

Programación de Gimnasia

Junio-Agosto de 2021



THORNTON
PARKS, RECREATION & COMMUNITY PROGRAMS



thorntonparks.com • 303-538-PARK (7275)

INFORMACIÓN SOBRE INSCRIPCIONES DE GIMNASIA

SUSAN LUDWIG, ESPECIALISTA EN RECREACIÓN

susan.ludwig@ThorntonCO.gov • 720-977-5935

PRIMERA SESIÓN DE VERANO - FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Residentes de Thornton | Lunes 17 de mayo, 7 a.m.

No residentes | Martes 18 de mayo, 7 a.m.

Sesión de cinco semanas del 1 de junio al 3 de julio

SEGUNDA SESIÓN DE VERANO - FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Residentes de Thornton | Lunes 28 de junio, 7 a.m.

No residentes | Martes 29 de junio, 7 a.m.

Sesión de siete semanas del 12 de julio al 28 de agosto

■ PEQUEÑOS EXPLORADORES | EDADES 2-3½

Esta clase prepara a su hijo/a para que asista a una clase de gimnasia por si solo/a. Se REQUIERE que los padres participen. La clase consta de 40 minutos de actividad estructurada y cinco minutos para explorar libremente. El baile, el canto y el movimiento musical se incorporan al plan de estudios. POR FAVOR HAGA ARREGLOS POR SEPARADO PARA BEBÉS Y OTROS NIÑOS. Solo un adulto por niño, por favor.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$28.75R/\$35NR (5-semanas); \$40.25R/\$49NR (7-semanas)

517105-A	Lu	9-9:45 a.m.	CRC
517105-C	Mi	9-9:45 a.m.	CRC
517105-F	Vi	9-9:45 a.m.	CRC
517105-Q	Vi	5-5:45 p.m.	CRC
517105-G	Sá	8:45-9:30 a.m.	CRC

■ TUMBLETOT 1 | EDADES 3-4½ (según la edad, no la capacidad)

Esta clase es de 45 minutos de actividad estructurada que incorpora habilidades cognitivas mediante el uso de colores, letras y conteo. Los niños aprenderán a seguir instrucciones, un circuito y practicarán el esperar su turno sin su padre/madre a su lado. Estas habilidades se adquirirán al hacer los conceptos básicos de gimnasia.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$31.25R/\$37.50NR (5-semanas); \$43.75R/\$52.50NR (7-semanas)

517110-A	Lu	10-10:45 a.m.	CRC
517110-B	Ma	10-10:45 a.m.	CRC
517110-L	Ma	4-4:45 p.m.	CRC
517110-C	Mi	10-10:45 a.m.	CRC
517110-D	Ju	10-10:45 a.m.	CRC
517110-P	Ju	4-4:45 p.m.	CRC
517110-F	Vi	10-10:45 a.m.	CRC
517110-G	Sá	9:45-10:30 a.m.	CRC

■ TUMBLETOT 2 | EDADES 4-5½ (según la edad, no la capacidad)

Aprenda nuevas habilidades y domine las antiguas. Las combinaciones y la secuenciación de habilidades harán que la clase sea más desafiante. Esta clase consta de 50 minutos de actividad estructurada que incluye cuestionarios sobre los nombres de las habilidades y posiciones de gimnasia.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$31.25R/\$37.50NR (5-semanas); \$43.75R/\$52.50NR (7-semanas)

517120-A	Lu	11-11:50 a.m.	CRC
517120-B	Ma	11-11:50 a.m.	CRC
517120-L	Ma	4-4:50 p.m.	CRC
517120-C	Mi	11-11:50 a.m.	CRC
517120-D	Ju	11-11:50 a.m.	CRC
517120-P	Ju	4-4:50 p.m.	CRC
517120-F	Vi	11-11:50 a.m.	CRC
517120-G	Sá	10:40-11:30 a.m.	CRC

■ PRE-PRINCIPIANTES | EDADES 5-6½ (según la edad, no la capacidad, no tiene pre-requisitos)

Esta clase de 50 minutos preparará a su joven gimnasta para una clase de nivel 1 para principiantes. Los circuitos serán similares a los utilizados en Tumbletots; sin embargo, un cambio en el tamaño y la altura de la colchoneta hará que la progresión de las habilidades sea más desafiante.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$36.25R/\$43.75NR (5-semanas); \$50.75R/\$61.25NR (7-semanas)

517125-K	Lu	4-4:50 p.m.	CRC
517125-M	Mi	4-4:50 p.m.	CRC
517125-F	Vi	11-11:50 a.m.	CRC
517125-G	Sá	11:40 a.m.-12:30 p.m.	CRC

