

# CROSSFIT KIDS

PREPARANDO A NUESTROS HÉROES

**PRECIOS:**

**SOCIOS DE AMPA: 26€**

**NO SOCIOS: 31€**



# **CROSSFIT KIDS**

## **PREPARANDO A NUESTROS HÉROES**

**NUESTRO OBJETIVO ES CREAR UN VÍNCULO DIVERTIDO ENTRE LOS NIÑ@S Y EL EJERCICIO, SIN IMPORTAR SUS HABILIDADES PREVIAS O FORMA FÍSICA DE PARTIDA.**

**CÓMO LO HAREMOS? A TRAVÉS DE UNA METODOLOGÍA BASADA EN MOVIMIENTOS FUNCIONALES (CORRER, SALTAR, HACER SENTADILLAS, COGER Y LANZAR OBJETOS...), CON DINÁMICAS QUE VARÍAN CADA DÍA (CADA CLASE REPRESENTA UN RETO NUEVO Y MOTIVADOR) Y CON RUTINAS QUE OFRECEN A NUESTROS PEQUEÑOS ATLETAS UNA OPORTUNIDAD DE ESFUERZO A TRAVÉS DEL JUEGO. TODO ELLO, DENTRO DE UN ENTORNO SEGURO Y DONDE, ADEMÁS, REFORZARÁN EL INGLÉS DEBIDO A TODO EL VOCABULARIO E INSTRUCCIONES QUE SE TRABAJAN EN ESTA LENGUA. LO MAS IMPORTANTE, QUE LOS PEQUES DISFRUTEN LA ACTIVIDAD MIENTRAS APRENDEN LA IMPORTANCIA DE HACER EJERCICIO PARA UNA VIDA SALUDABLE.**