



Colegios **RC**
España



CATÁLOGO DE **EXTRAESCOLARES**

THE POWER OF BEING **ACTIVE**



BIENVENIDA Y NORMAS GENERALES

Queridas familias:

A continuación, os damos a conocer la oferta de actividades extraescolares que ofrece el colegio para el curso 2026-27. Esperamos que sea una gran temporada para los alumnos. Es una gran oportunidad para seguir creciendo en su formación integral.

IMPORTANTE: A continuación, os presentamos una serie de puntos a tener en cuenta antes de hacer la inscripción:

1. Cada actividad extraescolar tendrá un mínimo de inscritos necesario para poder realizarse. En caso de no llegar al mismo, se avisará y se dará la posibilidad de cambiar por otra actividad. De ahí la importancia de cumplir los plazos de inscripción.
2. Las plazas disponibles en cada actividad se irán cubriendo por orden de inscripción, pudiendo quedarse alumnos sin poder optar a las mismas. En algunas actividades se respetará la reserva hecha en junio, se tendrá en cuenta la continuidad de alumnos inscritos en temporadas anteriores siempre y cuando hayan hecho la reserva de plaza en junio en las actividades que se hayan ofrecido.
3. Para sacar el máximo rendimiento a cada actividad, las inscripciones y permanencia serán trimestrales. A excepción de la actividad de natación, la cual podrá ser mensual. Para realizar altas, bajas o cambios de actividad el resto del año os iremos informando de las fechas de solicitud, y se realizarán enviando un correo a extraescolares@highlandslosfresnos.es siempre poniendo en copia a administracion@highlandslosfresnos.es . A excepción de la Escuela de natación Menudos Delfines y la escuela de música , que se realizará directamente a través de los contactos directos de cada proveedor. No se aceptará ningún otro proceder (por teléfono, entrenadores, profesores, etc.) como válido.
4. La mayoría de las actividades comenzarán el 1 de octubre, y finalizarán el último día lectivo. En el caso de la de la escuela de natación, pádel, voleibol todas las categoría , futbol secundaria y los instrumentos de la escuela de música MBL las clases comenzarán el día 7 de septiembre . también finalizarán el último día lectivo de curso, excepto voleibol y fútbol (ESO) que terminarán el último día de mayo.
5. Por norma general, las actividades no serán recuperables si son días festivos y no lectivos. Podéis comprobar los días en el calendario escolar, y así valorar la realización de la inscripción. Tampoco se realizarán extraescolares los días en los que la jornada lectiva finalice a las 14:00h. En el caso de que las actividades tengan horario de medio día y los alumnos tengan una salida cultural, tampoco podrá ser recuperables. Como excepción, las actividades de instrumento individual, podrán recuperarse siempre y cuando haya algún hueco a lo largo del curso.
6. **IMPORTANTE:** Antes de realizar la inscripción os rogamos que las actividades elegidas no coincidan en horario con otras.
7. Algunas actividades son independientes de la gestión del colegio. Si están interesados en la realización de alguna de esas actividades, tendrán que ponerse en contacto con las empresas gestoras. Tenéis todos los contactos en el apartado de cada actividad.
8. La fecha límite de inscripción será el 20 de septiembre de 2026 incluido.
9. Cuando finalice el periodo de inscripción, recibiréis más información sobre el material necesario según la actividad en la que estén inscritos vuestros hijos.
10. El colegio, podrá realizar alguna modificación de horario si fuese necesario.

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

Las inscripciones, se realizarán de diferente manera dependiendo de la actividad. **Algunas se realizarán a través de la plataforma ALEXIA y otras, a través de los proveedores directamente.** A continuación, os detallamos la manera de realizarlo.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN hasta el 20 de Septiembre de 2026.

ALEXIA

A través de esta plataforma podréis realizar la inscripción de las siguientes actividades:

- Mini fútbol (Castores)
- Fútbol (Desde 1º de primaria)
- Mini Voleibol (3º y 4º de primaria)
- Voleibol (Desde 5º de primaria)
- Gimnasia Rítmica Escuela (Desde Jirafas)
- Ajedrez (Desde 1º de primaria)
- Judo (Desde Jirafas)
- Estudio vigilado de Mañana
- Estudio Vigilado de Tarde
- Guitarra grupal

Antes de realizar la inscripción **es importante disponer de las claves de acceso.** A través de la página de inicio de ALEXIA hacer clic en el apartado Extraescolares - Ver todas. (¡importante: hacer clic en ver todas!)



