

PATINAJE SOBRE HIELO EN PAVILION

Este programa ofrece clases progresivas, está diseñado para incrementar tu experiencia recreativa de patinaje y desarrollar las habilidades básicas que son fundamentales para el patinaje artístico. Atención: Los participantes pueden ser transferidos durante una clase al nivel que mejor le corresponda. El programa incluye el alquiler de patines.

- **Apropiadas para las edades:** Clases en grupo de 4 a 5 años, 6 a 11 años, de 12 a 15 años y de 16 a más
- **De acuerdo a sus habilidades:** Está basado en habilidades de aprendizaje progresivas.
- **Instruidas por profesionales:** Nuestro instructores están altamente calificados y tienen años de experiencia enseñando niños y adultos el patinaje sobre hielo.
- **Inclusivo:** Todas las edades y niveles son bienvenidos.
- **Saludables:** ¡La práctica de patinaje sobre hielo regular desarrolla resistencia, coordinación, fortaleza y una mente feliz!

¡BONO—PATINA GRATIS!

Los participantes inscritos en clases de patinaje pueden practicar gratis de martes a jueves en horarios de recreación al público en general. (No incluye el alquiler de patines). El alquiler cuesta \$3.

CONSEJOS: Los requisitos están enumerados en la descripción de cada clase en nuestra página de internet:

www.bendparksandrec.org

Los participantes deben dominar cada nivel antes de pasar al siguiente.

www.bendparksandrec.org

Para mayor información llame al
(541)389-7588

Para servicios en español llame al
(541)706-6190

Patinaje para niños en Kinder 1 y 2 / Edad: 4 y 5
Aprende a pararte, marchar, agacharse y desplazarte sobre el hielo con canciones y juegos. Es necesario equipo de protección.
Actividad: 110101

KinderSkate 2 y 3 / Edad: 4 y 5
¡La aventura continúa! Los participantes practicarán deslizamientos largos en la pista, desplazarse hacia atrás y a parar. Es necesario el uso de equipo de protección. Pre-requisito: completar el nivel KinderSkate 1 y 2 con éxito.
Actividad: 110102

Patinando en Familia-Nivel 1
Edades: de 6-11 años
¡Los patinadores con un padre de familia, familiar u otra persona adulta aprenderán a patinar juntos! Con nuevas habilidades y juegos, los ayudaremos a tener más confianza en sus patines durante nuestras clases para que progresivamente puedan entrar en una clase por sí solos. A la hora de inscribirse de el nombre de su niño(a), esto incluye un adulto. Patines disponibles se recomienda el uso de cascos.
Actividad: 110110

Nivel 1-3: Aprender a Patinar sobre Hielo
Edades: de 6 a 11 años

¡Se empieza con figuras artísticas!. Aprende a marchar, realizar movimientos ondulados con las piernas y deslizarte sobre el hielo. Recomendamos el uso de cascos.
Actividad: 110111

Nivel 4-6: Aprender a Patinar sobre Hielo
Edades: de 6 a 11 años
Sigamos, aprende a deslizarte con un solo pie, movimientos ondulados hacia atrás, voltear y parar con las dos piernas a la vez. Pre-requisito: Completar de manera exitosa el nivel 3
Actividad: 110114

Nivel 7-8: Aprender a Patinar sobre Hielo
Edades: de 6 a 15 años

Comenzamos con el salto valzer, aprendemos a dar una vuelta con un pie y las habilidades necesarias para aprender a de manera exitosa como aterrizar, transiciones Mohawks o cambios de dirección y transiciones. Pre-requisito: Completar de manera exitosa el nivel 6.

Actividad: 110117

Nivel 1 - 3: Aprender a Patinar sobre Hielo para Adolescentes:

Edades: De 12 a 15 años
Descubre tus habilidades en el hielo mientras aprendes a deslizarte y desarrollar tus zancadas. Practicaremos equilibrio, deslizarte en la parte interior de las cuchillas del patin. Pued esar patines de hockey o de patinaje artístico.
Actividad: 110131

Nivel 4 - 6: Aprender a Patinar sobre Hielo para Adolescentes:

Sigue obteniendo más confianza en tus habilidades en el hielo! Continuaremos aprendiendo las técnicas para voltear, aprender a deslizarte con los bordes de la cuchilla del patin y hacer las cruzadas. Pre-requisito: Completar con éxito el nivel 3 de adolescentes.

Programa :110133

Pre Estilo Libre (Pre-Free Skate)
Edades: 6 a 15 años

Entremos al mundo del patinaje artístico avanzado, aprenderemos nuevos movimientos con las piernas y la primera parte de los saltos de rotaciones simples. Continúa refinando sus técnica artística

Actividad: 110136



play for life



CLASES DE PATINAJE SOBRE HIELO UN VEZ A LA SEMANA

MARTES

DD \$72/FD\$86.40 **7 de enero al 11 de febrero**

DD \$72/FD\$86.40 **18 de febrero al 31 de marzo**
(no hay clases el 24 de marzo)

Patinaje para niños en Kínder: Nivel 1 y 2	5:05 pm
Patinaje para niños en Kínder: Nivel 2 y 3	4:30 pm
Aprender a patinar: Nivel 1-3	4:30 pm
Aprender a patinar: Nivel 4 - 6	5:05 pm
Adolescentes: Nivel 1 - 3:	5:45 pm
Adolescentes: Nivel 4 - 6:	5:45 pm

JUEVES

DD \$72/FD\$86.40 **9 de enero al 13 de febrero**

DD \$72/FD\$86.40 **20 de febrero al 2 de abril**
(no hay clases el 26 de marzo)

Patinaje para niños en Kínder, Nivel 1 y 2:	4:30 pm
Patinaje para niños en Kínder, Nivel 2 y 3	5:05 pm
Aprender a patinar en Familia,	5:45 pm
Aprender a patinar: Nivel 1 - 3	5:05 pm
Aprender a patinar: Nivel 4 - 6	4:30 pm
Aprender a patinar: Nivel 7 - 8	5:45 pm

SÁBADOS

DD \$72/FD\$86.40 **4 de enero al 15 de febrero**
(no hay clases el 25 de enero)

DD \$72/FD\$86.40 **22 de febrero al 4 de abril**
(no hay clases el 28 de marzo)

Patinaje para niños en Kínder, Nivel 1 y 2:	9:55 am
Patinaje para niños en Kínder, Nivel 2 y 3	9:20 am
Aprender a patinar: Nivel 1 - 3	8:45 am
Aprender a patinar: Nivel 4 - 6	9:20 pm
Estilo Libre: Nivel 1 - 3	9:40 pm

Las clases duran 30 minutos

www.bendparksandrec.org
Para mayor información llame al
(541)389-7588
Para servicios en español llame al
(541)706-6190



play for life