

Información de Interés

Rítmica Arabesque Vilanova



A escola deportiva de ximnasia rítmica do club Rítmica Arabesque Vilanova, levarase a cabo entre os meses de outubro e xuño, seguindo o calendario escolar.

Esta é unha actividade de iniciación a este deporte, na que traballaremos conceptos básicos de expresión corporal, técnica propia deste deporte, flexibilidade, etc. e tamén nos iniciaremos na manipulación de algún dos aparatos básicos, como son o aro e a pelota e na creación de exercicios de grupo. Con eles participaremos e organizaremos exhibicións ao longo do curso.

VESTIMENTA

As ximnastas deberán traer roupa cómoda, sempre deportiva e calcetíns. Non se poderá realizar a actividade con vestidos, vaqueros, nin roupa que lles limite os movementos.

Para as ximnastas que participen en festivais, a entrenadora responsable do grupo indicará a roupa concreta que Terán que levar para os mesmos, sendo en normalmente bodys que se poden adquirir en calquera dos chinos ou noutras ocasións maillots de aliexpres/amazon.

MATERIAL

Nesta actividade non precisarán ningún tipo de material específico, pero se nalgún momento non sabedes que regalarlle ás ximnastas, sempre será unha boa idea un aparato (aro, pelota, cinta...)

É opcional, que as ximnastas teñan punteiras. É certo que o deporte se realiza con elas, pero a este nivel non son imprescindibles.

É moi importante que as ximnastas traian as clases un botellín de auga con Nome, xa que normalmente en algún momento teñen sede e e son moitos os casos nos que non teñen nada que beber.

FESTIVAIS

Durante o curso, organizaremos e participaremos en festivais. É recomendable que as ximnastas que asistan á actividade participen nos mesmos, xa que durante os meses previos aos festivais a actividade centrarase maioritariamente na creación de exercicios para tal fin, sendo unha parte básica da ximnasia.

Se en algún caso concreto alguén non quere/pode participar, a clase “adaptarase” esos meses, dentro das posibilidades da propia clase, para que esa ximnasta siga avanzando e adquirindo destreza no deporte. Isto débese avisar dende o primeiro día de actividade xa que as clases se planifican con tempo.

PAGOS

- CUOTA MENSUAL: **20€**
- MATRÍCULA: 5€/anual
- **O abono da cuota mensual deberá facerse sempre entre os días 1 e 5 de cada mes**, é dicir, por ex. A cuota correspondente ao mes de decembro, debe estar abonada entre os días 1 e 5 de decembro. Isto quere dicir, que as coutas se pagan por adiantado e de calquera das seguintes formas:

INDICAR SEMPRE EN CONCEPTO NOME DA XIMNASTA E MES QUE SE ABONA

Transferencia bancaria	<i>ES20 0049 6664 5620 1604 4590 (Santander)</i>
Domiciliación bancaria	<i>O club encárgase de todo (solo tedes que firmar o SEPA)</i>

Se se elixe a opción de domiciliación bancaria, e detectades algún erro no recibo, por favor, non o devolvedes, contactade ao teléfono 694 23 07 51 para mirar de solucionalo. Cada recibo que chega devolto, supón un custo de **5€**, polo que, se devolvedes recibos, verémonos na obriga de cobrarvos esos impostos como recargo no seguinte recibo.

PUNTUALIDADE

Esíxese puntualidade na chegada á clase, do contrario, estarase perxudicando ao grupo xa que non poderá comezar ata estar completo. É imprescindible facer a recollida puntual. Normalmente a entrenadora sae dunha clase e entra en outra, a veces en concellos diferentes, polo que non pode estar esperando por ximnastas que non recollen incluso media hora.

FALTAS

A actividade ríxese polo calendario lectivo, é dicir, os días festivos, non haberá clase e estas clases **NON** se recuperarán.

En caso de que exista unha causa de forza maior, na que a entrenadora teña que cancelar a clase, esta recuperase o día que así se acorde no propio grupo de WhatsApp da actividade (podendo ser en xuño, unha vez remate a actividade, engadindo media hora á clase xa estipulada, etc.)

Rogamos que cando as ximnastas non vaian asistir a clase, o avisen coa maior antelación posible, xa que as clases están programadas e planificadas en función do número de ximnastas asistentes. Polo que o non avisar dunha falta, perxudica ao grupo completo.

Cando a ximnasta falta por un motivo xustificado, esta poderá recuperar a clase sempre que así o desexe, indicandoo por whatsapp no número 694 23 07 51, enviando unha mensaxe indicando nome da ximnasta, idade e escola á que pertence, para poder buscarlle un grupo o máis acorde posible. Se a ximnasta non avisa da falta, perderá o dereito a recuperala.

O precio da mensualidade **NON VARÍA** en función das clases mensuais. É dicir, por ex. se en decembro, polas navidades houbo soamente 3 clases, a cuota non se verá reducida porque haberá meses nos que seguramente Vaia haber 5 clases ou que polo motivo que sexa a adestradora teña que engadir clases por un festival. O mesmo pasa cando unha ximnasta falta. **A CUOTA PÁGASE ÍNTEGRA**. O club da a opción de recuperar a clase, se non se recupera, considérase decisión persoal, polo que se abonará o mes completo igual, xa que á ximnasta se lle otorgou o dereito de recibir a totalidade das clases.

Se polo motivo que sexa, a ximnasta decide un mes non asistir a clase, ese mes deberá abonalo igual. Posto que está inscrita e está ocupando o lugar que podería ocupar outra persona, deberá abonar a cuota con normalidade, do contrario, perderá o dereito a continuar coas clases.

BAIXA

Para considerar **dada de baixa a unha ximnasta** é preciso comunicalo no teléfono 694 23 07 51. Para facer constar a baixa é necesario cubrir o formulario que se vos fará chegar. No caso **de non indicar a baixa**, **terase que seguir abonando a cota ata que así se faga**.

IMPORTANTE: as entrenadoras non xestionan as baixas das ximnastas, é imprescindible informar ao teléfono arriba indicado para facela efectiva.

*Se non se notifica a baixa, e se ten elegida como opción de pago “domiciliación bancaria” os recibos seguiranse emitindo, porque a ximnasta seguirá aparecendo como dada de alta na base de datos. Se non se notifica a Baixa, se envían os recibos e se devolven, os 5€ de impostos pola devolución deberán ser abonados por calquera medio no prazo máximo de 5 días, pois o fallo foi de non notificar a baixa, non do envío do recibo.

**A participación na actividade de ximnasia rítmica do club Rítmica Arabesque Vilanova implica a aceptación de todos e cada un dos puntos aquí citados. Se non estás de acordo con algún, comunícame co teléfono arriba indicado para tratalo. Gracias*