

Campamento Ignite 2020

Gimnasia

Cada semana, los gimnastas tendrán la oportunidad de explorar una variedad de actividades como parte de su experiencia de gimnasia en Girls Inc. Además de aprender habilidades y técnicas específicas en la viga, barras, piso y pista de caída, también se divertirán jugando juegos y creando proyectos creativos centrados en los temas de cada sesión.

Sesión #1 15 de junio – 26 de junio –Somos Girls Inc.!

Ser parte del programa de gimnasia de Girls Inc. significa que eres fuerte, inteligente y decidida de la cabeza a los pies. Gimnastas de Girls Inc. son líderes que se apoyan mutuamente y se fortalecen mutuamente. Esta sesión se centrará en la diversidad de cada participante y formas en cuales se pueden unir como grupo, para ser más fuertes juntos.

- 15 de junio – 19 de junio —Diversidad entre nosotros
- 22 de junio – 26 de junio —Trabajando como un equipo

Sesión #2 29 de junio- 10 de julio – Somos Inteligentes!

Sea curioso, haga preguntas, encienda la pasión y explore su creatividad a medida de inventar y configurar inteligentes creaciones que puedan resolver problemas en el gimnasio. De búsquedas de tesoro ha juegos creativos de resolución de problemas, los gimnastas descubrirán de primera mano lo divertido que puede ser pensar fuera de la caja y abordar la vida con una actitud de "yo puedo".

- 29 de junio – 2 de julio —Semana de ser detectives
- 6 de julio – 10 de julio —Nosotros imaginaremos

Sesión #3 13 de julio – 24 de julio – Somos Fuertes!

Inhalar. Exhalar. Repetir. En Girls Inc. somos fuertes en nuestros cuerpos, mentes y almas. En esta sesión nos enfocaremos en cuatro áreas de ser nuestros seres más fuertes: actividad física, imagen corporal positiva, nutrición y manejo del estrés. También exploraremos la historia de los deportes olímpicos, así como los celebraremos este año. Nos enfocáremos en cómo los jugadores olímpicos trabajan en equipo.

- 13 de julio – 17 de julio —Semana de salud y bienestar
- 20 de julio – 24 de julio — Semana de olimpiadas

Sesión #4 27 de julio- 7 de agosto – Somos Decididas!

Pow! Bam! Zap! Los gimnastas desenmascaran al héroe que tienen por dentro mientras usan su poder para tomar riesgos, aumentar su confianza y ser aún más valientes probando su fortaleza en nuevos y más difíciles habilidades de gimnasia. ¡Debemos ser atrevidos y llevar nuestras habilidades de gimnasia al siguiente nivel!

- 17 de julio – 31 de julio —Semana de explorar
- 3 de agosto – 7 de agosto —Semana de súper héroes