

Surfskate

Actividad extraescolar

Cubelles Surf Club



Quiénes somos?

Cubelles Surf Club es una escuela de surf situada e Cubelles, formada por profesionales de la enseñanza del surfing titulados por la Federación Española de Surf y apasionados del surf . Actualmente la escuela está impartiendo clases de surf y surfskate para todos los niveles y edades .

És una escuela creada hace más de 8 años y dedicada a promover el surf en toda la costa Mediterranea y transmitir los valores que el surf nos aporta.

¿Que és el Surfskate?

El surfskate es un patín que te permite conseguir (casi) las mismas sensaciones del surf gracias a un eje especial que nos aporta movilidad y rotación .

Se trata de un deporte muy completo y que utilizan muchos surfistas para entrenar los movimientos del surf en seco y un gran pasatiempo cuando no hay olas.

¿ Cómo se realiza la actividad?

Para poder practicar surfskate necesitamos un espacio mínimo de 40 m de terreno con superficie no muy rugosa ,para poder iniciar y perfeccionar maniobras .

Cubelles Surf Club se desplaza al centro escolar con todo el material necesario para llevar a cabo la actividad :

- Surfskate
- Protecciones
- Casco

¿Qué beneficios tiene el surfskate ?

El surfskate es equiparable al Surf y con ello disfrutamos de numerosos beneficios físicos y psicológicos :

- mejoramos el equilibrio : al realizar los movimientos necesitamos equilibrio y una buena posición de pies y tronco superior.
- Flow : mejoramos la coordinación de nuestro cuerpo pudiendo realizar encadenamiento de maniobras de manera fluida .
- Propiocepción y aspectos físicos : al realizar los movimientos, las articulaciones y musculatura se ven reforzadas y se mejorará la coordinación, fuerza y resistencia.
- Mejora cognitiva : mejora de la destreza y agilidad mental, tu cerebro asimila nuevos movimientos y los automatiza de manera que se vuelven reflejos, de esta manera se conseguirá una mayor evolución del alumno ya que podrá centrar toda su atención en la mejora y en otras maniobras y movimientos requeridos.
- Anticipación : muy útil para nuestro día a día, para aprender a detectar el contexto de las situaciones antes que los demás y poder reaccionar con tiempo .
- Paciencia y autocontrol : ayuda a mantener un buen equilibrio mental y reducir el nivel de estrés.
- Capacidad de superación : se trata de un reto constante, buscando siempre mejorar nuestros movimientos y maniobras esto nos lleva a estar activo hacia la superación personal.

Actividad orientada a jóvenes de 6 a 17 años . Se realizan grupos
Se realiza la actividad 1 vez por semana.

En el precio mensual se incluyen los seguros obligatorios de R.C y
accidentes propios de la actividad .

* para llevar a cabo la actividad es necesario un mínimo de 7
alumnos/grupo

Cubelles Surf Club

Passeig de la Mar Mediterrania (Cubelles)

www.cubellessurfclub.com

info@cubellessurfclub.com

@cubellessurfclub

Tf : 682.13.33.16