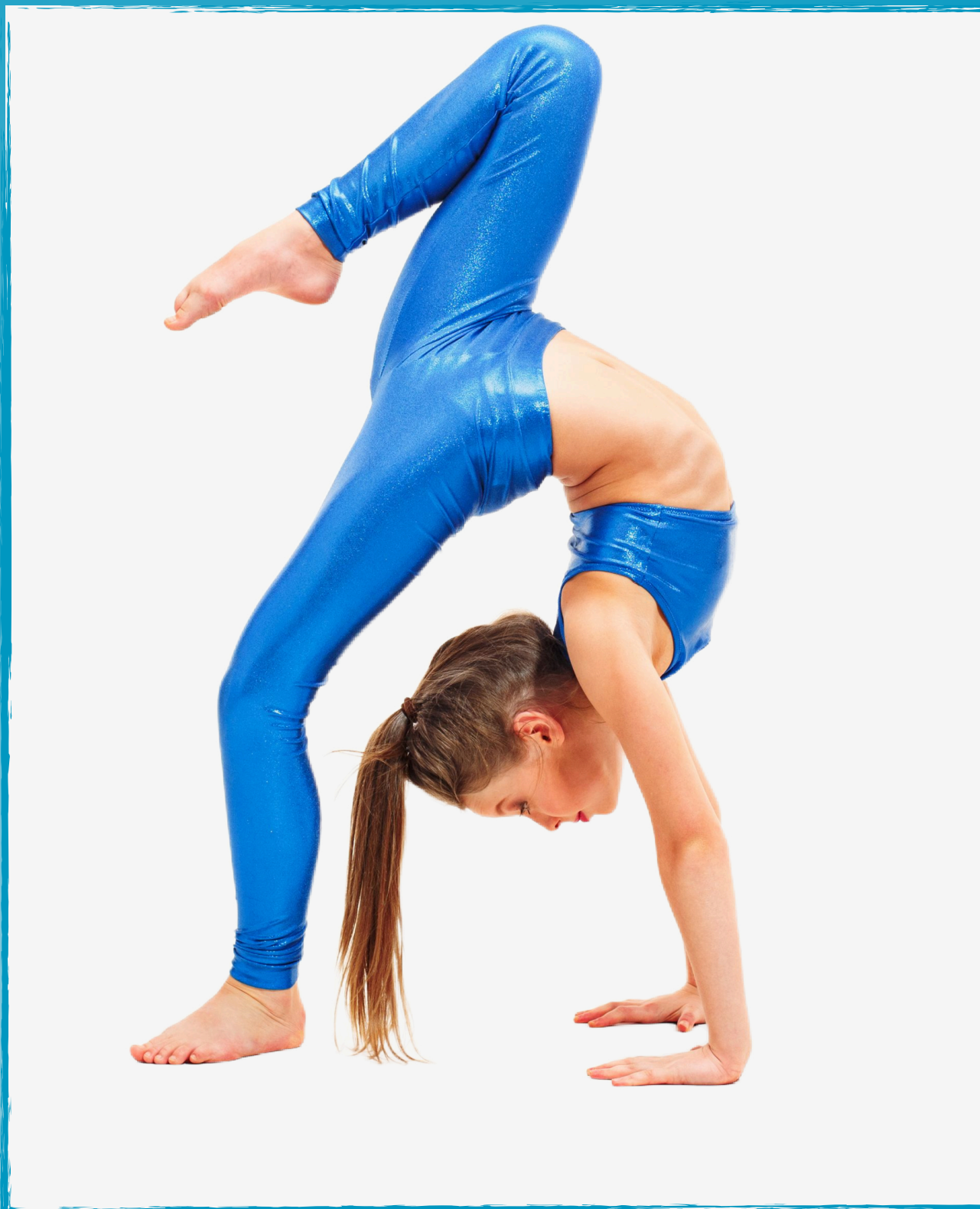


CAMPAMENTO DE VERANO 2026



ACADEMIA DE GIMNASIA ARTÍSTICA Y DESARROLLO TÉCNICO

Campamento de verano para niños y niñas de 5 a 14 años que combina gimnasia artística (suelo), ballet clásico aplicado y preparación física en un entorno profesional.

Un programa diseñado para mejorar la técnica, la coordinación y el control corporal mientras disfrutan de una experiencia deportiva completa durante el verano.

 17 Junio y julio 2026

 9:30 a 14:00 horas

 Madrid – Chamartín

INFORMACIÓN GENERAL

FECHAS Y HORARIO 2026

- 22 al 26 de junio
- 29 de junio al 3 de julio
- 6 al 10 de julio
- 13 al 17 de julio
- 20 al 24 de julio

9:30 a 14:00 horas (lunes a viernes)

PROGRAMA DIARIO

- 9:00 – 9:25 → Llegada y recogida del alumnado antes del inicio de la actividad.
- 9:30 – 10:30 → Preparación física (calentamiento, movilidad y flexibilidad activa)
- 10:30 – 11:30 → Gimnasia artística (suelo – técnica y progresión acrobática)
- 11:30 – 12:00 → Tentempié y pausa activa
- 12:00 – 13:00 → Ballet clásico aplicado a la gimnasia artística
- 13:00 – 13:30 → Actividades recreativas y dinámicas deportivas
- 13:30 – 14:00 → Vuelta a la calma, estiramientos y cierre de la sesión

PRECIOS

260 € por semana y alumno.

Descuentos por continuidad

3^a semana: 10% descuento

4^a semana: 12% descuento

5^a semana: 15% descuento

Desde el 1 de junio cada semana son 280 €.

DESARROLLO TÉCNICO

El trabajo se centra en la gimnasia artística acrobática en su modalidad de suelo, con progresión adaptada al nivel de cada alumno.

Se trabaja:

- Rodadas, puentes y verticales (iniciación)
- Ruedas y combinaciones básicas (nivel medio)
- Flic-flac, paloma (handspring) y progresiones avanzadas según nivel
- Iniciación a elementos de mayor dificultad en niveles avanzados
- Control corporal, fuerza y seguridad en la ejecución

BALLET CLÁSICO APLICADO A LA GIMNASIA ARTÍSTICA

El ballet clásico es una parte esencial en la formación de la gimnasia artística.

Los gimnastas profesionales incorporan el trabajo de ballet como complemento técnico fundamental para mejorar su rendimiento deportivo.

Se trabaja:

- Postura y alineación corporal
- Control y precisión del movimiento
- Equilibrio, coordinación y estabilidad
- Expresión artística en los ejercicios de suelo
- Calidad en saltos, giros y ejecuciones técnicas

OBJETIVO DEL CAMPAMENTO

Desarrollar la técnica, el control corporal y la progresión acrobática en un entorno profesional, seguro y adaptado a la edad del alumno.