



CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA

ÍSCAR - VALLADOLID
21 AL 28 DE JUNIO - 28 DE JUNIO AL 5 DE JULIO

INDIGO

WWW.SPORTSCAMPUSPROMISES.COM
INFO@SPORTSCAMPUSPROMISES.COM
TLF. 626-513-278

SPORTS CAMPUS PROMISES

VERANO 2025

Sports Campus Promises en su 10º aniversario presenta su campus de tecnificación deportiva de Gimnasia Rítmica que tendrá lugar en Íscar - Valladolid en dos turnos, primer turno del 21 de junio al 28 de junio y segundo turno, del 28 de junio al 05 de julio.



INSCRIPCIÓN AL CAMPUS

MODALIDAD INTERNA

- Alojamiento en pensión completa.
- Seguro de RC y de accidentes.
- Grados de evolución deportiva RFC
- Entrenamientos dirigidos por entrenadoras nacionales e internacionales.
- Acceso exclusivo a masterclass con gimnasta nacional o internacional.
- Foto individual y grupal y firma de la gimnasta.
- Excursión: Piragüismo en las Hoces del río Duratón.
- Instalaciones deportivas municipales.
- Piscina municipal.
- Acreditación del Campus.
- Seguimiento fotográfico y foto grupal.
- Welcome pack de regalo.
- Fiesta final/entrenamiento abierto para las familias.

MODALIDAD EXTERNA

- Alojamiento en media pensión.
- Seguro de RC y de accidentes.
- Grados de evolución deportiva RFC
- Entrenamientos dirigidos por entrenadoras nacionales e internacionales.
- Acceso exclusivo a masterclass con gimnasta nacional o internacional.
- Foto individual y grupal y firma de la gimnasta.
- Excursión: Piragüismo en las Hoces del río Duratón.
- Instalaciones deportivas municipales.
- Piscina municipal.
- Acreditación del Campus.
- Seguimiento fotográfico y foto grupal.
- Welcome pack de regalo.
- Fiesta final/entrenamiento abierto para las familias.





PROGRAMA DEL CAMPUS

DOMINGO

- 13:00h** check in (1 turno)
- 16:00h** prueba de nivel (1 turno)
- 17:00h** check in (2 turno)
- 18:30h** prueba de nivel (2 turno)

LUNES A SÁBADO (EXCEPTO EL JUEVES)

- 09:00h** Desayuno
- 09:45h** Entrenamiento I
- 11:45h** Actividad Específica
- 12:30h** Piscina
- 14:00h** Descanso - Duchas
- 15:00h** Comida y descanso
- 16:45h** Entrenamiento II
- 18:15h** Digital Lab y evolución
- 19:00h** Piscina
- 20:30h** Duchas y descanso
- 21:00h** Cena
- 22:00h** Velada
- 23:30h** Dormir

JUEVES

EXCURSIÓN

Hoces del río Duratón

DOMINGO

- 10:30h** fiesta final (1 y 2 turno)
- 12:30h.** check out (1 y 2 turno)

1

TÉCNICA CORPORAL
Perfeccionamiento de posturas, saltos, giros y equilibrios corporales.

2

TÉCNICA DE APARATO
Manejo específico, lanzamientos y capturas de cuerda, aro, pelota, mazas y cinta.

4

PREPARACIÓN FÍSICA
Desarrollo de flexibilidad, fuerza explosiva, coordinación y resistencia cardiovascular.

3

ELEMENTOS COREOGRÁFICOS
Composición de rutinas, expresión artística, musicalidad y conexión con el público.

5

DIGITAL LAB
Análisis de video individual y colectivo, estadísticas de rendimiento, feedback tecnológico

6

GRADOS DE EVOLUCIÓN DEPORTIVA
Evaluación periódica del progreso, niveles de competición y control de desarrollo deportivo.



GRADOS DE EVOLUCIÓN DEPORTIVA



El Instituto para la Calidad Deportiva Española del Instituto Internacional de Excelencia y Certificaciones Deportivas certifica a:

SPORTS CAMPUS PROMISES

como Campus de Tecnificación Deportiva que cumple con los requisitos necesarios para el sello de calidad deportiva .



El Instituto Internacional de Excelencia y Certificaciones Deportivas nos ha certificado a Sports Campus Promises como evaluador del sistema Grados de Evolución Deportiva de Gimnasia Rítmica con el sello PREMIUM PLUS



STAFF TÉCNICO

PRIMER TURNO



NOA ROS

Campeona de España en 2019. Formó parte del equipo nacional desde 2016, representándonos en el Campeonato de Europa junior individual, Campeonato del Mundo sénior, Copa del Mundo de Pesaro (ITA) y Kazan (RUS) 2019.



