



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Curricular Activities – Spring Term 2019

The following activities will commence on Monday, 21st January and will finish on Friday 12th April 2019.

All after school activities start at 4:15pm and finish at 5:00pm, except **Reading club (Monday – Friday) and Yr 11 Drama Coursework (Tuesdays)** which takes place over lunch-time **1:30-1:50 pm**. Steel Pan Band will take place on a Monday and Wednesday lunch-time for Yr 7 students. **Golf lessons** will take place at Villa Padierna Golf Club on Thursdays from 5-7pm. Lamda Devising exam will be offered at lunchtime.

Monday

Activity	Year Group	Students	Price	Teacher	Venue
Yoga	Y10-13	Min 3	90€	Miss Suzanne P.	Theatre
LAMDA	Y6-9	Min. 6	100€	Miss Jayne M.	Drama Room
Mixed Football	Y6-7	Min. 8	50€	Mr Mick	Pitch 1
Mandarin	Y6-13			Mr Yi Yang	Room 301
Chemistry KS4	Y10-11			Mr Ajaya Todd	Room 207
Silent Study in the Library	Y6-11	Max. 30		Miss. Kate L.	Library
Reading Club	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Room 404

Tuesday

Activity	Year Group	Students	Price	Teacher	Venue
Swimming Squad Training	All			Miss Anne S./Srta. Carmen T.	Swimming Pool
Steel Pan Band	Y8-9			Mr Timothy P.	Music Room
Netball	Y6-13			Miss Angela P./Miss. Joanne H.	Pitch 1
SFL lower level Homework support for KS2 & KS3	Y6-9			Mr Daniel D.	Room 304
Biology support KS4 (week 1) and IB support (week 2) alternate weeks	Y10-13			Miss Carly Davies	Room 206
Global Perspectives support	Y11			Mr Phil N.	Room 210
Reading Club	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim	Room 404
Silent Study in the Library	Y6-11	Max 30		Miss Kate L.	Library
U14 Med Cup Boys Football Training		Max 20		Mr Colin C.	Pitch 2

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

KS4 Lengua Support	Y10+11			Srta. María Jesús	Room 306
Art	Y7-9			Mr Malachi M/Mr Mike F.	Room 101
SFL support	Y7-9			Srta. M.C. Morillo	Room 302
IB Business Management & IB Economics exam practice and revision	Y12+13			Miss Michelle R.	Sixth Form Study Room
Chess	Y6-13			D. Miguel García	Room 301
KS3 ICT	Y7-9			Miss Rachael M.	Room 103
Lengua support KS3	Y7-9			D. José Heredia	Room 303
Drama Coursework/Exam session	Y11			Miss Lizzy W.	Room 109
SFL support	Y10-13			Miss Sandra V.	Room 305
Business support	Y11+13			Miss Sarah L.	Room 309
ESS support	Y12+13			Mr Tom F.	Science Labs
Physics support	Y11+ 13			Miss Gemma A.	Room 207
Spanish homework	Y6+7			D. Juan Sanchez	Room 202
Cookery	Y6-9		70€	Miss Elisa	Kitchen
Basketball	Y6		50€	Mr Ian L.	Basketball court(top pitch)
Lamda Devising exam	Y8+9			Miss Kate H.	Theatre
English homework support	Y10+11			Miss Rebecca H.	Room 403
Diploma History / Global Perspectives support	Y11+13			Mr Phil N.	Room 210
Circuit Training	Y6-13			Mr Ivan L.	Drama Room
English A1 support	Y12+13			Miss Marisa P.	Room 401

Wednesday

Activity	Year Group	Students	Price	Teacher	Venue
Swimming Squad	Y6-13			Miss Anne S./Mr Hywel. D	Swimming Pool
German	Y6-13	Min 3	100€	Mr Wack	Room 300
Handball	Y6-13			Mr Ian L.	Pitch 1
Reading Club	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Room 404
Silent Study in the Library	Y6-11	Max 30		Miss Kate L.	Library
Judo	Y6-13	Max 15	100€	D. Javier S.	Drama Room
Maths IB support	Y13			Miss Jeanette B.	Room 312
IB Chemistry	Y12+13			Mr Christian B.	Room 205

