

## PREUS PER A INSCRIPCIONS FORMALITZADES ABANS DEL 30 D'ABRIL (\*)

	ACOLLIDA	MATÍ	MENJADOR	TARDA
1 setmana	11,40€	95,00€	45,00€	28,50€
2 setmanes	21,60€	180,00€	90,00€	54,00€
3 setmanes	30,60€	255,00€	135,00€	76,50€
4 setmanes	38,40€	320,00€	180,00€	96,00€
5 setmanes	45,00€	375,00€	225,00€	112,50€

Els germans inscrits tenen un 5% de descompte acumulable a tota la tarifa.

### INSCRIPCIÓ

Les inscripcions es formalitzaran a la web [www.poliesportiusafahorta.com](http://www.poliesportiusafahorta.com) o a la recepció del poliesportiu.

INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 4 D'ABRIL.

(\*) Consulteu a la web els preus a partir de l'1 de maig.

Mireu a la web el nostre Casal Infantil adreçat als nens i nenes de P3 a P5.



## PER A TOTS ELS GRUPS Multiesportiu, Futbol Sala i Dansa

ACTIVITATS ESTRELLA SEGONS L'EDAT:

- Taller setmanal de batucada amb la "Galleta Percussió".
- Taller de graffiti - art urbà a càrrec d'un artista especialitzat.
- Paddle surf indoor a la piscina.
- Festa de l'escuma.
- Acampada (Opcional)

### SORTIDES A PARTIR DE 3r.EP

Cada quinzena es realitzarà una sortida de tot el dia. Setmana de l'11-17 juliol - Sortida a la platja: volei platja, futbol platja, paddle surf, bodyboard... i moltes activitats i jocs al medi natural.

Setmana del 25 al 29 de juliol - Sortida a Illa Fantasia.

Poliesportiu SAFA HORTA  
C/Torrent del Carmel 1-11, 08032, Barcelona  
93.358.49.08 - 93.420.14.48

[www.poliesportiusafahorta.com](http://www.poliesportiusafahorta.com)



# CAMPUS SAFA

## Estiu 2022

DEL 27 DE JUNY AL 29 DE JULIOL  
DE 1R EP A 3R ESO

# CAMPUS MULTIESPORT

Casal multiesportiu adaptat a l'edat i nivell dels i de les participants. Es divertiran practicant diferents esports i desenvoluparan les seves habilitats físiques, a banda de socialitzar i adquirir uns hàbits de vida saludables.



# CAMPUS FUTBOL SALA

Campus de futbol sala, adaptat a l'edat i nivell dels i de les participants. A través del treball en equip milloraran i perfeccionaran les habilitats tècnico-tàctiques individuals, i es buscarà una evolució per assolir els objectius específics.

## ACTIVITATS

- Exercicis de tècnica individual i col·lectiva: control i conducció de pilota, passades, regats, xuts, habilitat i punteria.
- Exercicis de tàctica individual i col·lectiva: de cooperació i oposició, pressa de decisions, "rondos" dinàmics, anàlisi del joc, entre d'altres.
- Situacions reduïdes de joc: 1x1, 2x1 etc...
- Situacions reals de joc i competicions internes
- Altres modalitats: bubble football, freestyle i futvolei.
- Sessió setmanal de Padbol a "Padbol Barcelona FC Martinenc".
- Activitats de fitness a partir de 6é EP: calistenia, cardio box, spinning, obstacles, spartan.
- Jocs i activitats a la piscina.



## ACTIVITATS

- Esports individuals: bàdminton, tenis, ping pong, gimnàstica i atletisme.
- Esports col·lectius: handbol, hoquei, voleibol, bàsquet, beisbol, rugbi i criquet adaptat.
- Esports alternatius: korfbal, bitlles humanes, acrosport i ultimate.
- Jocs tradicionals: indiaca, pitxi, tiroteig, gimcanes, rodada.
- Bubble games.
- Sessió setmanal de Pilota mà al frontó "Bac de Roda"
- Activitats de fitness a partir de 6é EP: calistenia, cardio box, spinning, obstacles, spartan.
- Jocs i activitats a la piscina.

# ESCOLA DE DANSA

A l'Escola de Dansa, es promou un ambient de treball i complicitat que els/les ajuda a desenvolupar les seves habilitats físiques i socials i a adquirir uns hàbits de vida saludables.

L'objectiu principal és millorar el domini del cos i de l'expressió de sentiments i emocions amb la música com a eina facilitadora del procés d'aprenentatge i treballar altres activitats per desenvolupar la seva part més creativa.



## ACTIVITATS

- Coreografies i modalitats de dansa: hip hop, urban reggeaton, contemporani, clàssic, jazz.
- Activitats artístiques: teatre musical, expressió corporal, mim, improvisació.
- Exercicis no coreogràfics dissenyats per incrementar la mobilitat del cos i millorar la flexibilitat: practicant activitats com ioga, pilates...
- Tallers: vestuari, pintura, maquillatge, body paint..
- Sessions de vídeo i fotos de les seves creacions: coreografies setmanals, espai fotogràfic, tik toks...
- Sessió setmanal de Masterclass amb artistes convidats.... Moltes sorpreses!
- Jocs i activitats a la piscina.