NATALIA CABALLERO

Diez Campeonatos de España en categoría absoluta. Entrenadora desde 2016 en la Comunidad de Madrid, formando gimnastas en categorías básica, base y preferente. Actualmente entrenadora en CDE Believe, donde la excelencia deportiva y el crecimiento personal forman parte de un mismo proceso.



CLAUDIA RUÍZ

Entrenadora desde 2023, formando gimnastas de categoría básica y guiándolas en sus primeros pasos dentro del mundo de la competición. Actualmente parte del equipo técnico de CDE Believe.



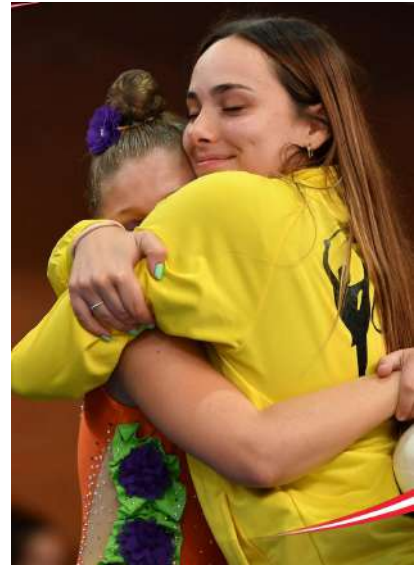
STAFF TÉCNICO

SEGUNDO TURNO



PATRICIA PÉREZ

Pieza fundamental del conjunto nacional. Ganadora de diez medallas en campeonatos oficiales entre 2022 y 2024 (cinco mundiales y cinco europeas). En la Copa del Mundo de Bakú 2024, se alzó con el oro en el concurso general. Destacada participación en los Juegos Olímpicos de París 2024.



NATALIA CABALLERO

Diez Campeonatos de España en categoría absoluta. Entrenadora desde 2016 en la Comunidad de Madrid, formando gimnastas en categorías básica, base y preferente. Actualmente entrenadora en CDE Believe, donde la excelencia deportiva y el crecimiento personal forman parte de un mismo proceso.



IRENE ALONSO

Entrenadora de nivel 2 y actualmente gimnasta nacional. Ha participado en 5 campeonatos de España: Pamplona 2019, Pamplona 2023, Castellón 2024, Castellón 2025 y Oviedo 2026. 2 Y 3 puesto de Madrid





RESIDENCIA DEPORTIVA



La residencia deportiva se construyó en el año 2007 y fue creada con el único propósito de alojar a deportistas.

Se encuentra ubicada en la localidad de Íscar. Es una referencia para todos los clubs deportivos tanto a nivel regional como a nivel nacional e internacional. Alojando categorías inferiores y absolutas de baloncesto, balonmano, fútbol sala, etc.

HABITACIONES



La residencia cuenta con una capacidad para 120 personas distribuidas en dos plantas:

- 10 habitaciones dobles.
- 27 habitaciones triples.
- 4 habitaciones cuádruples

Además todas las habitaciones cuentan con:

- Baño interior.
- Aire acondicionado.
- Armario para cada persona.
- Vistas al exterior





INSTALACIONES DEPORTIVAS



PABELLÓN MUNICIPAL DE ÍSCAR

SUPERFICIE: 1.221 m²

DEPENDENCIAS:

5 vestuarios.

Sala audiovisuales

WC públicos

Gradas telescópicas para 420 personas.



PABELLÓN FRONTÓN DE ÍSCAR

SUPERFICIE: 560 m²

DEPENDENCIAS:

2 vestuarios.

4 WC públicos.

Gimnasio

Gradas para 480 personas.



