realizará enviando un correo electrónico a nuestra dirección, indicando:
- NOMBRE Y DOS APELLIDOS DE LA ALUMNA
- CURSO ESCOLAR EN 2025-2026
- HORARIO ELEGIDO

[escuelaeuropeadegimnasia@gmail.com](mailto:escuelaeuropeadegimnasia@gmail.com)

- La inscripción se puede hacer desde el 30 de junio, hasta el 25 de septiembre

