



# Plan Vacacional Deportivo



## VERANO MADRID 2022

Desde las instalaciones del IES CARDENAL CISNEROS este próximo lunes 27 de junio de 2022 arrancaremos con una fabulosa experiencia de verano dirigida a jóvenes y niños (as) que deseen divertirse jugando con el contacto de varias disciplinas deportivas.

Semana tras semanas hasta finales de este julio 2022, tendremos las pilas puestas para iniciar a tope las próximas vacaciones.

I.	SEMANA 1: 27/06/22 al 01/07/22
II.	SEMANA 2: 04/07/22 al 08/07/22
III.	SEMANA 3: 11/07/22 al 15/07/22
IV.	SEMANA 4: 18/07/22 al 22/07/22
V.	SEMANA 5: 25/07/22 al 29/07/22



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**





### **HORARIOS:**

Lunes a viernes desde las 09:00 a 14:00 Horas.

- Custodia gratuita de 8:30 h a 9 h y de 14:00 h a 14:30 h

### **DESCRIPCION:**

Los niños (as) y jóvenes estarán en actividades deportivas y recreativas con aprendizaje constante de las disciplinas del futbol 5, esgrima, baloncesto, voleibol, tenis de mesa y bádminton. Atendiendo un divertido programa de enseñanza diseñado por especialistas en deporte y recreación, donde no solo se pretende desarrollar los beneficios físicos de los alumnos sino además que nos enfocamos en el desarrollo cognitivo que nos permite el deporte en general.

Con una apasionada, además de dedicada atención de profesores y monitores expertos se les dará una experiencia deportiva diferente, divertida y bonita... a estos jóvenes en edad Escolar. En el servicio Incluimos: custodia gratuita de 8:30 h a 9 h y de 14:00 h a 14:30 h., Bebidas y Alimentos para uno de los periodos de descanso y Materiales Deportivos.

### **NORMATIVA:**

- Para procesar la preinscripción del alumno (a) al presente plan vacacional, se deberá rellenar el formulario descrito en <https://form.jotform.com/220811429626353>



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**





- Las Plazas son Limitadas y se ocuparan por riguroso orden de inscripción. Con lo cual se podrá reservar plaza para cada semana, con el pago del 35% del precio semanal a través del sito web: <https://esgrimasinfronteras.com/>
- El pago total se deberá realizar hasta 15 días antes de la fecha de la ejecución de la primera semana del plan vacacional.
- La dirección técnica se hará cargo de la distribución de los grupos en función de la edad y nivel para los diferentes deportes.
- Máximo de 10 niños (as) por monitor.
- El orden de las actividades varía según el grupo, tomando en cuenta que cada alumno (a) participante tendrá la oportunidad de experimentar diariamente con cada uno de los deportes.
- El Plan Vacacional Deportivo Madrid Verano 2022, está dirigido a TODOS los niños (as) en edades comprendidas entre 09 a 15 años indiferentemente sea o no alumno (a) del *IES CARDENAL CISNEROS* o socio del *Club de Esgrima Cardenal Cisneros*, es decir, va dirigido a la **Comunidad en General**.
- Los alumnos (as) del IES CARDENAL CISNEROS o socio del Club de Esgrima Cardenal Cisneros, gozaran de un tratamiento excepcional sobre el precio del valor semanal del plan, con un descuento del 20% sobre su valor.



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**





### PLAN DE ACTIVIDADES POR GRUPO:

09:00 - 09:45 Tenis de Mesa/Badminton

09:45 - 10:30 Voleibol/Baloncesto

10:30 - 11:00 Descanso y almuerzo

13:00 - 14:00 Partidos y torneos diarios. (Fin de Jornada)

11:00 - 12:00 Esgrima

12:00 - 12:45 Fútbol 5

12:45 - 13:00 Descanso

### DESCRIPCION DE ACTIVIDADES:

#### a. Tenis de Mesa y Badminton

- Enseñanza y perfeccionamiento de golpes.
- Ejercicios de situación de pista, táctica y estrategia.
- Juegos de partidos: individuales y dobles.

#### b. Voleibol/Baloncesto

- Mejora de la técnica individual, el bote, el pase, el tiro o remate y su aplicación en situaciones reales de juego.
- Trabajo en la toma de decisiones tácticas, la construcción de juego colectivo a través de conceptos defensivos y de ataque.
- Estimular el desarrollo psicomotriz mediante ejercicios de coordinación, equilibrio, velocidad, saltos, etc.
- Juegos y partidos.



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**





### c. Esgrima

- Iniciación y perfeccionamiento. Trabajo técnico y táctico.
- Clases colectivas. Clases cortas particulares. Desarrollo de habilidades y destrezas psicomotoras.
- Asaltos o combates.

### d. Fútbol 5

- Entrenamiento de la técnica individual y colectiva, el dribling, el pase, el tiro a portería y su aplicación en situaciones de juego.
- Trabajo en la toma de decisiones tácticas, la construcción de juego colectivo a través de conceptos defensivos y de ataque.
- Estimular el desarrollo psicomotriz mediante ejercicios de coordinación, equilibrio, velocidad, etc.
- Juegos y partidos.

### **INSTALACIONES:**

*IES Cardenal Cisneros*

El instituto está ubicado en la calle de los Reyes 4, Madrid C.P. 28015 con instalaciones reacondicionadas y funcionales para el desarrollo de las actividades programadas. Cuenta con gimnasio, patio, vestuario, aseos, sala de esgrima, cancha polideportiva a cielo abierto y demás zonas adaptadas a los juegos a efectuar durante el plan.



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**





### FECHAS Y PRECIOS:

El Valor General por semana es de **noventa (90 €) euros** (Impuestos incluidos)

SEMANA 1: 27/06/22 al 01/07/22

SEMANA 2: 04/07/22 al 08/07/22

SEMANA 3: 11/07/22 al 15/07/22

SEMANA 4: 18/07/22 al 22/07/22

SEMANA 5: 25/07/22 al 29/07/22

### INFORMACION ADICIONAL:

- Las plazas son limitadas y se adjudicarán por riguroso orden de inscripción.
- Para mayor información contactar por Whatsapp al +34 674 45 69 98 o escribenos a: [info@esgrimasinfronteras.com](mailto:info@esgrimasinfronteras.com)

*"El Plan Vacacional Deportivo sigue los protocolos COVID-19 establecidos en el Instituto, los grupos son muy reducidos, el uso de mascarilla es obligatorio y la desinfección de manos es constante".*



**JUNIO - JULIO de 2022 De 09:00 a 14:00**