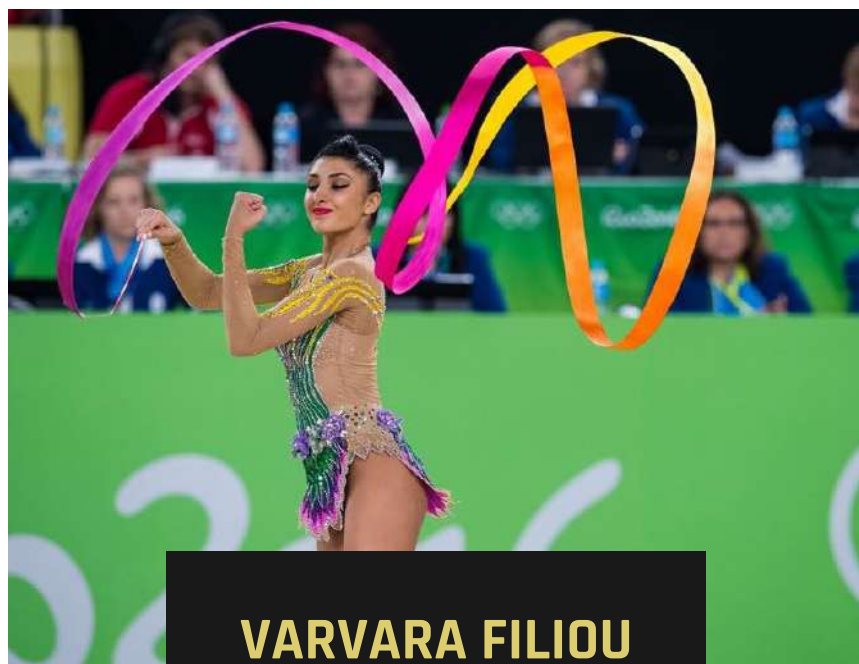
MASTERCLASS

1 TURNO
SÁBADO 27 DE JUNIO



POLINA BEREZINA

2 TURNO
SÁBADO 04 DE JULIO



VARVARA FILIOU



EXCURSIÓN

PIRAGÜISMO: HOCES DEL RÍO DURATÓN JUEVES: Todo el día



Nos sumergiremos por las tranquilas aguas de Las hoces del río Duratón con sus impresionantes cañones de más de 80 metros de altura donde anida la mayor colonia de buitres leonados de Europa y playas donde darnos un baño.

En mitad del recorrido, en plenas Hoces, descubrimos navegando en piragua el Chiringuito "El Duranguito", donde nos encontraremos con dos espectaculares playas donde nuestros Campers disfrutarán de una rica comida mientras juegan, al voley playa, ping pong o fútbolín.

PISCINA

TODOS LOS DÍAS: MAÑANA Y TARDE



Cada día nuestros campers disfrutarán tanto por la mañana como por la tarde de una hora y media de piscina donde buscaremos un momento de relax y socialización entre todos nuestros Campus.





FIESTA FINAL



VELADAS NOCTURNAS

TARIFAS

- Modalidad interna: **560€**
- Modalidad externa: **500€**

MODALIDAD DE PAGO

- Pago completo
- Pago fraccionado: **50% en la inscripción**
50% antes del 1 de junio

DESCUENTOS

- 2 Semanas de campus INTERNO: **1075€**
- 2 Semanas de campus EXTERNO: **950€**

WELCOME PACK DE REGALO

- Acreditación personal del campus
- Camiseta SOLO by Indigo Sport
- Short SOLO by Indigo Sport
- Punteras SOLO by Indigo Sport
- Regalo extra Indigo Sport
- Pulsera del campus



