

Temas

Infancia, Juventud, Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

GIMNÀSTICA RÍTMICA

Grup d'iniciació i activitats que no requereix de competició

MINIS: Infants que s'inicien en la gimnàstica rítmica.

- EDAT: a partir dels 2 anys-
- DIA/HORA: Dimarts i dijous de 17h a 18h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa.
- PREU: 22€/mes.

PETITES: Continuen la pràctica de la gimnàstica rítmica com a activitat esportiva.

- EDAT: de 3 fins a 5 anys.
- DIA/HORA: Dilluns, dimecres i divendres de 16h a 17h.
- UBICACIÓ: Pavelló Municipal.
- PREU: 30€/mes.

MITJANES: Continuen la pràctica de la gimnàstica rítmica com a activitat esportiva.

- EDAT: a partir de 1r de primària
- DIA/HORA: Dilluns, dimecres i divendres de 17h a 18h
- UBICACIÓ: Pavelló Municipal.
- PREU: 30€/mes.

GRUPS DE COMPETICIÓ

Rítmica de competició - GRUP 1: Gimnastes que s'inicien en el món de la competició escolar a nivell comarcal, mitjançant el Consell Esportiu del Baix Camp i UCEC.

- DIA/HORA: Dilluns, dimecres i divendres de 16 a 18h
- UBICACIÓ: Pavelló Municipal.
- PREU: 40€/mes.

Rítmica de competició - GRUP 2: Gimnastes que competeixen a nivell federat de la Federació Catalana de Gimnàstica Rítmica (GIMCA).

- DIA/HORA: Dilluns, dimecres i divendres de 18 a 20h
- UBICACIÓ: Pavelló Municipal.
- PREU: 40€/mes.

CONDICIONS DE LA RÍTMICA

- NO EMPADRONATS: matrícula de 10€ al formalitzar l'inscripció.
- ASSEGURANÇA: obligatòria als menors d'edat amb un cost de 15€.
- PROMOCIÓ: 3 mesos gratuït per als grups de Rítmica Minis i Petites, només per a noves incorporacions o nous membres del club (amb compromís de continuïtat).
- DESCOMPTE: 10€ per la segona activitat i/o segons el nombre de membres de la mateixa família.

AERORÍTMIC

Activitat física que combina exercici aeròbic amb música i moviments rítmics.

AERO - GRUP 1.

- EDAT: de 4 fins 2n de primària
- DIA/HORA: Dimarts i dijous de 17h a 18h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa
- PREU: 22€/mes.

AERO - GRUP 2.

- EDAT: de 3r fins 6è de primària
- DIA/HORA: Dimarts i dijous de 18h a 19h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa
- PREU: 22€/mes.

AERO - GRUP 3.

- EDAT: a partir de 1r d'ESO
- DIA/HORA: Dimarts i dijous de 19h a 20h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa
- PREU: 22€/mes.

AERO EXHIBICIÓ. Grup orientat a participants que primer han fet rítmica de competició.

- EDAT: 16 fins als 40 anys
- DIA/HORA: Dissabtes de 12.30h a 14.30h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa
- PREU: 22€/mes.
- No és un grup de competició oficial.

AERO ADULTES.

- EDAT: dels 20 fins als 70 anys.
- DIA/HORA: Dimarts i dijous de 20h a 21h.
- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa
- PREU: 22€/mes.
- No competeixen.

CONDICIONS ECONÒMIQUES

- NO EMPADRONATS: matrícula de 10€ al formalitzar l'inscripció.
- ASSEGURANÇA: obligatòria als menors d'edat amb un cost de 15€.

- PROMOCIÓ: 3 mesos gratuït per a AERORÍTMIC GRUP 1, només per a noves incorporacions o nous membres del club (amb compromís de continuïtat).

- DESCOMPTE: 10€ per la segona activitat i/o segons el nombre de membres de la mateixa família.

CASAL D'ESTIU

El CGRH organitza un Campus d'Estiu per a infants i joves de tots els nivells.

- EDAT: dels 4 fins als 18 anys.

- DIA/HORA: Dilluns a divendres de 9h a 13.30h

- UBICACIÓ: Pavelló d'Hifrensa

- PREU: 1 setmana 35€ / 2 setmanes 60€ / 4 setmanes 110€ / tot l'estiu 160€ /

- *NO EMPADRONATS* 5€ més per setmana.

TECNIFICACIÓ DE GIMNÀSTICA RÍTMICA

És una formació especialitzada en gimnàstica rítmica per a gimnastes de competició, orientada a perfeccionar la tècnica i potenciar l'expressió artística.

Es treballa tècnica corporal (força, flexibilitat i coordinació), tècnica d'aparells (perfeccionament i maneig), expressió artística (presència, interpretació i connexió) i preparació competitiva (estratègia, confiança i mentalitat).

L'objectiu és millorar la tècnica, perfeccionar l'expressió i ajudar les gimnastes a superar els seus límits.

- PREU: 1 setmana 35€ / 2 setmanes 60€

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

M^a Jesús Céspedes Vivanco (652990956) (jomaalvace@gmail.com)

Fecha de última actualización de la actividad

26/08/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

[illegible]

http://INSTAGRAM: cgr_hospitalet
<http:// YOUTUBE: CGRH>
<http://CGRH Club Gimnàstica Rítmica l'Hospitalet de l'Infant>
<http://TikTok: crghospitalet>

4 de 5



CGRH

CLUB DE GIMNÀSTICA
RÍTMICA I AERORÍTMIC
L'HOSPITALET DE L'INFANT