



Taller de Street Workout.



Destinatarios: jóvenes de 12 a 35 años.

Inscripciones: desde el 28 de marzo (a las 17h.) hasta completar plazas.

Fechas: los sábados del 22 de abril al 17 de junio de 17h. a 18:30h.

Grupo de Capoeira.



Destinatarios: jóvenes de 12 a 35 años.

Inscripciones: desde el 28 de marzo (a las 17h.) hasta completar plazas.

Fechas: martes y jueves de 18:30h. a 20h. del 18 de abril al 16 de mayo en la Casa de la Juventud, y del 18 de mayo al 22 de junio en el C.P María Moliner.

Síguenos en:



608039682



+info e inscripciones Casa de la Juventud.

C/ Planeta Venus, 5. Tranvía: Venus Sur.

Tel.: 91 202 47 35 - juventud@ayuntamientoparla.es - www.ayuntamientoparla.es
casadelajuventudaytoparla.blogspot.com

Taller de Street Workout.

El street workout es un movimiento juvenil que consiste en practicar gimnasia al aire libre en grupo. Esta actividad se desarrolla bajo los principios de vida sana, diversión, integración y solidaridad.

Objetivos:

Motivar a la juventud hacia la práctica de la actividad física para mejorar su condición física y mental así como facilitar la socialización y la mejora de las relaciones entre los participantes mediante el trabajo en equipo.

Desarrollo de la sesión:

- Calentamiento y estiramientos.
- Ejercicios analíticos para el desarrollo de las técnicas, la fuerza y la resistencia.
- Ejercicios gimnásticos y acrobacias sobre las barras.
- Vuelta a la calma. Estiramientos.

Las sesiones serán sobre todo prácticas aunque en momentos puntuales se desarrollarán partes teóricas y charlas en el aula. Los inscritos en la actividad de street workout en el programación de verano 2016 que deseen continuar en el taller, tendrán que volver a realizar inscripción.

Destinatarios: jóvenes de 12 a 35 años.

Inscripciones: desde el 28 de marzo (a las 17h.) hasta completar plazas.

Fechas: los sábados del 22 de abril al 17 de junio (excepto el 29 de abril por ser festivo) de 17h. a 18:30h.

Nº de horas: 12.

Nº plazas: 30.

Grupo de Capoeira.

La Capoeira es una manifestación cultural que mezcla diferentes expresiones artísticas como la danza, el canto, la música, la expresión corporal, la acrobacia y la lucha. Por otra parte, trabaja la condición física, principalmente la parte aeróbica. La finalidad del taller es acercar a los jóvenes a la práctica de la capoeira.

Actividades principales:

- El entrenamiento de la capoeira tendrá una duración de hora y media, la primera hora será de entrenamiento físico (aprendizaje de técnicas básicas) y la última media hora será dedicada a la práctica con instrumentos musicales utilizados en la capoeira. Los entrenamientos se complementarán con reuniones grupales y acompañamientos individuales encaminados a facilitar la socialización del participante.
- Exhibiciones y encuentros: como parte del taller se propondrán actividades para mostrar el resultado alcanzado durante el entrenamiento.
- Construcción de instrumentos musicales.

Los inscritos en la actividad en la programación de verano 2016 que deseen continuar, no tendrán que volver a realizar inscripción, únicamente comunicarlo en la Casa de la Juventud.

Destinatarios: jóvenes de 12 a 35 años.

Inscripciones: desde el 28 de marzo (a las 17h.) hasta completar plazas.

Fechas: martes y jueves de 18:30h. a 20h. del 18 de abril al 16 de mayo en la Casa de la Juventud, y del 18 de mayo al 22 de junio en el C.P María Moliner.

Nº de plazas: hasta completar aforo.

Normas de inscripción y asistencia para los cursos de la programación de primavera:

- Las inscripciones se realizarán de manera presencial en la Casa de la Juventud, por orden de llegada.
- Cada persona solo podrá rellenar una inscripción, podrá inscribirse a sí mismo u a otra persona, pero solo una inscripción por persona.
- Cada persona podrá inscribirse a un máximo de dos acciones formativas por cada programación, salvo excepciones (preguntar en la Casa de la Juventud).
- Para que la inscripción tenga validez es necesario tener el carné de la Casa de la Juventud o en su defecto hacérselo antes del comienzo de la actividad. Para evitar largas esperas, recomendamos hacerse el carné antes del primer día de la inscripción.
- Tendrán prioridad las personas residentes en Parla y pertenecientes al rango de edad establecido en los folletos. No obstante se abrirán tres listas de reserva por orden de prioridad: 1º los jóvenes que atendiendo a los criterios anteriormente citados queden fuera por sobrepasar el número de plazas, 2º las personas residentes en el municipio con edades superiores a las establecidas (en cuyo caso el orden se establecerá por proximidad al rango de edad establecida, no por orden de llegada), 3º personas que residen fuera del municipio (en este caso, tendrán prioridad los jóvenes cuyas edades estén dentro del rango marcado).
- Las personas que vayan a realizar la inscripción y permanezcan guardando turno en horas previas a la realización de la misma serán los responsables de su organización, en ningún caso será responsabilidad de la Concejalía de Juventud.
- Las bajas serán cubiertas por el listado de reserva, siempre y cuando aún no se hayan impartido el 20% de las horas del curso (salvo aquellos en los que la inscripción permanezca abierta a lo largo de todo el curso o taller).
- En caso de que una vez comenzado el taller haya alguna baja sin comunicación a la Concejalía de Juventud o los participantes incumplan el horario establecido, se valorará la posibilidad de que esa persona no se pueda inscribir en las acciones formativas de la próxima programación estacional.
- Certificados: todos los participantes recibirán al finalizar el curso o taller un certificado avalando la formación recibida. Para poder obtener dicho certificado es imprescindible asistir como mínimo al 80% de las horas y cumplir con el horario establecido.

Casa de la Juventud.

C/ Planeta Venus, 5. Tranvía: Venus Sur. Tel.: 91 202 47 35 - juventud@ayuntamientoparla.es

www.ayuntamientoparla.es

casadelajuventudaytoparla.blogspot.com