

Julio 2016 Revista nº 21

**Este mes, el agua
y la diversión son
los protagonistas.**

**Escuela de Verano y Aula Junior
Cursos de natación UMH**



**INSCRÍBETE EN NUESTRAS AADD
PARA EL MES DE JULIO**

OFICINA DE DEPORTES

Edificio "El Clot", junto al
pabellón universitario. 1º
Planta.

**HORARIO DE ATENCIÓN AL
CLIENTE**

De lunes a viernes, de 9h a
14h. (agosto cerrado)

SUMARIO

- **ESCUELA DE VERANO Y AULA JUNIOR**
- **CURSOS DE NATACIÓN UMH – JULIO 2016**
- **ACTIVIDADES DIRIGIDAS JULIO 2016**

Escuela de Verano y Aula Junior 2016

Desde el 22 de junio y hasta el 29 de julio, la Escuela de Verano y el Aula Junior han comenzado una nueva andadura, auspiciados por el Vicerrectorado de Estudiantes y Deportes y gestionados desde la Oficina de Deportes.

El verano es la época del año ideal para escapar de la rutina, disfrutar y continuar aprendiendo de una forma diferente. En estos Espacios se trata de combinar nuevas experiencias y conocimientos con ocio, diversión y entretenimiento.

Gracias a las excelentes experiencias de cursos anteriores, trasladadas por los usuarios a través, básicamente, del “boca a boca”, la demanda ha crecido de tal forma que ha superado, con mucha diferencia, nuestras expectativas.

Con la asistencia de, aproximadamente, 470 niños, con edades comprendidas entre 4 y 14 años, y superando poco a poco los inconvenientes surgidos día a día con la colaboración de todos los integrantes, una vez más, los monitores y coordinadores de estos Espacios en las tres sedes de Elche, San Juan y Orihuela, están logrando la participación entusiasta de los niños en tareas lúdicas que les ayudan a mantener una vida sana y saludable añadiendo a sus rutinas diarias, actividades físicas, deportivas y de relaciones sociales que les proporcionan experiencia de trabajo en equipo, conocimiento de otros deportes, conviviendo entre ellos en una competencia sana y saludable, aprendiendo a ganar o a perder y trabajando las frustraciones.

Hay muchas novedades. Como ejemplo en el Espacio Escuela de Verano, los niños comienzan el día con el taller **Mindfulness**, un espacio dedicado a la meditación y la atención plena. En él aprenden a centrarse en el aquí y el ahora y a focalizar toda su atención en las tareas que realizan. Y después de comer, los monitores aprovechan el tiempo para estimular las Inteligencias Múltiples de nuestros niños a través de talleres que cada uno escogerá en función de sus intereses y habilidades.

Además, los niños de 4, 5 y 6 años, realizarán el taller musical “**El Mago Diapasón**”, organizado por la Orquesta Sinfónica de la ciudad de Elche, a través del cual viajarán al País de la Música, visitarán el Bosque Mágico y conocerán una forma diferente de aprender música.

Y en este punto de novedades, los participantes del Aula Junior no se quedan atrás... Ya están participando en varios proyectos como el **UMH Informa** (donde los junior tienen su propia redacción y pueden informar de todo lo que pasa), el **UMH Robot** (donde aprenden a diseñar videojuegos o imprimir en 3D), el **UMH Olímpico** (donde tienen un primer contacto y practican muchos deportes).

Y también los junior serán los afortunados que participen en la **Acampada nocturna** en la que pasarán una noche dentro de uno de los edificios de la universidad, realizando múltiples experimentos divertidos sobre la ciencia conviviendo en grupo los de los tres campus: Elche, San Juan y Orihuela.



Puedes conocer las actividades previstas, los horarios, los menús, y mucho más en este blog: <https://escueladeveranoumh.wordpress.com/>



Actividades divertidas y saludables



Actividades interesantes y amenas



COMIENZAN LOS CURSOS DE NATACIÓN UMH JULIO 2016



	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
16:00-17:00	ADULTOS 1	ADULTOS 1
	ADULTOS 2	
	NIÑOS 1	NIÑOS 1
	NIÑOS 2	NIÑOS 2
18:00-19:00		ADULTOS 1
	NIÑOS 1	NIÑOS 1
	NIÑOS 2	NIÑOS 2
		NIÑOS 3
19:00-20:00	ADULTOS 1	
	ADULTOS 2	

Nuestros cursos están dirigidos a niños y adultos, con cualquier nivel de conocimiento de natación, porque disponemos de tres niveles que se adaptan a todas las circunstancias: iniciación, perfeccionamiento y avanzado.

Y están abiertos tanto a la comunidad universitaria como a la sociedad en general.

Si deseas más información al respecto, pincha en este enlace:

<http://deportes.umh.es/cursos/cursos-de-la-unidad-de-gestion-deportiva/>

AÚN PUEDES INSCRIBIRTE EN NUESTRAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS DE JULIO 2016

Actividades Dirigidas AADD Julio 2016

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:15 - 10:10h.		PILATES		PILATES	
15:30 - 16:25h.	TRX		TRX		
16:00 - 16:55h.	UMH ZUMBA		UMH ZUMBA		
19:00 - 20:50h.		SALSA Y BACHATA INTERMEDIO 2 horas			SALSA Y BACHATA INICIACIÓN 2 horas
19:00 - 19:55h.	CICLO INDOOR	YOGUILATES UMH ZUMBA	CICLO INDOOR	YOGUILATES UMH ZUMBA	
19:30 - 20:25h.	PILATES TBC / GAP		PILATES TBC / GAP		
20:00 - 20:55h.		TOTAL TRAINING NINJUTSU		TOTAL TRAINING NINJUTSU	



Y recuerda:

Participa en todas las AADD que quieras con tu matrícula

Puedes consultar toda la información sobre las AADD en este enlace:
<http://deportes.umh.es/cursos/actividades-multidisciplinares/>