Seleccionar el perfil del alumno en la barra superior, marcar la actividad deseada y hacer clic en "Solicitar", botón situado en la parte superior izquierda. Una vez solicitado, **no se recibirá confirmación de la inscripción.** IMPORTANTE: Podréis comprobar si se ha completado la inscripción accediendo al perfil de vuestro hijo y comprobando si aparece la inscripción como solicitada o matriculada.

PROVEEDORES

La inscripción de las siguientes actividades se realizará directamente a través de sus proveedores:

- ACTIVIDADES ACUÁTICAS: La inscripción se realiza a través del correo electrónico fresnos@menudosdelfines.com o bien, rellenando **este formulario** de inscripción que encontraréis en la página web www.menudosdelfines.com
- MUSIC BOX LEARNING: Escuela de música. La solicitud de plaza en los diferentes instrumentos se realiza a través del **siguiente formulario**.
- LUNARES BLANCOS: La inscripción a las actividades de Danza clásica, Danza Moderna, Flamenco y Sevillanas se realizará a través de **este formulario**. Para más información, podéis consulta la web o a través del correo electrónico lunaresblancoshighlands@gmail.com
- SOCIOSPORT: Actividad de Pádel, entrenamientos personales, multideporte y alquiler de espacios a través del correo electrónico **websociosports@gmail.com** . Los entrenamientos personales se pueden reservar a través de **academyadse@gmail.com** y **websociosports@gmail.com**.



Colegios RC
España

A background image of two children playing outdoors. On the left, a boy in a white karate gi with a yellow and red belt is in a ready stance. On the right, a girl in a blue leotard is holding a large hula hoop. They are in a grassy field under a blue sky with clouds.

CLUB DEPORTIVO HIGHLANDS LOS FRESNOS

En nuestro Club Deportivo HSLF, nuestros alumnos adquieren los aspectos técnicos y tácticos de cada uno de los deportes elegidos a través de una formación deportiva basada en el Plan de Virtudes implantado en el colegio. Gracias a la gran cualificación de nuestro equipo de profesionales, la creación de un ambiente saludable y la combinación de deporte y formación convierten al Club Deportivo HSLF en el proyecto deportivo perfecto para el crecimiento personal de cada alumno.

ESCUELA DE FUTBOL

Actividad cuyo objetivo es ir adquiriendo desde edades tempranas conocimientos propios del Fútbol a través de: juegos de habilidad, destreza, coordinación en las primeras edades y entrenamientos específicos en edades superiores. Irán desarrollando el conocimiento de las diversas técnicas, reglas y aspectos tácticos de este deporte. Además, trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que ayudarán a los jugadores a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestros alumnos, desde categoría Prebenjamín, tendrán la opción de inscribirse en ligas adaptadas a su edad.

COMPETICIONES

- Ofrecemos dos modalidades de inscripción: **SI COMPETICIÓN** o **NO COMPETICIÓN**.
- Nuestros equipos participan en ligas municipales .Los alumnos/as que se inscriban a la opción de NO COMPETICIÓN y deseen competir posteriormente, no tienen garantizada la plaza en el equipo.
- Los alumnos que elijan la modalidad de SI COMPETICIÓN, deberán cumplir las siguientes condiciones:

1. Si los alumnos son externos al colegio, o entran con la temporada ya comenzada, podrán ser convocados a realizar pruebas de nivel o esperar a que se configure equipo nuevo si está completo el de su categoría, teniendo que quedarse en la opción de entrenamiento hasta que salga equipo.

2. Deberán cumplirse una serie de puntos en la normativa de competición:

- Compromiso a la asistencia a los partidos.
- Compromiso a traer la ropa indicada a los entrenamientos
- Compromiso a avisar de la no asistencia al entrenamiento y/o partido con suficiente antelación

3. Los entrenadores os informarán directamente de aspectos prácticos sobre las convocatorias, competiciones y material necesario. Se creará un chat de whatsapp con los padres de los alumnos de competición. Cuando vaya a comenzar la competición, os enviaremos un código para que os podáis incluir vosotros mismos a dicho chat.

4. La equipación de juego será la misma que en temporadas anteriores. Los alumnos nuevos en la actividad inscritos en SI COMPETICIÓN, compararán la equipación oficial solicitándola a través del [SIGUIENTE FORMULARIO](#) .En el caso de que le queda pequeña también deberá solicitarla de la misma manera. Su precio será de 50€ y se cargará en el recibo mensual.

La actividad se realizará al aire libre, con lo cual, si la meteorología no lo permite se intentará recuperar a lo largo del curso, y si no es posible, se suplantarán la sesión de entrenamiento convencional por una sesión de carácter teórico, táctico o físico.

EQUIPACIÓN
50€

INFANTIL
2 DÍAS: 45€

PRIMARIA
ENTRENAMIENTO: 47€
ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:
47€ + 100€ (Prorrateado en 2 cuotas de 50€)

SECUNDARIA
ENTRENAMIENTO: 47€
ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:
47€ + 100€ (Prorrateado en 2 cuotas de 50€)

** En caso de baja en alumnos de competición la cuota de 100€ se cobrará íntegra.

Categoría Chupetín
Castores
Categoría Prebenjamín
1º y 2º de Primaria

Categoría Benjamín:
3º y 4º de Primaria

Categoría Alevín
5º y 6º de Primaria

INSCRIPCIÓN
ALEXIA

ESCUELA DE VOLEIBOL

Nuestras jugadoras, irán desarrollando el conocimiento de las diversas técnicas, reglas y aspectos tácticos de este deporte. Además, trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que les ayudará a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestras alumnas, desde categoría Benjamín tendrán la opción de inscribirse en ligas adaptadas a su edad.

1. COMPETICIONES

- Ofrecemos dos modalidades: SI COMPETICIÓN o NO COMPETICIÓN
- Los alumnos que se inscriban a la opción de NO COMPETICIÓN y deseen competir posteriormente, no tienen garantizada la plaza en el equipo.
- Dependiendo de la temporada se participará en ligas federadas y /o municipales a partir de categoría Infantil (ESO). Las jugadoras del equipo federado serán seleccionadas por el equipo de entrenadores del Club. El resto seguirá compitiendo en la liga municipal.

2. NORMATIVA: Las jugadoras inscritas en la modalidad de SI COMPETICIÓN deberán cumplir con los siguientes puntos: El no cumplirlo podrá ser motivo de desconvocatoria.

- Compromiso a la asistencia a los partidos y mantener una actitud de trabajo en equipo, esfuerzo y responsabilidad.

- Compromiso a traer la ropa indicada a los entrenamientos y partidos.

- Compromiso a avisar de la no asistencia al entrenamiento y/o partido con suficiente antelación al entrenador o entrenadora.

En equipos que participan en liga municipal, tendrán preferencia jugadoras del propio colegio. Si son jugadoras de fuera o nuevas, podrán ser convocados a realizar pruebas de nivel o esperar a que se configure equipo nuevo si está completo el de su categoría, teniendo que quedarse en la opción de entrenamiento SIN COMPETICIÓN hasta que se configure un nuevo equipo.

3. COMUNICACIONES: Los entrenadores os informarán directamente de aspectos prácticos sobre las convocatorias, competiciones y material necesario. Se creará un chat de whatsapp con los padres de los alumnos de competición. Cuando vaya a comenzar la competición, os enviaremos un código para que os podáis incluir vosotros mismos a dicho chat.

4. La equipación de juego será la misma que en temporadas anteriores. Los alumnos nuevos en la actividad inscritos en SI COMPETICIÓN, comprarán la equipación oficial solicitándola a través del [SIGUIENTE FORMULARIO](#). En el caso de que le queda pequeña también deberá solicitarla de la misma manera. Su precio será de 50€ y se cargará en el recibo mensual.

EQUIPACIÓN

50€

Categoría Benjamín:
3º y 4º de Primaria

Categoría Alevín
5º y 6º de Primaria

Categoría Infantil
1º y 2º de ESO

Categoría Cadete
3º y 4º de ESO

Categoría Juvenil
Bachillerato

Categoría Senior
Alumn@s

**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

PRIMARIA

ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:
44€ + 100 (Prorrateado en 2 cuotas de 50€)
132 euros Trimestral

SECUNDARIA

ENTRENAMIENTO: **46€**
ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:
46€ + 100 (Prorrateado en 2 cuotas de 50€)
INTENSIVO (1h30) + COMPETICIÓN: **65€ + 100 (Prorrateado en 2 cuotas de 50€)**
138 euros Trimestral

SECUNDARIA EQUIPO FEDERADO

CUOTA FEDERACIÓN: **125€**
CUOTA TRIMESTRAL: **225€**
CUOTA COMEPTICIÓN: **100€**
(Prorrateado en 2 cuotas de 50€)

*El horario de Secundaria está sujeto a cambios en función de las alumnas inscritas. Puede haber cambio de día.

** En caso de baja en alumnos de competición la cuota de 100€ se cobrará integra.

ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA

Disciplina deportiva cuyo objetivo,es ir adquiriendo desde edades tempranas, conocimientos propios de este deporte, principalmente, coordinación, expresión y sentido del ritmo. Se trabajará a través de entrenamientos progresivos. Este deporte ayuda a la adquisición de habilidades y capacidades físicas propias del mismo Trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que ayudarán a las gimnastas a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestras alumnas podrán disfrutar de ella desde los 4 años y tendrán oportunidad de participar en exhibiciones o competiciones según el nivel. Las alumnas de competición optarán por la modalidad individual y/o conjunto cuando la entrenadora considere que están preparadas para ello. El trabajo irá en progresión con la finalidad de llegar a ejecutar de manera precisa: saltos, giros, ondas, acrobacias, pasos rítmicos y control de cada aparato según la edad que corresponda (cuerda, pelota, aro ,cinta y mazas).

Objetivos:

- Desarrollar la capacidad expresiva y estética de este deporte en las alumnas.
- Adquirir y mejorar las capacidades físicas básicas, flexibilidad, velocidad ,fuerza y resistencia.
- Adquirir habilidades motrices específicas: esquema corporal,coordinación general, coordinación espacio-temporal y manejo de objetos o móviles.
- Trabajar la expresión y la emoción.
- Adquirir hábitos saludables e higiene postural. Importante para un desarrollo corporal armonioso.
- Aceptar normas y límites para el buen desarrollo del entrenamiento y de la ejecución del ejercicio.
- Interiorizar valores como el respeto, la disciplina, el esfuerzo y el respeto a los demás.

VESTUARIO: Las alumnas nuevas, necesitarán vestuario. La entrenadora, enviará a través de Alexia y correo electrónico coste y lugar donde adquirirlo.

Desde Jirafas

**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA: **47€ /mes**
*GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN: **72€ /mes**
CUOTA COMPETICIÓN: **50€**

ESCUELA DE AJEDREZ

en colaboración con
AJEDREZ LAS DOS TORRES

La escuela de ajedrez Las dos Torres, se encarga de que nuestros alumnos aprendan a jugar al ajedrez . Este deporte, que reporta beneficios claramente visibles en el proceso educativo del alumno, fomentando en él el hábito de estudio y de lectura, además de desarrollar 23 aspectos esenciales en la educación y formación de los alumnos:

Desarrollo intelectual	Imaginación
Concentración	Creatividad
Memoria	Paciencia
Razonamiento lógico	Disciplina
Pensamiento científico	Tenacidad
Autocrítica	Atención a varias cosas a la vez
Responsabilidad personal	Cálculo de riesgos
Motivación	Deportividad
Autoestima	Cumplimiento de las reglas
Planificación	Respeto al adversario
Previsión de consecuencias	Cálculo espacial
Capacidad de cálculo	

El objetivo primordial es conseguir que sus hijos disfruten aprendiendo ajedrez, algo más que un juego.

Entre las actividades previstas destaca la realización de un torneo interno (durante el horario de clase) con todos los alumnos que estén inscritos, de tal forma que al finalizar dicho curso se entregarán trofeos para los primeros clasificados y una medalla de ajedrez para todos los participantes. También se celebrará el "VI Torneo de Ajedrez Highlands School Los Fresnos", al que todos están invitados.

Además Ajedrez Las Dos Torres celebra varios torneos gratuitos en los que también podrán participar todos los integrantes de la familia que lo desee. Mas información en www.ajedrezlasdostorres.es o a través del correo ajedrezlasdostorres@gmail.com

**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE AJEDREZ:
34€ /Mensual
102€ /Trimestre

ESCUELA DE JUDO

en colaboración con
JUDO CLUB RIVAS

Como cada curso, el Club Rivas de Judo, encabezado por Paco Lorenzo , como director deportivo,(Cinturón Negro 8 Dan Blanco-Rojo, Diploma Olímpico Barcelona 92 y Campeón del Mundo Master 2019). y Pilar Nieto Páez como entrenadora(Cinturón Negro 6 Dan Blanco-Rojo) ,nos ofrece la posibilidad de que nuestros alumnos se formen en una disciplina deportiva de defensa que desarrolla cualidades físicas, y facilita el desarrollo del autocontrol, la cooperación, el respeto al contrincante y a las normas. Adquirirán técnicas de juegos-judo (para los más pequeños) y técnicas judo de entrenamiento y competición para los más mayores. Podrán participar en exhibiciones, campeonatos municipales, autonómicos y nacionales Para que los alumnos puedan acceder al cinturón negro, deberán ir pasando de Grados-Kyus (cinturones) . Para ello deberán tramitar una licencia federativa, la cual además les cubre de lesiones deportivas.

OBJETIVOS:

- Perfeccionar lo aprendido hasta ahora en su etapa de infantil.
- Desarrollar la lateralidad y el equilibrio, es importante que el alumno haga judo por la derecha como por la izquierda y trabaje con un solo punto de apoyo.
- Incrementar el número de técnicas en suelo y en pie.
- Incluir formas de trabajo específicas de judo suelo, (volteos, giros etc) desde distintas posiciones.
- Unir el judo pie con el judo suelo (en la primera etapa) y pie con pie (en la segunda etapa).
- Ampliar el vocabulario, especialmente el usado en competiciones.
- Al igual que en la etapa anterior el alumno realizará una prueba/examen para pasar de grado

Además del Judo, los alumnos de Secundaria inscritos en esta actividad, trabajarán técnicas de defensa personal, preparación física específica , recuperación de lesiones e higiene postural . Para más información: nietopili@gmail.com

La entrenadora os informará por correo electrónico sobre todo lo necesario para poder llevar a cabo la actividad de manera correcta.

Desde Jirafas

**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE JUDO: **50€**
150 €/ Trimestre

ESCUELA DE NATACIÓN

en colaboración con
MENUDOS DELFINES

La natación es una de las disciplinas deportivas más completa, cuyos beneficios en edades escolares contribuyen al desarrollo integral del alumno. Tiene grandes beneficios en la adquisición de mejores patrones de movimiento, así como de control corporal, tanto dentro como fuera del agua. Sin duda, la natación es un deporte que aporta beneficios a corto, medio y largo plazo.

Objetivos:

- Mejorar a nivel psicomotor en etapas tempranas.
- Perfeccionar la habilidad social a través del trabajo en grupo.
- Contribuir al desarrollo muscular.
- Familiarizar al alumno con el medio acuático, perdiendo el miedo inicial.
- Aprender y perfeccionar estilos básicos y avanzados.
- Desarrollar la flotación decúbito dorsal y ventral.
- Experimentar y desarrollar habilidades acuáticas de natación.
- Fomentar el gusto por la natación y la piscina en los alumnos influyendo de manera directa en patrones básicos y avanzados del alumno.
- Comprender e integrar las normas de la natación y del uso de las piscinas.
- Buscar autonomía del alumno en el medio acuático.

Las clases se iniciarán el 14 de de septiembre y las inscripciones se realizan a través de su web:

<https://menudosdelfines.com/colegios>

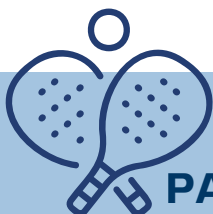
La escuela de natación Menudos Delfines, ofrece diferentes modalidades de actividades acuáticas. Podéis consultar más información en su web.

Desde los 4 meses hasta
Bachillerato

**INSCRIPCIÓN
FORMULARIO**

ACTIVIDADES SOCIOSPORTS

Empresa colaboradora que gestiona otras actividades extraescolares



PADEL

**MÁS INFO Y
PRECIOS AQUÍ**



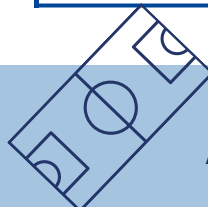
MULTI DEPORTE

**45€/MES
websociosports@gmail.com
614264390**



ENTRENAMIENTOS PERSONALES

+34 666 70 61 10



ALQUILER DE ESPACIOS

**websociosports@gmail.com
614264390**

A group of students in school uniforms are engaged in an outdoor art activity. One student is painting a blue abstract design on a canvas mounted on an easel. Another student stands next to the easel, holding a paintbrush and a palette. A boy in a dark suit stands to the right, looking towards the easel. The background shows a grassy field, a fence, and a line of trees under a cloudy sky. A tall stadium light pole is visible in the distance.

ACTIVIDADES CULTURALES

HIGHLANDS LOS FRESNOS

Gracias a un amplio catálogo de actividades culturales, los alumnos tienen la posibilidad de seguir creciendo en su desarrollo emocional e intelectual, fomentando la curiosidad y la creatividad.

ESCUELA DE MÚSICA

en colaboración con
MUSIC BOX LEARNING

La Música es una herramienta pedagógica única, que aporta enormes beneficios a la educación, siendo un elemento insustituible para lograr una verdadera formación integral. Es todo un lenguaje de expresión personal lleno de arte y belleza, que enriquece el alma y la abre a los demás, elevándola hacia Dios.

Bajo esta firme convicción, la Escuela de Música Highlands School Los Fresnos pone a disposición de las familias del colegio el acceso de sus hijos a unos estudios musicales de la máxima calidad, a fin de que puedan disfrutar de este arte y de todo lo que la música aporta a su educación.

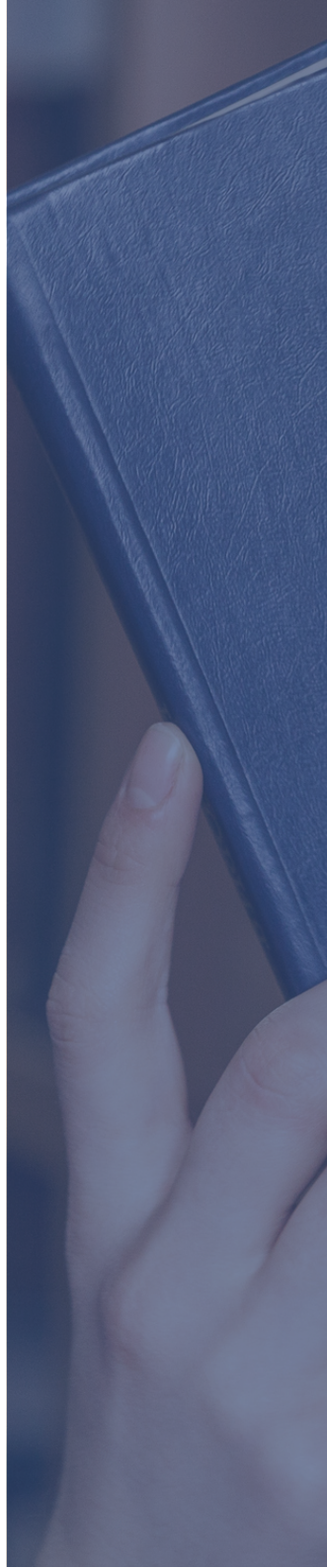
¿Qué instrumentos se pueden aprender?

Piano, violín, violonchelo, clarinete, saxo y flauta son los más demandados, pero la Escuela de Música Highlands School Los Fresnos ofrece todos los instrumentos relevantes. Cada alumno tendrá un asesoramiento personalizado en la elección de su instrumento.

Desde los 3 años.

Toda la información a través del siguiente LINK:

[ESCUELA DE MÚSICA HIGHLANDS SCHOOL LOS FRESNOS 2026/2027](#)



GUIARRA GRUPAL DE ACOMPAÑAMIENTO

La actividad de Guitarra Grupal de Acompañamiento, dirigida a alumnos a partir de 2º de Primaria, está pensada para quienes quieran disfrutar de la guitarra de una forma práctica, dinámica y compartida, aprendiendo a utilizar el instrumento para acompañar canciones y tocar en grupo.

Los alumnos se organizarán en tres niveles, establecidos por la profesora según su experiencia y dominio del instrumento, de manera que cada grupo pueda avanzar a un ritmo adecuado y disfrutar del aprendizaje.

A diferencia de las clases individuales de guitarra, más orientadas al estudio de la guitarra clásica, la técnica instrumental y la lectura de notas musicales en partitura, esta actividad se centra especialmente en el acompañamiento de canciones y la interpretación en grupo.

A través de repertorio adaptado a cada nivel se trabajarán:

- Los principales acordes y cambios de acordes.
- Diferentes ritmos y patrones de acompañamiento.
- Arpeggios para acompañar canciones y enriquecer la interpretación.
- La coordinación y disociación entre cantar y tocar la guitarra.
- La escucha y la interpretación conjunta, aprendiendo a mantener el ritmo y tocar como parte de un grupo.
- Pequeños punteos, melodías e introducciones, utilizando la tablatura como una herramienta sencilla y accesible.

El objetivo es que los alumnos adquieran recursos que les permitan coger la guitarra y acompañar canciones de manera autónoma, disfrutando de la música desde el primer momento y desarrollando progresivamente seguridad, coordinación, sentido rítmico y musicalidad.

