

Barcelona, 15-12-2023

Benvolguts pares/mares/tutors,

Us comuniquem la realització de la següent activitat escolar fora de l'aula, integrada en el currículum de l'alumnat de 4t d'ESO.

Sortida: “De marxa fent esport”.

Nivell educatiu: 4t d'ESO.

Lloc: CEM Olímpics. Passeig de la Vall d'Hebron 166. Telèfon: **93.428.39.52**

Dia: Grup A → divendres 2 de febrer de 2024

Grup B → divendres 9 de febrer de 2024

Hora i lloc de sortida: ens trobarem a les 8:45 hores a la porta del poliesportiu per passar llista.

Hora i lloc de tornada: L'activitat acaba a les 13:30 hores i els alumnes tornaran sols cap a casa.

Preu: l'activitat és gratuïta i forma part del PAE (Programa d'Activitats Educatives) de l'Ajuntament de Barcelona.

Material necessari: targeta de metro amb dos viatges com a mínim, roba i calçat esportiu, bidonet d'aigua ple, tovallola de mida petita per les activitats i esmorzar.

MOLT IMPORTANT!!! → S'aconsella haver menjat quelcom abans de sortir de casa.

Objectiu a desenvolupar:

Promoció de l'esport en horari extraescolar i coneixement de noves activitats: spinning, body pump, body combat, zumba i estiraments, en blocs de 30-45minuts, encara pendents de determinar en quan a ordre d'execució.

9h a 9.15h	Benvinguda
9:15h	Activitat 1: Bodycombat (frontó llarg)
10h	Activitat 2: cycling
10.45	Esmorzar
11.30h	Activitat 3: Condicionament Total del Cos (sala 1)
12:15	Activitat 4: Pilates (sala1)
13:00h	Valoració activitat i qüestionari

Abans de l'activitat heu de fer un cop d'ull al material de suport enviat al vostre correu electrònic

L'autorització signada cal lliurar-la, a les professores responsables de l'activitat, com a molt tard el 15 de gener de 2024, amb el benentès que qui no ho faci en el termini fixat no podrà participar en l'activitat.

Atentament,
Joan – Anna – Gerard
Professors d'Educació Física

Jo..... com a pare/mare/tutor/a de l'alumne/a
..... del curs 4t d'ESO, grup ... em considero assabentat/da de la sortida “De marxa fent esport” i del contingut de la carta amb data 15-12-2023, en dono l'autorització perquè hi participi i torni sol cap a casa un cop acabada l'activitat.

DNI.:

Signatura:

