

Preys:

Bloc 1 i 2:

Si fas una càpsula, et surt a 25€.

Si en fas dues, la segona et surt per 19€

Si en fas tres, la tercera et surt per 13€.

Bloc 3:

Si fas una càpsula, et surt a 25€.

Si en fas dues, la segona et surt per 19€.

*No es poden barrejar càpsules entre blocs

** condicions i preys especials si formes part del projecte "corresponsals"

*** En cas que el grup ho demani les càpsules es poden ampliar a més sessions.

inscriu-te!



L'Espai de trobada obre de dimarts a divendres de 15.30 a 19.45h.
(Activitats puntals alguns dissabtes.)
Si vols informar-te de tot el que fem segueix-nos a les xarxes!

Vine i descobreix-nos!

+ info i contacte

615 84 47 28

@agora_alella

www.alella.cat/agora



Organitza:



AJUNTAMENT D'ALELLA

CURS 2024/25

LES CÀPSULES DE L'ÀGORA

"posa't a prova!"



informació general

En aquest curs 24-25, des de l'àrea d'Adolescències i Joventut adaptem la nostra proposta formativa a la realitat dels adolescents d'Alella. Hem creat el format "càpsula", un tastet de 3 sessions els divendres d'hora i mitja de durada, que pretén posar-vos a prova. Us volem fer descobrir noves disciplines, però sobretot, volem que proveu i volem que experimenteu, sense més compromís que venir amb ganes de passar-vos-ho bé. Això sí, volem que ens acompanyeu i que aprofiteu aquesta oportunitat per venir a l'Àgora i participar de tot el que tenim preparat per fer amb vosaltres.

Ens veiem a l'Àgora!

- Les càpsules són els divendres.
- Hora: 16.30h a 18.00h (90' per sessió).
- Càpsules pensades per adolescents de 12 a 18 anys.
- Es realitzaran a l'Àgora, antigues escoles Fabra.
- Hi ha d'haver un mínim d'inscrits.

Bloc 1: Octubre-Gener

Octubre Callistènia

Sessions d'estiraments i entrenaments dels vostres grups musculars. Les sessions dens serviran per perfeccionar la tècnica els nostres moviments, adquirir una bona rutina.

📍 Parc de callistènia

Novembre Skate

Amb aquestes sessions aprendràs trucs, jocs i conceptes teòrics bàsics. Al mateix temps que treballaràs la forma física, l'auto superació i l'autoestima.

📍 Skate Parc d'Alella

Gener Body Painting

Sessions dedicades a decorar el nostre cos amb pintura. Jugarem amb aquest art efímer per deixar anar la imaginació i crear obres d'art a la nostra pell.

Bloc 2: Gener-Abril

Gener/febrer Boxa

Tres sessions que ens serviran per endinsar-nos en aquesta tècnica. Com atacar, com defensar-te. Com moure't i sobretot, com fer servir els guants. Ens trobem al ring?

📍 Poliesportiu d'Alella

Març Manga

Adolescents que els us agrada el món artístic i de l'anime. En aquestes sessions aprendreu les nocions bàsiques per poder començar a ser un gran dibuixant

Març/Abril Acrobàcia

Fer salts, verticals, equilibris i altres posicions estàtiques i en moviment. En aquest taller t'iniciaràs a una de les tècniques bàsiques del circ i aprendràs a dominar el teu cos. T'hi apuntes?

📍 Lloc a determinar

Bloc 3: Abril/Juny

Abril/Maig Parkour

Vols descobrir una forma diferent per desplaçar-te per Alella? Vols superar els obstacles del medi urbà amb la màxima eficàcia? Prova d'aprendre aquesta tècnica i que res t'aturi.

Maig/Juny Grafiti

Com donar vida a una paret gris? Com plasmar una idea i crear un dibuix de grans dimensions de manera col·lectiva? Prepara els estris perquè aquest any tornarem a posar color al poble.