



TALLER DE ZUMBA KIDS

Organizado por la Concejalía de Juventud del Excmo. Ayuntamiento de Yecla.

Horario: Jueves de 17:30 a 18:30 h. Desde el 11 de febrero al 16 de junio de 2016.

Destinatarios: Niños y niñas de 11 a 14 años cumplidos.

Profesorado: María Soriano Azorín. Instructora Oficial de Zumba Kids.

Nº de plazas: 20

Precio: 15 €

DESCRIPCIÓN

Es una actividad física que mejora la condición física combinando la música con movimientos rítmicos destinados al desarrollo de las capacidades coordinativas y rítmicas. Es una actividad muy divertida en la que los niños aprenden diferentes tipos de bailes junto a sus amigos. Aprenderán movimientos, ejercicios y técnicas coreográficas. Es un movimiento o disciplina fitness de origen colombiano, enfocado por una parte a mantener un cuerpo saludable y por otra a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de bailes combinados con una serie de rutinas aeróbicas. La zumba utiliza ritmos latinoamericanos como la salsa, el merengue, la cumbia, el reggaetón y la samba.

OBJETIVOS:

- Promover en los niños un estilo de vida saludable.
- Desarrollar al socialización.
- Mejorar y potenciar la confianza y coordinación de su cuerpo.
- Favorecer su autoestima.
- Fomentar el equilibrio y la conciencia espacial.
- Trabajar y mejorar la resistencia y capacidad aeróbica.
- Iniciar y perfeccionar el control de pasos básico del zumba, además de adquirir conocimientos sobre los bailes (la salsa, el merengue, la cumbia, reggetón, etc.).
- Asentar el concepto del ritmo.
- Crear una coreografía.