

## Obertes les inscripcions per al sisè Campus d'Estiu de Sincro



+ [1]

Per sisè any consecutiu, el Club Natació Granollers organitza el Campus d'Estiu de Natació Sincronitzada, que tindrà lloc del 21 al 26 de juliol. Aquest stage està dirigit a nens i nenes de 5 a 19 anys (nascuts entre el 2010 i 1996), que estiguin interessats en millorar i perfeccionar el seu rendiment tant a nivell físic com tècnic, o que vulguin iniciar-se en l'esport de la natació sincronitzada. Els grups estaran repartits en funció de l'edat i els coneixements dels participants.

Durant sis dies, seguiran un pla d'entrenament diari (matí i tarda) que inclourà sessions de natació sincronitzada (aprenentatge i treball de rutines, entrenament de la tècnica individual i de les figures, coreografia i creativitat) i activitats complementàries i de lleure, com ballet, gimnàstica, flexibilitat, psicologia de l'esport, tallers de maquillatge i manualitats... a més a més d'una sortida al Bosc Vertical. L'últim dia de Campus es realitzarà una exhibició de cloenda, oberta a familiars i amics, amb la voluntat de què es pugui veure el treball realitzat durant l'stage.

El quadre tècnic que portarà a terme les activitats està integrat per professionals del Club, entrenadors superiors i auxiliars de Natació Sincronitzada titulats per la Federació Espanyola i Catalana de Natació, a més de tècnics de gimnàstica i professionals de la dansa. Professionals amb sòlida experiència i que han format a les actuals campiones i subcampiones d'Espanya i que tants èxits han donat al Club al llarg d'aquests darrers anys.

Tanmateix, els participants que siguin de fora de Granollers tindran l'opció d'allotjar-se a un hotel de la ciutat. Endemés, el Campus acull l'opció de participar com a entrenador de natació sincronitzada, amb activitats específiques per a tècnics i aprofitant l'experiència de l'equip de

professionals del Club.

Un cop finalitzat el campus, hi ha possibilitat de contractar el Programa Entrenador Personal, adreçat a aquells participants que vulguin millorar el seu nivell d'entrenament a través d'un servei personalitzat.

**Per a més informació:**

**SARA RAMOS**

**Departament de Comunicació**

**[comunicacio@cngranollers.org](mailto:comunicacio@cngranollers.org)** [2]

**Telf. 93 870 45 99 - Extensió 131**

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type, //dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

[comunicacio@ajuntament.granollers.cat](mailto:comunicacio@ajuntament.granollers.cat)

---

**URL d'origen:**<https://www.granollers.cat/noticies/esports/obertes-les-inscripcions-al-sis%C3%A8-campus-d%E2%80%99estiu-de-sincro>

**Enllaços**

[1] [https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2015/04/sincro-cng\\_1.jpg](https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2015/04/sincro-cng_1.jpg)

[2] <mailto:comunicacio@cngranollers.org>