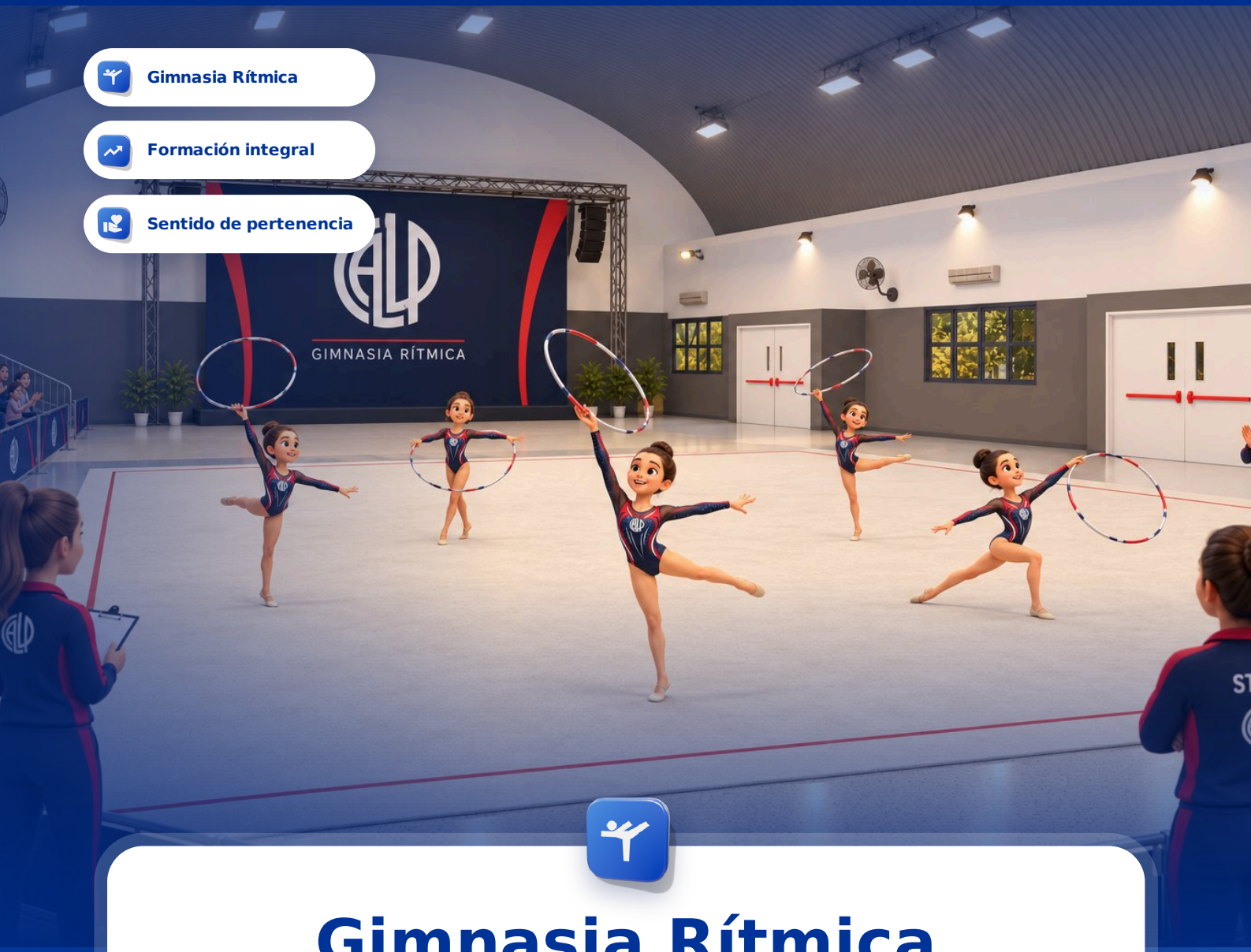
CLUB ATLÉTICO LAS PALMAS
FORMAMOS PARA EL DEPORTE Y PARA LA VIDA

Timoteo



- Gimnasia Rítmica
- Formación integral
- Sentido de pertenencia

Gimnasia Rítmica

Una cinta, una pelota, un aro. Y el cuerpo entero contando una historia.

