

CAMPUS DE GIMNASTICA RÍTMICA

CLUB GIMNÀSTICA RÍTMICA I ESTÈTICA S.C.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Jocs de presentació</i>	<i>Jocs i circuits</i>	<i>Joc i exercicis d'estacions</i>	<i>Jocs d'activació</i>	<i>Relleus</i>
Petits sals	Saltem a corda	Grans salts	Saltem a corda	ècnica de pilota / aro
ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
<i>Tècnica de corda</i>	<i>Tècnica de pilota / aro</i>	<i>Flexibilitat</i>	<i>Tècnica de cinta</i>	<i>Escalfament dirigit</i>
Acrobàcies	Acrobàcies	Acrobàcies	Avui ballem	Formació d'escacs
<i>Ball</i>	<i>Ball</i>	<i>Ball</i>	<i>Ball</i>	<i>El gran ball!</i>