

IDAKIKO MULTIKIROLA EUSKARAZ

	CALENTAMIENTO	PARTE PRINCIPAL
05 - oct		Dinamicas grupales
07 - oct		Juegos de ingenio y movimiento
12 - oct		
14 - oct		Dinamicas cooperativas
19 - oct		Circuitos
21 - oct	Coordinación corporal	Herri-Kirolak
26 - oct	Juegos activos	Gimnasia Rítmica
28 - oct	Animal flow	Herri-Kirolak

02 - nov		
04 - nov	Dinámicas de conexión grupal	Herri-Kirolak
09 - nov	Dinámica de reflejos y velocidad	Gimnasia Rítmica
11 - nov	Juegos tradicionales	Herri-Kirolak
16 - nov	Velocidad	Gimnasia Rítmica
18 - nov	Movilidad y puesta en marcha	Herri-Kirolak
23 - nov	Desplazamientos, saltos...	Gimnasia Rítmica
25 - nov		Habilidades motrices predeportivas
30 - nov		CLASE ABIERTA - GURASOAK

02 - dic	Dinámicas de conexión grupal	Judo
07 - dic	Dinámica de reflejos y velocidad	Judo
09 - dic	Juegos tradicionales	Judo
14 - dic	Velocidad	Judo
16 - dic	Movilidad y puesta en marcha	Judo
21 - dic		Habilidades motrices predeportivas
23 - dic		

	CALENTAMIENTO	PARTE PRINCIPAL
04 - ene		
06 - ene		
11 - ene		Habilidades motrices predeportivas
13 - ene	Coordinación corporal	Escalada
18 - ene	Dinámicas cooperativas	Escalada
20 - ene	Velocidad	Escalada
25 - ene	Circuito	Escalada
27 - ene	Acrobacias	Halterofilia

01 - feb	Movilidad, animal flow	Halterofilia
03 - feb	Juegos activos	Halterofilia
08 - feb		
10 - feb		
15 - feb		Habilidades motrices predeportivas
17 - feb	Movilidad y pliometria	Baloncesto
22 - feb	Juegos variados con balón	Baloncesto
24 - feb	Retos	Baloncesto

01 - mar	Dinamicas cooperativas	Baloncesto
03 - mar	Juegos variado	Baloncesto
08 - mar		Habilidades motrices predeportivas
10 - mar	Velocidad	pre-Pelota
15 - mar	Movilidad y puesta en marcha	pre-Pelota
17 - mar	Juegos tradicionales	pre-Pelota
22 - mar	Dinamicas cooperativas	pre-Pelota
24 - mar	Dinámica de reflejos y velocidad	pre-Pelota
29 - mar		
31 - mar		

	CALENTAMIENTO	PARTE PRINCIPAL
05 - abr		Triatlon. Correr
07 - abr		Triatlon. Bici-Correr
12 - abr		Triatlon. Bici-Correr
14 - abr		Triatlon. Bici-Correr
19 - abr		Habilidades motrices predeportivas
21 - abr	Coordinación corporal	Futbol
26 - abr	Dinámicas cooperativas	Futbol
28 - abr	Circuito	Futbol

03 - may	Velocidad	Futbol
05 - may	Movilidad y puesta en marcha	Futbol
10 - may	Juegos activos	Patinaje
12 - may	Dinamicas cooperativas	Patinaje
17 - may	Dinámica de reflejos y velocidad	Patinaje
19 - may	Juegos tradicionales	Patinaje
24 - may		Habilidades motrices predeportivas
26 - may		CLASE ABIERTA - GURASOAK
31 - may		DESPEDIDA

