



# JUDO

Actividad que se viene practicando en el colegio desde hace más de 30 años y con gran aceptación y éxito deportivo, con una escuela que ha formado más de 50 cinturones negros, algunos de los cuales continúan como entrenadores y profesores de Judo en el colegio.



El Judo es un eficaz **complemento a la actividad y formación física** del niño pues su estructura, sus movimientos y su práctica contribuyen en gran manera al desarrollo físico del niño, destacando la coordinación y agilidad de movimientos básicos en la formación de las habilidades físicas básicas infantiles en el niño.

Además como deporte individual, contribuye al fortalecimiento de la personalidad, la seguridad y la confianza en sí mismo, favoreciendo las relaciones de amistad y compañerismo.



Ofrece al niño la posibilidad de practicar un deporte atrayente, diferente y divertido.

A los padres, la seguridad que sus hijos están practicando un **deporte formativo**, que cultiva los principios propios del Judo: *honestidad, cortesía, control de sí mismo, sinceridad, modestia, honor y respeto*, todo ello de la mano de un profesorado titulado y altamente cualificado, con más de 20 años de experiencia

**Los horarios** de la actividad se pueden realizar bien al mediodía, o por la tarde, con la **posibilidad de intercambiar horario de mañana y tarde.**

**Ed. Infantil :** 4 y 5 años : *Viernes de 5 a 6 h .*



**Primaria :** *Lunes, Miércoles o Jueves de 5. a 6 h a elegir dos días según conveniencia..*

*Para los que se quedan a comer en el colegio: Martes y Jueves de 13 a 14h. (Comedor a las 14h.)*

**ESO:** *Martes y Jueves de 7 a 8'15 h .*

**Grupo de adultos:** *Martes y Jueves de 7 - 8,30 h.*



El judogui o traje de Judo pueden adquirirlo (15 a 25 €. st) en la misma sala de Judo los primeros días de la actividad. Los niños de primaria disponen de ropero para dejar el traje de Judo en el Colegio y llevarlo sólo a casa cuando sea necesaria su limpieza.

**Profesores:** Félix Asín Castillo C.Negro 6º Dan E. Nacional.  
Antonio Cantalapedra Cesteros C.Negro 5º Dan E. Nacional .  
Oscar García Díez C.Negro 5º Dan E. Nacional

**Precio de la Actividad:**

**Ed. Infantil:** 4 cuotas de 35 € (1 día semanal)

**Primaria:** 5 cuotas de 55 € (2 días por semana)

**ESO, Bachillerato, adultos:** 5 cuotas de 58 € (2 días por semana)

*Descuento para el 2º hermano del 20 % , 3er hermano 50%.*

***Los alumnos nuevos tienen un periodo de prueba de un mes sin compromiso.***

**COMIENZO DE LAS CLASES PARA PRIMARIA:  
EL 16 DE SEPTIEMBRE DE 13 A 14 H. Y ESO de 19 a 20 h**

***Ed. Infantil el día 30 de Septiembre a las 17h en la sala de Judo.***

***Hasta el comienzo del curso escolar por la tarde, las clases SÓLO se impartirán los martes y jueves de 13 a 14 h.***

***Coordinador actividades Judo: Félix Asín Castillo  
Consultas y dudas en: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es)***

**OFERTA ESPECIAL  
PROMOCION JUDO  
FEMENINO PARA ESO  
Y BACH:**

**50 % CUOTA**

(SOLO NUEVAS INSCRIPCIONES)

# HOJA DE INSCRIPCIÓN JUDO

Grupo: Días y hora.....

Apellidos y nombre del alumno/a

.....

Curso .....Letra .....Etapa .....Fecha de nacimiento.....

Domicilio.....

Localidad ..... Código Postal .....

Teléfonos de contacto...../.....

Correo electrónico (Importante) .....

Apellidos y nombre del padre/madre/tutor (titular de la cuenta) (1)

.....NIF:.....

Entidad bancaria.....por la que autorizo a la presentación de recibos bancarios, a la Asociación Deportiva Jufe responsable de la actividad.

*Número de cuenta (20 dígitos)*

Entidad

Agencia

DC.

Núm. Cuenta.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

Firma del padre, madre o tutor (titular de la cuenta).

\*Para más información en [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es)

Los datos de este formulario están recogidos en un fichero de datos automatizado del que es responsable la A.D. Jufe que cumple los requisitos establecidos por la Agencia Oficial de Protección de Datos de acuerdo a la ley orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal. Los datos se utilizarán exclusivamente para la gestión de cobro y/o envío de información sobre las actividades y en ningún caso pueden ser cedidos a terceros. Puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en cualquier momento, por escrito o mediante e-mail a: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es).  
Asociación Deportiva Jufe. Nif: G50562255 C/ Paseo Lagos del Alba 19. 50011 Zaragoza

# GIMNASIA RÍTMICA



Esta actividad de gran belleza y plasticidad, está indicada especialmente para las niñas en edades tempranas, ya que desarrolla el ritmo y la expresión la agilidad, coordinación y armonía.

A través del juego y de ejercicios específicos de la actividad, las niñas practican movimientos y figuras, que realzan su feminidad y su armonía corporal, realizando una actividad gimnástica que les será de gran ayuda y complemento en su formación física.

