

CIRCULAR NOVIEMBRE
ESCUELA OLÍMPICA
CURSO 2022/2023



LUCHA

Hola a todos,

Continuamos nuestro currículum deportivo con otro deporte de contacto, esta vez Lucha.

Este deporte desarrolla las habilidades motrices básicas, especialmente los desplazamientos y giros e incrementa la condición física de forma muy globalizada: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.

Las clases serán impartidas en la sala de la Escuela Olímpica en su horario habitual los siguientes días:

- **Lunes 7 de noviembre.**
- **Lunes 14 de noviembre.**
- **Lunes 21 de noviembre.**
- **Lunes 28 de noviembre.**

Los miércoles 9, 16, 23 y 30 de noviembre se desarrollarán las sesiones de manera habitual.

Esta circular estará disponible en la página web del Grupo (cursillos - escuela educación física - 2022/2023).

Para cualquier duda o aclaración no duden en contactar con edufis@rgcc.es

Un saludo y gracias por confiar en nosotros.