TEMPORADA 2027

“Corresponde a los que están enseñarles a los que vendrán el legado que nos dejaron los que ya no están.”

CULTURA TIMOTEO∞

EDAD
3–18
años

DÍAS POR SEMANA
2
de lunes a viernes

CLASE DE PRUEBA
Sí
1 clase para conocernos

Esto no es un folleto. **Es una invitación a ser parte del CALP.**

LA DISCIPLINA · GIMNASIA RÍTMICA

¿Qué es la Gimnasia Rítmica?

La gimnasia rítmica es lo que pasa cuando el deporte se enamora de la música. Es fuerza que parece liviana, disciplina que parece juego, precisión que parece improvisada. Con cinta, pelota, aro, cuerda o mazas, cada rutina es una pequeña obra que se construye segundo a segundo.

Pero antes que la medalla está la base: aprender a conocer el propio cuerpo, a estirarlo, a sostenerlo, a moverlo con intención. Desde los 3 años, cada niña y cada niño descubre que puede más de lo que imaginaba. Y que animarse frente a otros es, también, un triunfo.



> ***"La elegancia no se regala: se entrena. Y se nota para siempre."***
>
> COMISIÓN DIRECTIVA CALP

BENEFICIOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS

Lo que te da, y lo que le das a tu comunidad

SALUD FÍSICA

Tu cuerpo

Flexibilidad, equilibrio, coordinación fina y una postura que acompaña toda la vida. Fortalece el centro del cuerpo y protege la espalda en los años de crecimiento.

SALUD MENTAL

Tu cabeza

Memorizar coreografías, contar tiempos, seguir la música: la rítmica entrena la memoria, la concentración y la creatividad. Y enseña a manejar los nervios antes de salir al tapiz.

BENEFICIO COLECTIVO

Tu equipo

Aunque muchas rutinas son individuales, el grupo es sostén: se aprende mirando a la compañera, se alienta a la que duda y se festeja cada logro ajeno como propio.

VÍNCULO CON LA SOCIEDAD

Tu comunidad

Muestras, torneos y encuentros donde la familia entera se suma. El Club se llena de chicos que crecen con confianza, respeto y ganas de expresarse.

QUÉ SIGNIFICA SER PARTE DEL CALP

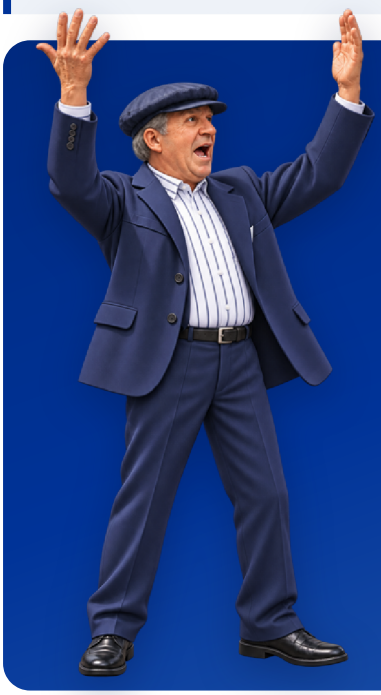
Un legado que se recibe, se vive y se entrega.

Nada de lo que hoy ves al entrar al Club Atlético Las Palmas nació por casualidad. Desde 1933, el CALP creció porque hubo familias que decidieron convertir una necesidad común en una obra colectiva: dieron tiempo, trabajo y recursos, muchas veces después de cumplir con sus propias obligaciones, para abrir oportunidades a sus hijos y a quienes llegarían después.

De ese esfuerzo nació nuestra manera de entender la pertenencia. En el CALP, recibir también significa cuidar; ocupar un lugar significa servir; y formar parte de una generación significa preparar el camino para la siguiente.

LA PIEDRA ANGULAR DE NUESTRA IDENTIDAD

Cada generación debe dejar un club mejor que el que encontró, para que quienes vengan puedan crecer y volver a hacer lo mismo.



Nuestro Embajador Eterno

CULTURA TIMOTEO∞

Carlos Timoteo Griguol

Hijo de fundadores, Carlos Timoteo Griguol se formó dentro de esta cultura. Cuando alcanzó la cima del deporte no dejó atrás al club que lo había formado: llevó su identidad educativa, su disciplina, su humildad, su estudio y su gratitud a cada lugar donde trabajó.