## **Horarios:**

**Infantil:** Los lunes y miércoles de 5 a 6 h. de la tarde. (4 y 5 años) (Sala de psicomotricidad, infantil)

**Primaria :** 1º, 2º curso los martes y jueves de 5 a 6 h. de la tarde. (Sala de psicomotricidad, primaria)

**Primaria :** 3º, 4º, 5º ,6º los lunes y miércoles (pabellón deportivo) de 5 a 6 h. de la tarde.

**Posibilidad de crear un grupo al mediodía de 1 a 2 h.** En el caso de haber un número mínimo de 10 alumnas que lo soliciten indicándolo en la hoja de inscripción. Este grupo tendría turno de comedor a las 14 h.

**Comienzo de la actividad:** El día 15 y 16 de Septiembre. Presentarse en el patio del colegio en la entrada de Primaria a la hora indicada.

\* Infantil comenzará el lunes 5 de Octubre.

## **Precio de la Actividad:**

Primaria : 5 cuotas de 55 €.

Infantil : 4 cuotas de 68 €.

(Mismo importe desde hace cuatro años)

**Descuento para la 2ª hermana del 20 % , 3er hermana 50%.**

**Los grupos están supeditados a un número mínimo de 10 alumnas.**

**Profesoras:** M<sup>a</sup>. Ángeles Muñoz Sancho Entrenadora Nivel II, Davinia Suñé Andiano Nivel I

**Coordinador actividades Gimnasia: Félix Asín Castillo**

**Consultas y dudas en: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es)**

# GIMNASIA ARTÍSTICA DEPORTIVA

Nueva actividad increíblemente atractiva para las niñas más ágiles: Pinos, volteretas, rondadas, equilibrios... y mucho más en la actividad reina del deporte olímpico.

En su fase de iniciación, la gimnasia artística busca proporcionar a las niñas habilidades especiales de coordinación y eficiencia en el ejercicio, control del equilibrio y del movimiento, dotando a las gimnastas de destrezas físicas excelentes, no solo como ejercicio específico de la gimnasia si no como base natural de la habilidad física.



**Dirigido a niñas de 1º a 4º de Primaria.**

**Profesora:** Ana Asín Bernad.  
(Entrenadora G.Artística Nivel I, Diplomada en Ed. Física).

**Horario:**  
Martes y Jueves de 5 a 6 h. (Gimnasio del colegio) o Martes y Jueves de 13 a 14 h.  
(Turno comedor a las 14 h.)

**Comienzo de la actividad:**  
Día 4 de Octubre, jueves en la puerta de entrada del pabellón de primaria.  
La actividad está supeditada a un número mínimo de 10 niñas.

**Precio de la Actividad:** Primaria : 4 cuotas de 65 €.

*Coordinador actividades Gimnasia: Félix Asín Castillo  
Consultas y dudas en: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es)*

# BAILE MODERNO / AEROBIC

Actividades de gran atractivo, muy dinámicas que combinan ritmo y movimiento, baile y creatividad, muy indicado para las chicas que quieren desarrollar sus capacidades artísticas, y para aquellas que quieren practicar ejercicio físico y divertirse a la vez.

## \*Baile Moderno:

*FUNKY, HIP-HOP, COREOGRAFÍAS.....*

*Dirigido a niñas de 4º de primaria en adelante (~ 10 años), muy indicado como alternativa al deporte tradicional como forma divertida y diferente de realizar actividad física.*

Horario: Martes y Jueves de 5 a 6 h.

Importe curso: 4 cuotas de 65 €.

Comienzo del Curso: Día 1 de Octubre.

Lugar: Gimnasio Colegio



## \*Aeróbic- competición:

Indicado desde 11 años (6º de Primaria) en adelante.

Horario: Viernes de 6 a 8 h.

Importe curso: 4 cuotas 60 €. Comienzo del Curso: Día 7 de Octubre.

Lugar: Sala Judo Colegio



Coordinador actividades: Félix Asín Castillo.

Consultas y dudas en: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es)

# HOJA DE INSCRIPCIÓN

Actividades de: GIMNASIA RÍTMICA, GIMNASIA ARTÍSTICA,  
BAILE Y AEROBIC

**Actividad**.....

Grupo: Días y hora.....

Apellidos y nombre del alumno/a

.....

Curso .....Letra .....Etapa .....Fecha de nacimiento.....

Domicilio.....

Localidad ..... Código Postal .....

Teléfonos de contacto...../.....

Correo electrónico (Importante) .....

Apellidos y nombre del padre/madre/tutor (titular de la cuenta) (1)

.....NIF:.....

Entidad bancaria.....por la que autorizo a la presentación de  
recibos bancarios, a la Asociación Deportiva Jufe responsable de la actividad.

*Número de cuenta (20 dígitos)*

Entidad

Agencia

DC.

Núm. Cuenta.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Firma del padre, madre o tutor (titular de la cuenta).

Los datos de este formulario están recogidos en un fichero de datos automatizado del que es responsable la A.D. Jufe que cumple los requisitos establecidos por la Agencia Oficial de Protección de Datos de acuerdo a la ley orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal. Los datos se utilizarán exclusivamente para la gestión de cobro y/o envío de información sobre las actividades y en ningún caso pueden ser cedidos a terceros. Puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en cualquier momento, por escrito o mediante e-mail a: [jufe@adjufe.es](mailto:jufe@adjufe.es).  
Asociación Deportiva Jufe. Nif: G50562255 C/ Paseo Lagos del Alba 19. 50011 Zaragoza