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Maths Gym	Y7-13			Mr Gareth W.	Room 313
KS4 English homework support	Y10+11			Miss Joanne H.	Room 404
Maths Gym	Y7-13			Miss Karen B.	Room 310
Maths Gym	Y7-13			Miss Kay A.	Room 310
Art IGCSE support	Y10-11			Mr Malachi O./Mr Mike F.	Room 101
Psychology support	Y10-11			Miss Natalie D.	Room 308
Yr 12 /13 Football	Y12-13			Mr Phil N.	Pitch 2

Thursday

Activity	Year Group	Students	Price	Teacher	Venue
Swimming squad	Y6-13			Miss Anne S./Mr Colin C.	Swimming Pool
English Support	Y8-9			Miss Lisa B.	Room 403
English A1 support	Y12+13			Srta Marisa Parsons	Room401
New Media Exam	Y11			Mr Robert K.	Room 109
French club	Y7-9			Miss Valerie C.	Room 214
Robotics	Y6-13	Min 8	100€	Habilitas Education	Room 205
Swans Football Podcast	Y7-13			Mr David. F.	Room 407
Maths Gym	Y7-13			Mr David N.	Room 311
Silent Study in the library	Y6-11	Max 30		Mr John R.	Library
Creative writing	Y7-10	Max. 15		Miss Kate L.	ICT2
Maths Gym	Y7-13			Miss Kezia W.	Room 311
English support	Y7			Miss Kim H.	Room 406
Rugby	Y6-8	Min 6	60€	D. Nacho Molina	Pitch 2
Reading Club	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Room 404
Kickboxing	Y6-13		100€	Mr Shaun	Drama Room
ICT Year 11	Y 11			Miss Debra H.	Room ICT2
Golf	Y6-13	Min 6	250€	Villa Padierna Golf Club	Villa Padierna Golf Club
Computer Science	Y13			Miss Lesley M.	Room 110
Drama Coursework	Y11			Miss Lizzy W.	ICT 1
Boys - World Schools Football Cup Training	Y6-7			Mr Colin C.	Pitch 1
ESS support	Y13			Mr. Hywel D.	Room 209

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

CAE (Advanced) & C2 (Proficiency) English Exam Preparation	Y10+12			Miss Kiara M.	Room 401
--	--------	--	--	---------------	----------

Friday

Activity	Year Group	Students	Price	Teacher	Venue
CAS-Natural Cosmetics	Y12-13			Srta. Marta	Science Labs
Geography support	Y11			Mr Hywel D.	Room 209
Science support (week 1)	Y7-9			Miss Irene G.	Room 207
Biology support (week 2) alternate week	Y10+11				
Reading Club	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Room 404
Silent Study in the library	Y6-11	Max. 30		Miss Kate L.	library
Mixed Football	Y6-7	Min. 8	50€	Mr Mick	Pitch 1
Med Cup Girls training	Y6-9			Mr Ian L.	Pitch 2

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Las actividades comenzarán el lunes día 21 de enero y terminarán el viernes día 12 de abril 2019.

Todas las actividades comienzan a las 16:15 horas y terminan a las 17:00 horas, excepto los **Clubs de Lectura (lunes – viernes)** y **Yr 11 Drama Coursework** (martes) que tienen lugar entre las **13:30-13:50**. La Banda del colegio (Steel Pan Band) tendrá lugar los lunes y miércoles de 13:30-13:50 para alumnos de Yr 7. Las clases de **Golf** tendrán lugar en el Club Villa Padierna de Golf de 5-7pm. La preparación del examen de LAMDA tendrá lugar a la hora del almuerzo los miércoles.

Lunes

Actividad	Curso	Alumnos	Precio	Profesor(a)	Lugar
Yoga	Y10-13	Min. 3	90€	Miss Suzanne P.	Teatro
LAMDA	Y6-9	Min. 6	100€	Miss. Jayne M.	Aula de drama
Fútbol mixto	Y6-7	Min. 8	50€	Mr Mick	Pista 2
Chino Mandarín	Y6-13			Mr Yi Yang	Aula 301
Apoyo Química	Y10-11			Mr Ajaya T.	Room 207
Biblioteca. Periodo de estudio	Y6-11	Max. 30		Miss Kate L.	Biblioteca
Club de lectura	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Aula 404