Por eso es, y será, el Embajador Eterno de nuestra cultura formativa: nos recuerda que llegar lejos también es recordar de dónde venimos y devolver lo recibido.

CULTURA TIMOTEO∞ · LA FRASE QUE NOS GUÍA

“Corresponde a los que están enseñarles a los que vendrán el legado que nos dejaron los que ya no están.”

Es la base de la formación que inculcamos: que cada deportista se destaque en el deporte y, sobre todo, en la vida.

CÓMO FORMAMOS: TRES DIMENSIONES INSEPARABLES

Formación ética y humana

Respeto, responsabilidad, honestidad, juego limpio, empatía y solidaridad. Aprender a competir sin perder humanidad.

Sinergia de equipo

Colaboración, comunicación, liderazgo y adaptabilidad. Nadie crece solo: el equipo también es una escuela.

Desarrollo del talento

La capacidad natural importa, pero se potencia con perseverancia, planificación, salud y práctica constante.

LA PROMESA QUE COMPARTIMOS

El CALP te recibe como persona. Y espera que tu paso mejore el de otros.

LO QUE EL CALP QUIERE OFRECERTE

- ✓ Un espacio donde tu dignidad vale más que cualquier resultado.
- ✓ Formación deportiva, humana y emocional acorde con tu etapa.
- ✓ Reglas comprensibles y trato respetuoso.
- ✓ Escucha y acompañamiento cuando aparezcan dificultades.
- ✓ Una historia y una comunidad de las que sentir orgullo.

LO QUE EL CALP PIDE A CADA MIEMBRO

- ✓ Tratá a los demás con la dignidad que esperás recibir.
- ✓ Cumplí tu palabra y hacete responsable de tus decisiones.
- ✓ Competí con pasión, sin humillar ni agredir.
- ✓ Cuidá las instalaciones y el nombre del club como patrimonio de todos.
- ✓ Ayudá a que quien llegue después encuentre un CALP mejor.

Calidad formativa: así se vive cada semana

En cada entrenamiento
Propósitos claros, planificación, exigencia adecuada y correcciones respetuosas.

En cada competencia
El resultado importa, pero nunca justifica humillaciones, trampas ni violencia.

Ante cada error
Se corrige la acción, se protege a la persona y se construye una oportunidad de mejora.

En cada logro
Se reconoce al deportista y a quienes lo acompañaron, enseñaron y generaron la oportunidad.



PACTO DE PERTENENCIA · ESCUELA + FAMILIA + CLUB

DEPORTISTA
"Voy a entrenar mi conducta junto con mi disciplina; respetar, esforzarme, pedir ayuda, cuidar a mis compañeros y representar con humildad al CALP."

FAMILIA
"Voy a sostener la armonía entre familia, escuela y club; acompañar sin presionar y expresar desacuerdos por los canales adecuados."

NUESTRO PACTO COMÚN
"Voy a actuar de manera que los niños y jóvenes encuentren coherencia entre lo que el CALP dice y lo que sus adultos hacen."

CADA ETAPA TIENE UN PROPÓSITO

Etapa fundamental	Aprender a entrenar	Entrenar para rendir	Entrenar para competir	Entrenar para ganar
Que se enamoren del juego	*Que comprendan lo que hacen*	*Que aprendan a esforzarse en serio*	*Que sepan competir con humildad*	*Que estén preparados para la vida*

TU CAMINO · EDAD POR EDAD

Una carrera. Muchas etapas de vida.

Así acompaña la Gimnasia Rítmica a quien lo elige: cada etapa trae su desafío, su aporte a la salud y su forma de vincularte con los demás.

CRECEMOS JUNTOS →



3 – 5 años
Pre-Mini

6 – 8 años
Mini

9 – 11 años
Pre-Infantil

12 – 13 años
Infantil

14 – 18 años
Open +14

3 – 5
PRE-MINI

QUÉ VIVÍS
Jugar a moverse
Rondas, saltos, rodadas y la primera pelota en las manos. Todo es juego, todo es descubrimiento.

EN TU SALUD
Desarrollo motor básico: equilibrio, lateralidad y conciencia del propio cuerpo en su mejor momento para aprender.

