

Información de Interés

Rítmica Arabesque Vilanova



A actividade extraescolar 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. Este é un deporte no que se realizan diversidade de posturas, polo que é imprescindible utilizar unha roupa elástica e cómoda.

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.

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.

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, o participar en exercicios.

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

- **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 recuperarase 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** e cubrir o formulario, **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*