

DÍA 1	
9:00-9:30	Entrada, bienvenida y dinámica de presentación. Calentamiento musical.
9:30- 10:30	Manualidad grupal Creación del cartel del campus : diseño, nombre del grupo y decoración.
10:30-11:15	Almuerzo
11:15-12:15	Técnica colectiva + Coreografía Movimientos corporales, equilibrios, saltos, giros.
12:15-13:30	Juegos cooperativos de expresión corporal Ritmo, emociones y movimiento libre.
13:30-14:00	Vuelta a la calma + reflexión del día ¿Qué hemos aprendido hoy? Creación de la carpeta del campus .
DÍA 2 Y 3	
9:00-9:30	Entrada y calentamiento activo
9:30-10:30	Preparación física específica • Fuerza general (abdominales, lumbares, piernas)/circuito • Flexibilidad dinámica y activa • Trabajo de equilibrio y alineación
10:30-11:15	Almuerzo
11:15-13:00	Técnica individual + Coreografía
13:00-13:45	Juegos rítmicos y precisión corporal. Manualidad: pinto mi medalla/diseño mi maillot
13:45-14:00	Estiramientos y relajación guiada + reflexión del día.
DÍA 4	
9:00-9:30	Entrada y calentamiento activo
9:30-10:30	Ensayo final
10:30	Almuerzo
11:15-12:15	Aprendemos a hacernos moño de competición y maquillaje con brillitos
12:15-13:30	Foto final con el cartel del campus Dinámica de cierre: "Mi momento favorito" Ensayo general
13:30-14:00	Presentación del baile a las familias + salida