EN TU VIDA SOCIAL
Primeros amigos fuera de casa y del jardín. Aprender a esperar el turno y a compartir el espacio.

6 – 8
MINI

QUÉ VIVÍS
Los primeros elementos
Llegan la cinta y el aro, las primeras secuencias y la música como guía. Aparecen las primeras muestras.

EN TU SALUD
Flexibilidad y coordinación se consolidan. Mejora la postura y la fuerza del tronco.

EN TU VIDA SOCIAL
Presentarse frente al público construye seguridad. La familia acompaña y el Club se vuelve un lugar propio.

9 – 11
PRE-INFANTIL

QUÉ VIVÍS
Técnica con intención
Rutinas más largas, dificultad corporal y manejo de aparatos cada vez más fino.

EN TU SALUD
Fuerza, control y resistencia específica. El hábito de entrenar se instala como parte de la semana.

EN TU VIDA SOCIAL
Constancia y compromiso con el grupo. Aparecen las compañeras de ruta que duran años.

12 – 13
INFANTIL

QUÉ VIVÍS
Competir sin perderse
Primeras exigencias competitivas y trabajo de expresión artística propia.

EN TU SALUD
Un cuerpo que cambia se acompaña con cuidado: la actividad regular favorece una autoimagen positiva.

EN TU VIDA SOCIAL
Aprender a ganar y a perder con respeto. Ser ejemplo para las más chicas que miran desde el costado.

14 – 18
OPEN +14

QUÉ VIVÍS
Tu estilo, tu rutina
Madurez técnica y artística. Cada gimnasta encuentra su sello y lo muestra con orgullo.

EN TU SALUD
Mantener la actividad en la adolescencia protege la salud física y emocional en una etapa clave.

EN TU VIDA SOCIAL
Liderazgo, ayudantía y referencia. Muchas descubren acá su vocación: entrenar, juzgar, enseñar.

ENTRENAMIENTOS Y HORARIOS

Tu semana en el club

DIRIGIDO A

Niñas y niños de 3 a 18 años.

Pre-Mini 3 a 5 · Mini 6 a 8 · Pre-Infantil 9 a 11 · Infantil 12 y 13 · Open+14 de 14 a 18.

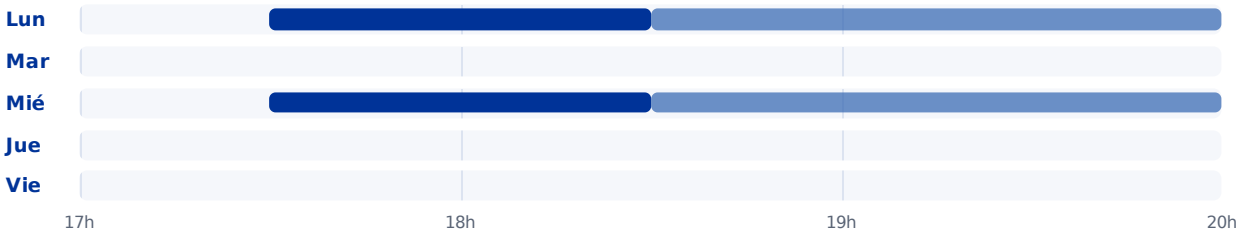
4
TURNOS SEMANALES

GRILLA SEMANAL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
17:30 a 18:30 Pre-Mini		**17:30 a 18:30** Pre-Mini		
18:30 a 20:00 Mini · Pre-Infantil · Infantil · Open+14		**18:30 a 20:00** Mini · Pre-Infantil · Infantil · Open+14		

El pulso de la semana

5 horas de entrenamiento en grilla · de 17 a 20 hs



ENTRENÁS CON LA IDENTIDAD CALP

Incluye remera de entrenamiento. La indumentaria del club la fabrica ARZ, nuestro sponsor técnico, y se concibe unisex; solo hay opciones específicas de género en disciplinas que así lo exigen, respetando la identidad de cada persona.

TU LUGAR TE ESPERA

Elegí el horario de tu categoría, vení a la clase de prueba y conocé a tu staff. El primer paso no se piensa: se da.



Horarios sujetos a la organización de cada temporada. Consultá tu categoría en secretaría.

