

ARTES MARCIALES

CIUDAD DEPORTIVA
GRAN CANARIA



EL KARATE ES LA PRINCIPAL ACTIVIDAD DENTRO DE ESTE SERVICIO. EL KARATE ES UN ARTE MARCIAL QUE POTENCIA EL AUTOCONTROL, EL RESPETO Y LA DISCIPLINA. LAS SESIONES DEL PROGRAMA SE CARACTERIZAN POR SU DINAMISMO, ADEMÁS DE MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA RELACIONANDO HOLÍSTICAMENTE: EQUILIBRIO, FUERZA, COORDINACIÓN, VELOCIDAD, RESISTENCIA, FLEXIBILIDAD, RESPIRACIÓN O CONSCIENCIA POSTURAL.

SALA ROJA – EDIFICIO NORTE

DE 3 A 13 AÑOS

HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00–16:45	PRE KARATE (4-6 AÑOS)		PRE KARATE (4-6 AÑOS)		
17:00–17:45	KÁRATE ALEVÍN (7-9 AÑOS)	KÁRATE ALEVÍN (7-9 AÑOS)	KÁRATE ALEVÍN (7-9 AÑOS)	KÁRATE ALEVÍN (7-9 AÑOS)	KÁRATE ALEVÍN (7-9 AÑOS)
18:00–18:45	KÁRATE INFANTIL (9-13 AÑOS)	KÁRATE INFANTIL (9-13 AÑOS)	KÁRATE INFANTIL (9-13 AÑOS)	KÁRATE INFANTIL (9-13 AÑOS)	KÁRATE INFANTIL (9-13 AÑOS)

A PARTIR DE 14 AÑOS

19:00–19:45	KÁRATE JUVENIL	KÁRATE JUVENIL	KÁRATE JUVENIL	KÁRATE JUVENIL	KÁRATE JUVENIL
20:00–20:45	KÁRATE PARAKÁRATE	KÁRATE KUMITE I	KÁRATE PARAKÁRATE	KÁRATE KUMITE I	KÁRATE PARAKÁRATE
21:00–21:45	DEFENSA PERSONAL	KÁRATE KUMITE II	DEFENSA PERSONAL	KÁRATE KUMITE II	DEFENSA PERSONAL

Ciudad Deportiva Gran Canaria

C/Paseo Blas Cabrera físico, 3 | 35016

Tf.: 928 31 05 11

infocdgc@grancanariadeportes.com