Plazas limitadas: máximo 10 alumnos por grupo. Tendrán preferencia los alumnos que ya estuvieron inscritos en la actividad durante el curso anterior.

Duración de las sesiones: 45 minutos.

IMPORTANTE: El horario será el asignado por la profesora según el nivel.

***Cualquier duda, ponerse en contacto con
lbayona@highlandslosfresnos.es**

GUIARRA GRUPAL: Min 2 max 10 alumnos.

55€ / Mes

165€ / Trimestral

**FORMULARIO GUITARRA
GRUPAL**

DANZA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Con el **ballet** y el **flamenco**, los alumnos practican habilidades motrices básicas, y utilizan una amplia variedad de música y accesorios que aumentan la autoconciencia, el control y la coordinación.

Las clases, contemplan el desarrollo de cuerpos sanos, fuertes y flexibles, utilizando y salvaguardando la flexibilidad natural del niño para un futuro en la danza y otras actividades físicas. Del mismo modo, también se potencia el desarrollo positivo de sus habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Todo ello en un espacio para la expresión y la creatividad, que le ayude a promover su autoestima y el pensamiento independiente.

*La actividad de danza comprende las dos disciplinas: **ballet y flamenco**. Por lo que no podrán ser actividades independientes.

DANZA CLÁSICA Y FLAMENCO: 52 €
156 € / Trimestral

DANZA MODERNA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Se trata de una modalidad de baile en cuya enseñanza se combinan varios estilos del baile moderno. Es una evolución del baile clásico, utilizando el movimiento del cuerpo como medio de expresión de nuestros propios sentimientos. Se trata de una actividad que requiere una gran energía y que mejora la autoestima y el humor.

Los objetivos son que los alumnos puedan aprender los pasos básicos y que se inicien en la motricidad específica del hip-hop; aprendiendo coreografías de una forma divertida.

Los beneficios son múltiples: desarrolla la coordinación del cuerpo, ayuda a sociabilizarse, mejora el ánimo y la autoestima, aumenta la creatividad y permite una mejora de la memoria. Se trata de una disciplina que se impartirá de una forma divertida para que aprendan a la vez que se divierten.

La actividad pasará a ser 2 días semanales.

DANZA MODERNA: 52 €
156 € / Trimestral

INSCRIPCIÓN

SEVILLANAS ADULTOS

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Aprende las cuatro sevillanas. En estas clases aprenderás y practicarás los cuatro tipos de sevillanas. Conocerás sus ritmos y pasos, sus movimiento y brazos.

A medida que se vaya cogiendo más solturas se irán perfeccionando con pasos más avanzados

SEVILLANAS ADULTO: 37€
111€ / Trimestral

SEVILLANAS EN FAMILIA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Aprende las cuatro sevillanas en familia. En estas clases aprenderás y practicarás los cuatro tipos de sevillanas con tus hijos. Conocerás sus ritmos y pasos, sus movimiento y brazos.

Dirigido a alumnos a partir de 2º de Primaria con su padre o madre

SEVILLANAS FAMILIA: 37€
111€ /Trimestral

INSCRIPCIÓN

HORARIO INFANTIL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H					
14:25H	INSTRUMENTO/MÚSICA JIRAFAS Y CASTORES FÚTBOL CASTORES	GIMNASIA RÍTMICA JIRAFAS Y CASTORES INSTRUMENTO/MÚSICA JIRAFAS Y CASTORES DANZA JIRAFAS Y CASTORES JUDO JIRAFAS Y CASTORES **SEVILLANAS ADULTOS 15:45H	INSTRUMENTO/MÚSICA JIRAFAS Y CASTORES FÚTBOL CASTORES	GIMNASIA RÍTMICA JIRAFAS Y CASTORES INSTRUMENTO/MÚSICA JIRAFAS Y CASTORES DANZA JIRAFAS Y CASTORES JUDO JIRAFAS Y CASTORES	INSTRUMENTO/MÚSICA JIRAFAS Y CASTORES FÚTBOL CASTORES
17:00H	INSTRUMENTO/MÚSICA NATACIÓN	INSTRUMENTO/MÚSICA NATACIÓN	INSTRUMENTO/MÚSICA NATACIÓN	INSTRUMENTO/MÚSICA NATACIÓN	

AVISO IMPORTANTE: Esta previsión está sujeta a posibles variaciones, según la demanda existente por cada actividad. Se desarrollarán siempre que haya número suficientes de alumnos por grupo y éste sea homogéneo.

