

# ACTIVIDADES XPERIENCE SPORT CLUB

## PARA NIÑOS

### NIÑOS

<b>CAMINA Y CORRE</b>	Mejora la coordinación, el equilibrio y las habilidades de los niños a partir de los 18 meses o de aquellos que ya saben andar. Aprende a correr y a jugar con Xperience.
<b>BOX KIDS</b>	En las clases de box se combinan habilidades específicas de diferentes deportes de lucha, basándose en la defensa personal y siempre bajo las instrucciones de un monitor con ejercicios adaptados para niños.
<b>DEFENSA PERSONAL INFANTIL</b>	Es una técnica de combate de contacto, que estará impartida por un monitor mediante ejercicios adaptados para los niños.
<b>ZUMBA KIDS</b>	A través de un acompañamiento musical que combina diferentes estilos de baile o danza se mejora la resistencia aeróbica a la vez que los niños se divierten. Grupos hasta 9 años.
<b>ZUMBA JUNIOR</b>	A través de un acompañamiento musical que combina diferentes estilos de baile o danza se mejora la resistencia aeróbica a la vez que los niños se divierten. Grupos a partir de 9 años.
<b>BIKE JUNIOR</b>	Clase de ciclismo sobre bicicletas estáticas adaptada para niños y dirigida por un monitor
<b>MULTIDEPORTE</b>	Permite a los menores aprender el funcionamiento de la gran mayoría de deportes, con clases variadas y diferentes cada día, en las que practicarán cada uno de los deportes más conocidos
<b>ESCALADA KIDS</b>	Trepa por la pared del rocódromo y aprende las técnicas de este deporte de montaña con un monitor especializado en la materia. Grupos hasta 9 años.
<b>ESCALADA JUNIOR</b>	Trepa por la pared del rocódromo y aprende las técnicas de este deporte de montaña con un monitor especializado en la materia. Grupos a partir de los 9 años.
<b>ESCALADA TECNIFICACIÓN</b>	Perfecciona la técnica de escalada para convertirte en un profesional de este deporte. Grupo dirigido a niños habilidades avanzadas en el rocódromo. Clase especial de hora y media.