MATERIAL NECESARIO

ENTRENAMIENTOS

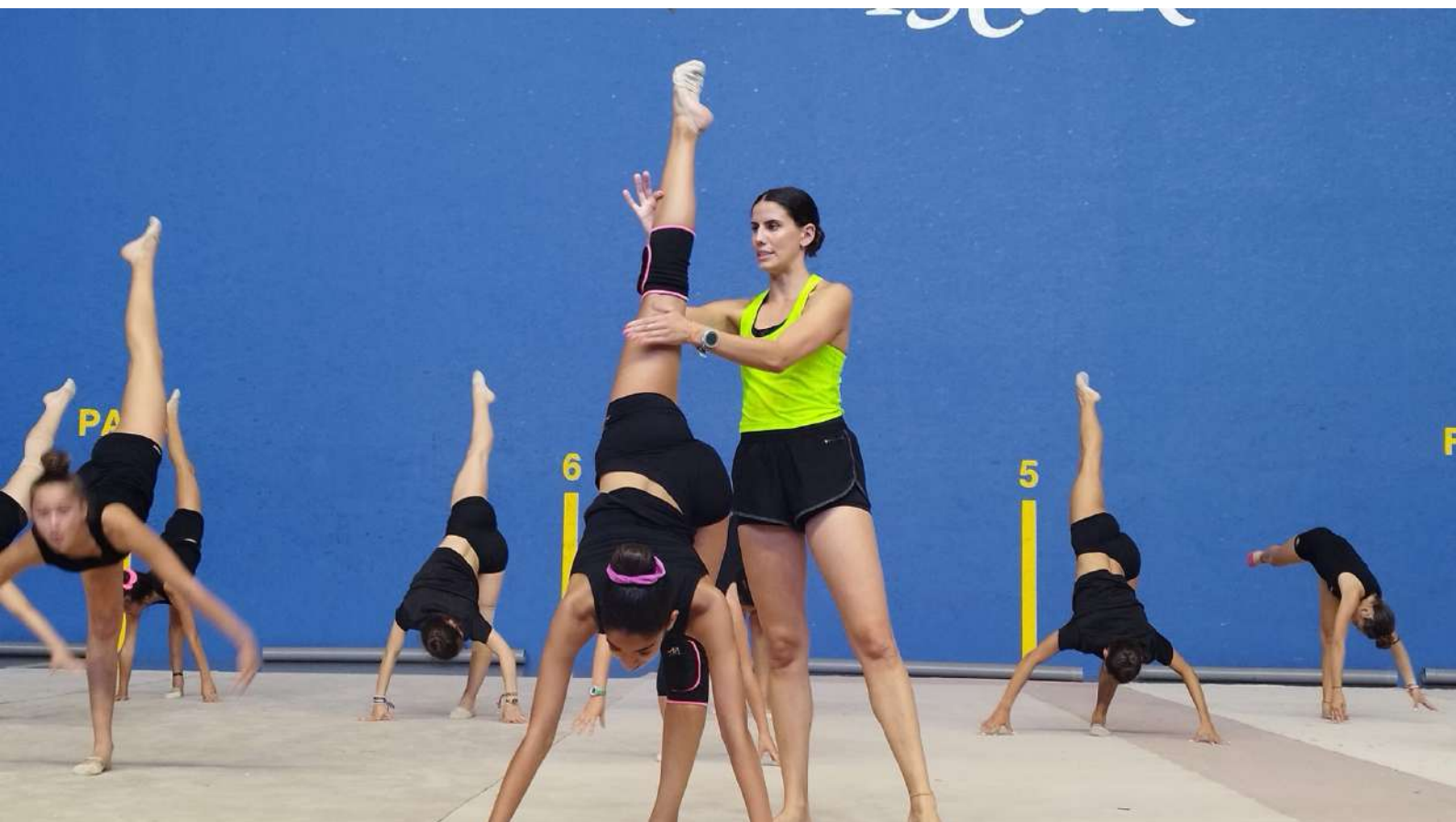
- Aparatos de gimnasia rítmica: aro, cuerda, pelota, mazas y cinta. En caso de no tener, el campus lo facilitará.
- Ropa de entrenamiento cómoda y elástica.
- Material de entrenamiento: punteras, banda elástica, goma elástica de números, cojín pequeño, rodilleras y lastres (kg según gimnasta).
- Mochila de entrenamiento
- Toalla de cara para los entrenamientos
- Botella de agua rellenable y marcada con su nombre.

PARA EL DÍA

- Ropa de calle de verano con alguna chaqueta y pantalón largo.
- Zapatillas de deporte
- Neceser de higiene personal (champú, cepillo y pasta de dientes, cepillo de pelo, accesorios para recogerse el pelo).
- Material de piscina y excursión (mochila para la piscina, chanclas, bañador, **gorro (obligatorio)** toalla de piscina, crema solar, gorra...)

OTRAS COSAS

- Documentación (DNI y tarjeta sanitaria fotocopia)
- Pueden llevar móvil mayores de 16 años (incluido) y podrán hablar en horario de 20 a 21h (resto del tiempo se recogerán).
- Pueden llevar algo de dinero en metálico (opcional) siendo responsabilidad de cada una de ell@s.



INFORMACIÓN

Para más información:
info@sportscampuspromises.com
www.sportscampuspromises.com
Tlf. 626-513-278

INSCRIPCIONES

Apertura de inscripciones hasta cubrir todas las plazas disponibles.

Una vez realizado el formulario y el pago, la organización comprobará que está todo correcto y enviará un mail de confirmación al correo facilitado en la inscripción.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

La política de reembolso de Sports Campus Promises indica que cancelando la inscripción antes del **21 de mayo** (1 mes antes) se devolverá el **100%** del importe.

Para cancelaciones antes del **15 de junio** por motivos de lesión o enfermedad y previa entrega de justificante médico, se devolverá el **70%** del importe de la inscripción

Para cancelaciones a partir del **21 de mayo** hasta el inicio del campus **sin causa justificada** no se devolverá nada del importe de la inscripción

Si la organización anulase alguno de los campus por insuficientes inscritos se devolverá el **100% del importe.**

INSCRIPCIÓN

1 TURNO



INSCRIPCIÓN

2 TURNO



INSCRIPCIÓN

AMBOS TURNOS



PLAZAS LIMITADAS HASTA CUBRIR LA TOTALIDAD

PATROCINADORES



INDIGO

TIENDA VOLEIBOL