■ NIÑAS NIVEL 1 | EDADES 6+

En esta clase de nivel para principiantes, las gimnastas aprenderán habilidades en los cuatro eventos olímpicos: salto, barras, viga y gimnasia a manos libres. Se espera que las estudiantes aprendan los nombres de las habilidades que practican y se evaluará su capacidad para realizarlas. Puede que sean necesarias varias sesiones en este nivel para cumplir con los requisitos del Nivel 2.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$36.25R/\$43.78NR (5-semanas); \$50.75R/\$61.25NR (7-semanas)

517130-G	Sá	12:45-1:45 p.m.	CRC
----------	----	-----------------	-----

DOS VECES POR SEMANA | Tarifas: \$72.50R/\$87.50NR (5-semanas); \$101.50R/\$122.50NR (7-semanas)

517130-H	Lu/Mi	4:30-5:30 p.m.	CRC
517130-J	Ma/Ju	4:30-5:30 p.m.	CRC

■ NIÑAS NIVEL 2

Esta clase es para gimnastas que han pasado el Nivel 1 al dominar los conceptos básicos de la gimnasia. El plan de estudios se centra en el desarrollo de la fuerza para ayudar a la gimnasta a realizar habilidades más desafiantes. Las gimnastas serán evaluadas y DEBEN realizar el tirón en las barras para avanzar al Nivel 3. Se necesitarán varias sesiones en este nivel para desarrollar la fuerza y consistencia de habilidades para el Nivel 3.

UNA VEZ POR SEMANA | Tarifas: \$36.25R/\$43.78NR (5-semanas); \$50.75R/\$61.25NR (7-semanas)

517140-G	Sá	1:45-2:45 p.m.	CRC
----------	----	----------------	-----

DOS VECES POR SEMANA | Tarifas: \$72.50R/\$87.50NR (5-semanas); \$101.50R/\$122.50NR (7-semanas)

517140-H	Lu/Mi	5-6 p.m.	CRC
517140-J	Ma/Ju	5-6 p.m.	CRC

■ NIÑAS NIVEL 3

Esta clase tiene una duración de 1½ horas y **se REQUIERE que las gimnastas usen un leotardo**. El desarrollo continuo de la fuerza y la flexibilidad es clave para realizar correctamente las habilidades en este nivel. Se necesitan varias sesiones **consecutivas** en el Nivel 3 para cumplir con los requisitos para avanzar al Pre-Equipo de Niñas.

DOS VECES POR SEMANA | Tarifas: \$95R/\$115NR (5-semanas); \$133R/\$161NR (7-semanas)

517150-H	Lu/Mi	5:30-7 p.m.	CRC
517150-J	Ma/Ju	5:30-7 p.m.	CRC

■ PRE-EQUIPO DE NIÑAS

Esta clase de 1½ hora se concentra en las habilidades y combinaciones necesarias para competir con el equipo CARA. Las gimnastas pueden comenzar a aprender rutinas básicas y, por lo general, necesitan un año completo en este nivel para prepararse para el equipo. **Se REQUIERE que las gimnastas usen un leotardo en este nivel.**

DOS VECES POR SEMANA | Tarifas: \$95R/\$115NR (5-semanas); \$133R/\$161NR (7-semanas)

517160-H	Lu/Mi	6-7:30 p.m.	CRC
----------	-------	-------------	-----

■ NIÑOS NIVEL 1 | EDADES 6+

Los niños aprenderán habilidades en los seis eventos olímpicos: salto, barra alta, caballo con arzones, barras paralelas, anillos y gimnasia a manos libres. Se espera que los estudiantes aprendan los nombres de las habilidades que practican y se evaluará su capacidad para realizarlas. Puede que sean necesarias varias sesiones en este nivel para cumplir con los requisitos para avanzar.

DOS VECES POR SEMANA | Tarifas: \$72.50R/\$87.50NR (5-semanas); \$101.50R/\$122.50NR (7-semanas)

517135-J	Ma/Ju	5:15-6:15 p.m.	CRC
----------	-------	----------------	-----

■ GIMNASIA EN EQUIPO

Comuníquese con la Especialista en Gimnasia, Susan Ludwig, susan.ludwig@ThorntonCO.gov or 720-977-5935.

■ LECCIONES PRIVADAS

Las lecciones privadas de gimnasia están disponibles en el Centro Recreativo Carpenter y están diseñadas para abordar las necesidades específicas de la gimnasta. El día y el horario de las lecciones privadas se arreglan entre la gimnasta y el instructor. Se necesitan un mínimo de dos semanas para programar su primera lección privada. Los participantes de todas las edades y habilidades son bienvenidos. Consulte con un instructor para determinar qué paquete comprar a continuación.

LECCIONES PRIVADAS REGULARES (sesiones de 30 minutos)

Tarifas: \$20R/\$23NR por una sesión

Tarifas: \$54R/\$65NR por tres sesiones

TEAM PRIVATE LESSONS (60-minute sessions)

Tarifas: \$40R/\$48NR por una sesión

Tarifas: \$108R/\$130NR por tres sesiones



THORNTON
PARKS, RECREATION & COMMUNITY PROGRAMS

