

Mâcon

Practica deportes con franceses



En el corazón de la Borgoña, Mâcon se encuentra a unas 3 horas en tren al sudeste de París y a una hora de Lyon.

CURSOS

> **Deporte especializado:** programa de 30 horas semanales que combina la práctica deportiva con teoría y ejercicios de preparación y recuperación:

- **Talleres técnicos:** ejercicios específicos según el nivel y deporte.
- **Talleres de desafío:** ejercicios de análisis de desempeño, implementación de medidas para optimizar el progreso, definición de objetivos a alcanzar y desarrollo de liderazgo.
- **Talleres tácticos y de estrategia:** ejercicios de estrategias, análisis del juego o de los rendimientos esperados, nociones de espíritu de equipo, etc.
- **Talleres de competición:** torneos.

Los estudiantes pueden elegir una de las siguientes opciones deportivas semanalmente:

- **Baile (11 a 17 años):** los alumnos mejorarán su técnica de modern Jazz siguiendo el ritmo de entrenadores profesionales. Se trabajarán técnicas básicas y aprenderán a crear una coreografía.

- **Equitación (12 a 17 años):** se requieren conocimientos previos para poder realizar el curso, que se adaptará al nivel de cada participante.
- **Fútbol:** se trabaja en mejorar la técnica, la táctica de juego, a pensar bien cada jugada y el desafío de uno mismo.
- **Tenis:** los jugadores podrán mejorar su técnica de saque, de derecha y de izquierda y crear su propia técnica de juego.

ACTIVIDADES Y EXCURSIONES

Actividades deportivas, artísticas y sociales organizadas y supervisadas por el centro.

Se incluye una excursión de día completo.

ALOJAMIENTO (RESIDENCIAL)

En habitaciones compartidas entre 2 y 4 alumnos con cuartos de baño compartidos.

Pensión completa.

10 a 17 años



FECHAS
05/07 - 22/08

SALIDAS
Domingos

REGRESOS
Sábados

INCLUYE:

- Curso seleccionado y alojamiento
- Actividades y excursiones
- Salida acompañada de Madrid el 05/07 (mín. 10 alumnos)
- Lavandería
- Seguro de asistencia en viaje

NO INCLUYE:

- Billete de avión
- Servicio UM
- Traslados

TENIS

2 SEMANAS	2.600 €
3 SEMANAS	3.780 €

BAILE/FÚTBOL

2 SEMANAS	2.495 €
3 SEMANAS	3.620 €

EQUITACIÓN

2 SEMANAS	3.650 €
3 SEMANAS	5.350 €