

# Bienvenidos al CGRD San Fernando de Henares

Nuestros entrenamientos están adaptados para niñas y niños que quieran iniciarse a la actividad de Gimnasia Rítmica.

Trabajamos la flexibilidad, fuerza, resistencia, coordinación, aparatos (pelota, aro, cuerda, mazas y cinta) además de los valores que caracteriza a nuestro club compañerismo, trabajo en equipo y sobre todo nos gusta que las gimnastas se lo pasen bien.

Se realizan dos exhibiciones, una en navidad y otra en fin de curso.

## **COMO VENIR A LOS ENTRENAMIENTOS**

Para los entrenamientos tienen que venir con el pelo recogido, coleta o moño

Pueden venir con mallitas cortas, medias o leggins y camiseta o maillot (preferiblemente ropa ajustada)

Punteras de gimnasia rítmica (medio pie) si alguien quiere adquirir punteras calcetín que son mas cómodas para ellas, puede pedir las por WhatsApp 615280529 y se las entregamos y probamos a la alumna en el pabellón. El precio son 12€

Tienen que traer botella de agua con el nombre puesto

## **INFORMACION DE PAGO**

Las cuotas son domiciliadas y se pasaran cada dos meses. El importe de las cuotas es de 36€ cada dos meses. La cuota de inscripción +cuota de material son 25€ que únicamente se pagaran a principio de curso.

CUOTA 1 (Octubre, Noviembre y Cuota inscripción y material) 61€ (Cargo 3 de octubre)

CUOTA 2 (Diciembre y Enero) 36€ (Cargo 1 de diciembre)

CUOTA 3 (Febrero y Marzo) 36€ (Cargo 1 de febrero)

CUOTA 4 (Abril y Mayo) 36€ (Cargo 3 de abril)

\*Si la gimnasta causa baja, tienen que comunicarlo por WhatsApp 615280529 y por correo electrónico [cgrdsanfernando@hotmail.com](mailto:cgrdsanfernando@hotmail.com) para no realizar los cargos a su cuenta y evitar recibos devueltos al club.

¡BIENVENIDOS A TODOS!