HORARIO PRIMARIA ACTIVIDADES HSLF

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (nivel intermedio) VOLEIBOL (3º y 4º) FÚTBOL (1º Y 2º) PÁDEL BAILE MODERNO (TODO PRIMARIA)	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (nivel inicial)) VOLEIBOL (5º Y 6º) GIMNASIA RÍTMICA (3º, 4º, 5º Y 6º) JUDO (2º,3º,4º, 5º Y 6º) FÚTBOL (5º Y 6º) DANZA (3º A 6º) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL VOLEIBOL (3º y 4º) FÚTBOL (1º Y 2º) BAILE MODERNO (1º, 2º Y 3º) PÁDEL BAILE MODERNO (- TODO PRIMARIA)	INSTRUMENTO INDIVIDUAL VOLEIBOL (5º Y 6º) GIMNASIA RÍTMICA (3º, 4º, 5º Y 6º) JUDO (2º, 3º, 4º, 5º Y 6º) FÚTBOL (5º Y 6º) AJEDREZ (4º,5º Y 6º) DANZA (3º A 6º) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (Nivel Avanzado) PÁDEL
14:25H	INSTRUMENTO INDIVIDUAL DANZA (1º Y 2º) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL FÚTBOL (3º Y 4º) JUDO (1º) GIMNASIA RÍTMICA (1º Y 2º) PÁDEL **SEVILLANAS ADULTOS 15:45H	INSTRUMENTO INDIVIDUAL DANZA (1º Y 2º) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL FÚTBOL (3º Y 4º) JUDO (1º) GIMNASIA RÍTMICA (1º Y 2º) AJEDREZ (1º,2º Y 3º) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL PÁDEL
17:00H	ACTIVIDADES ACUÁTICA PÁDEL	SEVILLANAS EN FAMILIA ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	SEVILLANAS EN FAMILIA ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL
18:00H	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL

AVISO IMPORTANTE: Esta previsión está sujeta a posibles variaciones, según la demanda existente por cada actividad. Se desarrollarán siempre que haya número suficientes de alumnos por grupo y éste sea homogéneo.

HORARIO ESO Y BACH

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (Nivel Intermedio) PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (Nivel Inicial) JUDO PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL AJEDREZ JUDO PÁDEL	INSTRUMENTO INDIVIDUAL GUIARRA GRUPAL (Nivel Avanzado) PÁDEL
14:25H	INSTRUMENTO	INSTRUMENTO **SEVILLANAS ADULTOS 15:45hH	INSTRUMENTO	INSTRUMENTO	INSTRUMENTO
17:00H	VOLEIBOL MUNICIPAL (3º, 4º ESO y Bachillerato) VOLEIBOL FEDERADO (3º, 4º ESO y Bachillerato) ACTIVIDADES ACUÁTICAS FÚTBOL ESO PÁDEL ENTRENAMIENTO PERSONAL	VOLEIBOL MUNICIPAL (1º Y 2º ESO) VOLEIBOL FEDERADO (1º Y 2º ESO) ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL ENTRENAMIENTO PERSONAL	VOLEIBOL MUNICIPAL (3º, 4º ESO y Bachillerato) VOLEIBOL FEDERADO (3º, 4º ESO y Bachillerato) ACTIVIDADES ACUÁTICAS FÚTBOL ESO PÁDEL ENTRENAMIENTO PERSONAL	VOLEIBOL MUNICIPAL (1º Y 2º ESO) VOLEIBOL FEDERADO (1º Y 2º ESO) ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL ENTRENAMIENTO PERSONAL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS PÁDEL ENTRENAMIENTO PERSONAL
18:00H	VOLEIBOL CONT. FEDERADO PÁDEL	VOLEIBOL (CONT. FEDERADO) PÁDEL	VOLEIBOL CONT. FEDERADO PÁDEL	VOLEIBOL (CONT. FEDERADO) PÁDEL	PÁDEL

AVISO IMPORTANTE: Esta previsión está sujeta a posibles variaciones, según la demanda existente por cada actividad. Se desarrollarán siempre que haya número suficientes de alumnos por grupo y éste sea homogéneo.

HIGHLANDS SCHOOL LOS FRESNOS

C/Comunidad Canaria 8

28660 Boadilla del Monte

www.highlandslosfresnos.es



Actividades Culturales

Highlands School Los Fresnos



Gracias a un amplio catálogo de actividades culturales, los alumnos tienen la posibilidad de seguir creciendo en su desarrollo emocional e intelectual, fomentando la curiosidad y la creatividad.