ARANCELES 2027

Cuentas claras, club fuerte

INSCRIPCIÓN

$60.000

Incluye remera de entrenamiento.
En efectivo, hasta en 2 cuotas.

CUOTA	CUOTA SOCIAL	SEGURO SANCOR	CUOTA DEPORTIVA	CUOTA MENSUAL
Cuota mensual	$27.600	$11.000	**$14.000**	**$52.600**

Tu cuota mensual se compone de la cuota social, el seguro de accidentes y la cuota deportiva de tu disciplina.

¿A dónde va tu cuota? Al club que te recibe, al seguro que te cuida y a la disciplina que elegiste.

¿QUÉ INCLUYE TU CUOTA?

Cuota social
Sostiene al club que te recibe y su vida institucional. Se abona todo el año.

Seguro de accidentes
Cobertura de Sancor Seguros mientras tu cuota esté al día.

Cuota deportiva
Tu disciplina: entrenamientos y acompañamiento del staff de tu categoría.

ACLARACIONES IMPORTANTES · LAS REGLAS DEL JUEGO, CLARAS DESDE EL PRINCIPIO

Probá antes de decidir
Podés venir a probar una clase. Sin compromiso: queremos que elijas con el cuerpo, no con un folleto.

Inscripción en efectivo
Se abona en EFECTIVO en la secretaría de fútbol del Club. Si te resulta más cómodo, en 2 cuotas seguidas.

Tu ropa de entrenamiento
Con el pago completo y el comprobante, te entregamos la ropa de entrenamiento.

La cuota social es anual
Se abona durante TODO el año, venga o no la gimnasta o el gimnasta. Es lo que mantiene vivo al Club.

Pagá por transferencia
La cuota mensual se puede transferir. Enviá el comprobante por los canales habilitados: sin comprobante y acreditación, el pago no se registra.

Del 1 al 10, siempre
Desde el día 11 se suma un 10% de recargo por mora. Desde el día 15 no se puede entrenar: sin cuota al día no hay cobertura del seguro.

Becas por hermanos o grupo familiar
¿Vienen hermanos o más integrantes de la familia? Consultá en secretaría por las becas por hermanos o grupo familiar.

CLUB ATLÉTICO LAS PALMAS

Vení a probar. Quedate a pertenecer.

Traé ropa cómoda, ganas y a quien quieras que te acompañe. Nosotros ponemos el club, el staff y el lugar donde vas a empezar a escribir tu historia en la Gimnasia Rítmica.

Escaneá y sumate
clublaspalmas.com.ar/Inscripcion/

INSCRIBIRME
Formulario online · Gimnasia Rítmica

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Acuerdo de Convivencia CALP 2027: leído en familia, completo y firmado.
- Ficha Médica CALP 2027 completa y firmada, o copia del certificado entregado en el colegio.
- Ficha Personal de Inscripción CALP 2027 completa y firmada.
- Fotocopia del DNI, frente y dorso, bien legible.
- Pago de la inscripción (solo en efectivo).

DÓNDE ESTAMOS

Sede Principal
Juan García Martínez 325, Las Palmas, Córdoba Capital (CP 5000)
Ver en Google Maps ↗

Ciudad Deportiva
Dr. José Antonio Ceballos 1350, Villa Unión, Córdoba Capital (CP 5000)
Ver en Google Maps ↗

ATENCIÓN ADMINISTRATIVA

Sede Principal	Ciudad Deportiva
Lunes a viernes	Martes a viernes
08:00 a 21:00 hs	**16:00 a 19:00 hs**

Acercate
Pasá por la secretaría o escaneá el QR y consultá tu categoría.

Probá
Vení a tu clase de prueba (1 clase). Mirá, sentí, preguntá.

Sumate
Completá los requisitos, aboná la inscripción y ya sos parte del CALP.



CULTURA TIMOTEO∞ · EL LEGADO CONTINÚA EN VOS

Formamos para el deporte y para la vida. La persona está antes que el resultado. Competimos con pasión y respeto. Queremos dejar un club mejor que el que recibimos.

Si dejás de venir, pedí la baja

EN CASO DE QUE EL/LA ALUMNO/A NO ASISTA MÁS, DEBE REALIZAR LA BAJA PARA NO GENERAR FUTURAS DEUDAS. La cuota social corre todo el año hasta que la baja esté hecha.