

Sábados deportivos

Parque Deportivo Puerta de Hierro



Curso 2014-2015



**tiro con arco ·
boxeo ·bádminton ·
fútbol ·tenis ·
baloncesto ·
patinaje ·escalada ·
salvamento y
socorrismo ·
gimnasia ·esgrima ·
piragüismo ·
triatlón ·rugby ·
karate · balonmano ·
orientación ·
hockey ·pádel ·
judo ·voleibol ·
fútbol sala ·**



DEPORTE

Programa

Esta actividad, en la que se ponen a su disposición 120 plazas por periodo, está diseñada para niños de 6 a 16 años. Durante los sábados por la mañana, en horario de 10 h. a 14 h. podrán disfrutar de numerosos deportes y actividades físicas, junto con un programa formativo con aspectos relacionados con la educación física, e incluso visitar instalaciones deportivas singulares de la Comunidad de Madrid, acompañados por sus padres, donde podrán emular a sus deportistas preferidos.

Objetivos



- Facilitar la conciliación de la actividad deportiva, permitiendo realizar a todos los miembros de la familia su práctica deportiva habitual, en un mismo entorno.
- Proporcionar a los alumnos experiencias deportivas inolvidables, que faciliten la adquisición de hábitos de vida saludables y que condicionen de forma positiva su actitud hacia la actividad física y el deporte, en su etapa adulta.
- Promocionar y difundir las diversas modalidades deportivas y los aspectos básicos de cada una de ellas.

Contenidos

De la mano de técnicos de las federaciones deportivas madrileñas, sus hijos desarrollarán habilidades y destrezas de deportes ⁽¹⁾ como:

Karate	Tiro con Arco	Orientación
Tenis	Rugby	Voleibol
Esgrima	Bádminton	Triatlón
Pádel	Boxeo	Fútbol
Salvamento y Socorrismo	Hockey	Gimnasia
Baloncesto	Judo	Fútbol Sala
Patinaje	Piragüismo	Escalada
	Balonmano	

Además aprenderán los criterios básicos del entrenamiento deportivo y experimentarán diversas modalidades de actividades físicas dirigidas como el Pilates, Ciclo indoor...

⁽¹⁾ Según el criterio de edad de los participantes, ciertos deportes sólo serán desarrollados por algunos grupos (Consultar programa)



Conciliación deportiva



La práctica deportiva en familia representa un refuerzo positivo de las conductas saludables de sus hijos y una oportunidad para que usted realice actividad física. Por ello, durante el programa de **Sábados deportivos**, usted podrá acceder gratuitamente al Centro Especial de Entrenamiento del PD Puerta de Hierro y además, podrá beneficiarse de descuentos especiales en algunos de los cursos deportivos ofertados en la instalación⁽²⁾.

⁽²⁾ Consultar condiciones.

PRIMER PERIODO

Octubre: 4, 11, 18 y 25 / **Noviembre:** 8, 15, 22 y 29 / **Diciembre:** 6, 13 y 20

Deportes

Karate, baloncesto, tenis, escalada y patinaje.

Programa Educativo

Charla sobre alimentación y hábitos de vida saludables.

Visitas y Actividades

Centro de Golf "El Encín" y Naturalcalá

SEGUNDO PERIODO

Enero: 10, 17, 24 y 31 / **Febrero:** 7, 14, 21 y 28 / **Marzo:** 7, 14, 21 y 28

Deportes

Rugby, fútbol, hockey, bádminton, fútbol sala, boxeo y balonmano.

Programa Educativo

Charla sobre *Fair Play*.

Visitas y Actividades

Por confirmar

TERCER PERIODO

Abril: 11, 18 y 25 / **Mayo:** 9, 16, 23 y 30 / **Junio:** 6, 13, 20 y 27

Deportes

Esgrima, piragüismo, salvamento y socorrismo, orientación, triatlón, pádel, tiro con arco, voleibol, gimnasia y judo

Programa Educativo

Charla sobre el movimiento olímpico

Visitas y Actividades

Por confirmar

¡Deporte en familia!!

Inscripciones

A partir del 14 de julio.

Entrega de solicitudes en las oficinas del P.D. Puerta de Hierro.

Segundo periodo: A partir del 22 de diciembre.

Tercer periodo: A partir del 30 de marzo.

Precio

124€ por periodo.

La distribución de los contenidos y programación de cada periodo podrá ser modificada por causas organizativas.

Renovaciones

Las renovaciones son automáticas.

En caso de no desear renovar su plaza, se deberá notificar al menos con diez días de antelación a la finalización de cada periodo.

Parque Deportivo Puerta de Hierro

Autovía A6 km 7

28035 Madrid

Teléfono: 91 376 86 80

Fax: 91 373 79 99

www.madrid.org/imder

pd.puertadehierro@madrid.org

Horario de oficina:

Lunes a viernes:

de 9 h a 14 h y de 16 h a 20 h

Sábados, domingos y festivos:

de 9 h a 14 h



Líneas 83, 133

Con la colaboración de las federaciones deportivas madrileñas de:

Baloncesto, Esgrima, Karate, Orientación, Patinaje, Piragüismo, Rugby, Salvamento y Socorrismo, Fútbol Sala, Tenis, Pádel, Tiro con arco, Bádminton, Boxeo, Fútbol, Judo, Voleibol, Gimnasia, Montaña, Hockey, Balonmano y Triatlón



Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y Ciencias de la Actividad Física de la Comunidad de Madrid



CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, JUVENTUD Y DEPORTE
Comunidad de Madrid

Esta versión digital forma parte de la Biblioteca Virtual de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma

www.madrid.org/edupubli
edupubli@madrid.org



www.madrid.org

