

2023-2024 TWISTERS FALL/SCHOOL YEAR SCHEDULE

2023/2024
COMIENZA LA TEM-
PORADA
21 de agosto de 2023
A TRAVÉS DE
23 DE MAYO DE 2024

308-381-0217
NETWISTERS@GMAIL.COM
WWW.NEBRASKATWISTERS.COM

Comienza la inscripción:
3 de julio: para familias
actuales
17 de julio: abierto a
nuevas familias

Cuota de inscripción anual: \$48.00 para un solo niño, \$78.00 para la familia. Esta tarifa se paga una sola vez en el momento de la inscripción.

Matrícula para clases de 35 minutos: mes de 4 semanas \$ 65.00 / mes de 5 semanas \$ 81.25 (\$ 16.25 por clase)
Matrícula para clases de 45-55 minutos: mes de 4 semanas \$70.00 / mes de 5 semanas \$87.50 (\$17.50 por clase)

VESTUARIO DE GIMNASIO

Toda gimnasta debe usar vestimenta adecuada:
NIÑAS: Leotardo o traje de baño de una pieza (sin faldas)
NIÑOS: Short y camiseta con cintura elástica

Los zapatos Y los calcetines deben quitarse antes de ingresar al gimnasio.
El cabello debe retirarse de los ojos.
No se permiten joyas sueltas ni aretes colgantes (se permiten aretes de botón)



GYM CLOSED

Labor Day: Sept 1st- Sept 4th
(Classes resume Sept 5th)
Halloween: Tuesday Oct 31st
Thanksgiving: Nov 22nd - Nov 25th
(Classes resume Nov 27th)
Christmas: Dec 22nd - Jan 1st
(Classes resume Jan 2nd)
Easter: March 29th - March 31st
(Classes resume Apr 1st)

<p style="text-align: center;">Koala Bear Coed class (2 year olds & new 3 year olds) <u>Class is 35 min</u></p> <p>Mon: 8:45am-9:20am 10:15am-10:50am</p> <p>Tues: 9:20am-9:55am 3:15pm-3:50pm 3:55pm-4:30pm 4:35pm-5:10pm 5:15pm-5:50pm 5:55pm-6:30pm 6:35pm-7:10pm 7:15pm-7:50pm</p> <p>Thurs: 8:30am-9:05am 10:00am-10:35am 3:15pm-3:50pm 3:55pm-4:30pm 4:35pm-5:10pm 5:15pm-5:50pm 5:55pm-6:30pm 6:35pm-7:10pm 7:15pm-7:50pm</p> <p>Fri: 8:30am-9:05am</p> <p>Sat: 8:30am-9:05am</p>	<p style="text-align: center;">Polar Bear Coed class (3 year olds w/ experience & new 4 year olds) <u>Class is 45 min</u></p> <p>Mon: 9:25am-10:10am 3:10pm-3:55pm 4:00pm-4:45pm 4:50pm-5:35pm 5:40pm-6:25pm 6:30pm-7:15pm</p> <p>Tues: 8:30am-9:15am 10:00am-10:45am</p> <p>Wed: 3:10pm-3:55pm 4:00pm-4:45pm 4:50pm-5:35pm 5:40pm-6:25pm 6:30pm-7:15pm 7:20pm-8:05pm</p> <p>Thurs: 9:10am-9:55am 10:40am-11:25am</p> <p>Fri: 9:10am-9:55am</p> <p>Sat: 9:10am-9:55am</p>	<p style="text-align: center;">Pre Beginner Coed class (4 year olds w/ experience & 5 year olds not in Kindergarten) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon: 3:30pm-4:25pm 4:30pm-5:25pm</p> <p>Tues: 3:30pm-4:25pm 5:30pm-6:25pm</p> <p>Wed: 4:00pm-4:55pm 6:30pm-7:25pm</p> <p>Thurs: 4:00pm-4:55pm 6:00pm-6:55pm</p> <p>Fri: 10:00am-10:55am 5:30pm-6:25pm</p> <p>Sat: 10:00am-10:55am</p>	<p style="text-align: center;">Girls Beginner (Kindergarten - 12 years old) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon: 4:00pm-4:55pm 5:00pm-5:55pm 6:00pm-6:55pm</p> <p>Tues: 3:30pm-4:25pm 4:30pm-5:25pm 6:30pm-7:25pm</p> <p>Wed: 3:00pm-3:55pm 4:30pm-5:25pm 5:00pm-5:55pm 5:30pm-6:25pm</p> <p>Thurs: 4:00pm-4:55pm 5:00pm-5:55pm 6:00pm-6:55pm</p> <p>Fri: 3:30pm-4:25pm</p> <p>Sat: 11:00am-11:55am</p>	
<p style="text-align: center;">Girls Intermediate (Invitation only) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon: 5:30pm-6:25pm 6:30pm-7:25pm</p> <p>Tues: 4:30pm-5:25pm 5:30pm-6:25pm 6:30pm-7:25pm 7:30pm-8:25pm</p> <p>Wed: 6:00pm-6:55pm 7:00pm-7:55pm</p> <p>Thurs: 4:30pm-5:25pm 5:30pm-6:25pm 6:30pm-7:25pm</p> <p>Fri: 4:30pm-5:25pm</p>	<p style="text-align: center;">Girls Advance/Expert (Invitation only) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon: 5:30pm-6:25pm 6:30pm-7:25pm 7:30pm-8:25pm</p> <p>Tues: 7:30pm-8:25pm</p> <p>Wed: 3:00pm-3:55pm 4:00pm-4:55pm 5:00pm-5:55pm 6:00pm-6:55pm 7:00pm-7:55pm</p>	<p style="text-align: center;">Boys Level 1&2 (Kindergarten - 12 years old) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon: 4:30pm-5:25pm 5:30pm-6:25pm 6:30pm-7:25pm</p> <p>Wed: 4:00pm-4:55pm 6:00pm-6:55pm 7:00pm-7:55pm</p>	<p style="text-align: center;">Boys Level 3&4 (Invitation only) <u>Class is 55 min</u></p> <p>Mon. 7:30pm-8:25 pm</p> <p>Wed. 5:00pm-5:55pm</p>	
		<p><u>DESCRIPCIONES DE CLASES AL DORSO</u></p> <p>Si tiene alguna pregunta sobre en qué clase debe estar su hijo, comuníquese con la oficina.</p>		

DESCRIPCIONES DE CLASES

Koala Bear– Clase de 35 minutos

Esta es una clase mixta para niños de 2 y 3 años que son nuevos en la gimnasia. Los estudiantes en esta clase deben poder entrar a la clase sin un adulto. Aprenderán habilidades básicas de gimnasia en equipos que tienen el tamaño adecuado para ellos en un ambiente divertido y seguro. Incorporamos actividades apropiadas para la edad y nos enfocamos en compartir y tomar turnos, desarrollar confianza en uno mismo y trabajar juntos como equipo.

Mantenemos esta clase con una proporción de estudiante por maestro de 3 a 1.

Polar Bear– Clase de 45 minutos

Esta es una clase mixta para niños de 3 años que han completado nuestra clase de Koala Bear y niños de 4 años sin experiencia de gimnasia. Esta clase está diseñada para niños de 3 y 4 años que están listos para explorar el mundo por su cuenta. Las habilidades fundamentales de gimnasia y las posiciones básicas de gimnasia son el enfoque de esta clase. Incorporamos actividades apropiadas para la edad y nos enfocamos en compartir y tomar turnos, desarrollar la confianza en uno mismo y trabajar en equipo. El tamaño de la clase es de 4 a 1 alumno por maestro.

Pre Principiante– Clase de 55 minutos

Esta es una clase mixta que enseñará las habilidades básicas de gimnasia en el equipo de tamaño competitivo de una manera apropiada para la edad. Esta clase es para los niños de 4 años que han completado con éxito la clase de oso polar y para los niños nuevos de 5 años que no están en kindergarten. El tamaño de la clase es de 5 a 1 alumno por maestro.

Niñas Principiantes- Clase de 55 minutos

Esta clase le enseñará a la gimnasta en edad escolar las habilidades básicas en cada uno de los cuatro eventos olímpicos para niñas: salto, Barras Asimétricas, Barra de Equilibrio y Ejercicio de Suelo. Enseñamos esta clase utilizando circuitos y progresiones básicas mediante el uso de una variedad de equipos, que incluyen estaciones de foso, trampolín y perforación. Esta clase es solo para niñas que han completado con éxito el programa Pre Beginner o están en jardín de infantes - 12 años de edad.

Niñas Intermedio– Clase de 55 minutos

Estas clases se ofrecen a aquellos estudiantes que, por determinación de nuestro personal, han cumplido con los requisitos necesarios. Mientras estén en esta clase, los estudiantes estarán expuestos a habilidades de gimnasia más avanzadas en cada evento. Esta clase se ofrece solo por invitación.

Niñas Avanzadas/Expertas– Clase de 55 minutos

Estas clases se ofrecen a aquellos estudiantes que, por determinación de nuestro personal, han cumplido con los requisitos necesarios. Mientras estén en esta clase, los estudiantes estarán expuestos a habilidades de gimnasia más avanzadas en cada evento. Esta clase se ofrece solo por invitación.

Niños Nivel 1 y 2– Clase de 55 minutos

Esta clase es para aquellos niños que han pasado con éxito por la clase de Pre-Principiantes o niños nuevos en la gimnasia entre las edades de Kindergarten -12 años. En esta clase se enseñan habilidades básicas de gimnasia en los 6 eventos olímpicos masculinos.

Niños Nivel 3 y 4– Clase de 55 minutos

Estas clases se ofrecen a aquellos estudiantes que, por determinación de nuestro personal, han cumplido con los requisitos necesarios. Mientras estén en esta clase, los estudiantes estarán expuestos a habilidades de gimnasia más avanzadas en cada evento. Esta clase se ofrece solo por invitación.

Si las clases se cancelan debido al clima, lo publicaremos en nuestra página de Facebook y enviaremos un correo electrónico a todas nuestras familias.

Los niños con síntomas de gripe, síntomas de resfriado, conjuntivitis, piojos, tos ferina, tiña, Covid, etc. NO PUEDEN asistir a clase. Llame a la oficina al 308-381-0217 o envíe un correo electrónico a netwisters@gmail.com si su hijo estará ausente.

FILOSOFÍA: NUESTRO PROGRAMA DE RECREACIÓN OFRECE A SU HIJO LA OPORTUNIDAD DE APRENDER EL DEPORTE DE LA GIMNASIA, MIENTRAS OBTIENE BENEFICIOS DE POR VIDA Y PROMUEVE EL BUEN CARÁCTER. NUESTRA MISIÓN ES PROPORCIONAR UN AMBIENTE MOTIVACIONAL Y SEGURO DONDE SE VALORE A CADA NIÑO. NUESTRO PERSONAL ENSEÑA GIMNASIA PARA CULTIVAR HABILIDADES DE ESCUCHA, CONFIANZA, AUTOESTIMA, AUTOESTIMA DISCIPLINA Y UNA FUERTE ÉTICA DE TRABAJO, ASÍ COMO UNA BASE DE APTITUD FÍSICA PARA TODOS LOS DEPORTES.