Martes

Actividad	Curso	Alumnos	Precio	Profesor(a)	Lugar
Natación - Entrenamiento	Todos			Miss Anne S/Srta Carmen T.	Piscina
Banda del colegio - <i>Steel Pan Band</i>	Y8-9			Mr. Timothy P.	Aula música
Netball	Y6-13			Miss Angela P./Miss Joanne H.	Pista 1
SFL apoyo deberes grupo principiante	Y6-9			D. Daniel D.	Aula 304
Apoyo <i>Biology</i> (week 1) Apoyo <i>IB Biology</i> (week 2) semanas alternativas	Y10-13			Miss Carly Davies	Aula 206
Apoyo - <i>Global Perspectives</i>	Y11			Mr Phil N.	Aula 210

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Club de lectura	Y7-10			Miss Joanne H./ Miss Kim H.	Aula 404
Biblioteca. Periodo de lectura	Y6-11	Max 30		Miss Kate L.	Biblioteca
Futbol masculino Juegos del Mediterráneo	Y7-9	Max 20		Mr Colin C	Pista 2
Apoyo Lengua	Y10-11			Srta. María Jesús	Aula 306
Dibujo	Y7-9			Mr Malachi O/Mr Mike F.	Aula 101
Apoyo SFL	Y7-9			Srta. Carmen M.	Aula 302
Apoyo exámenes de <i>Business Management</i> y <i>IB Economics</i>	Y12+13			Miss Michelle R.	Aula <i>Sixth Form</i>
Ajedrez	Y6-13			D. Miguel G.	Aula 301
Apoyo Informática	Y7-9			Miss Rachael M.	Aula 103
Apoyo Lengua	Y7-9			D. José Heredia	Aula 303
Drama coursework/Apoyo Exámenes	Y11			Miss Lizzy W.	Aula 109
Apoyo SFL	Y10 - 13			Srta. Sandra V.	Aula 305
Apoyo <i>Business</i>	Y11+13			Miss Sarah L.	Aula 309
Apoyo ESS	Y12+13			Mr Tom F.	Laboratorio Ciencias
Apoyo <i>Physics</i>	Y11+13			Miss Gemma A.	Aula 207
Deberes de español	Y6+7			D. Juan Sánchez	Aula 207
Cocina	Y6-9		70€	Miss Elisa	Comedor
Baloncesto	Y6		50€	Mr Ian L.	Pista Baloncesto
<i>Lamda</i> devising examen	Y8+9			Miss Kate H.	Teatro
Deberes en inglés	Y10+11			Miss Rebecca H.	Aula 403
Apoyo <i>History</i> <i>diploma/Global</i> <i>Perspectives</i>	Y11 + 13			Mr Phil N.	Aula 210
Circuitos de entrenamiento	Y6-13			Mr Ivan L.	Aula de drama
Apoyo - <i>English A1</i>	Y12 -13			Miss Marisa P.	Aula 401

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Miércoles

Actividad	Curso	Alumnos	Precio	Profesor(a)	Lugar
Natación - entrenamiento	Y6-13			Miss Anne S./Mr Hywel D.	Piscina
Alemán	Y6-13	Min 3	100€	Mr Wack	Aula 300
Balonmano	Y6-13			Mr Ian L.	Pista 1
Club de lectura	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Aula 404
Biblioteca.Periodo de estudio	Y6-11	Max 30		Miss Kate L.	Biblioteca
Judo	Y6-13	Max 15	100€	D. Javier S.	Aula de drama
Apoyo – Maths IB	Y13			Miss Jeanette B.	Aula 312
Apoyo – IB Chemistry	Y12+13			Mr Christian B.	Aula 205
Apoyo matemáticas	Y7-13			Mr Gareth W.	Aula 313
Apoyo - English homework	Y10+ 11			Miss Joanne H.	Aula 404
Apoyo matemáticas	Y7-13			Miss Karen B.	Aula 310
Apoyo matemáticas	Y7-13			Miss Kay A	Aula 310
Arte IGCSE- Apoyo	Y10-11			Mr Malachi O / Mr Mike F.	Aula 101
Apoyo-Psychology	Y10-11			Miss Natalie D.	Aula 308
Fútbol	Y12-13			Mr Phil N	Pista 2

Jueves

Actividad	Curso	Alumnos	Precio	Profesor(a)	Lugar
Natación - entrenamiento	Y6-13			Miss Anne S/Mr Colin C.	Piscina
Apoyo en Inglés	Y8-9			Miss Lisa B.	Aula 403
Apoyo English A1	Y12 +13			Srta. Marisa Parsons	Aula 401
Apoyo New Media Exam	Y11			Mr Robert K.	Aula 109
Francés	Y7-9			Miss Valerie C.	Aula 214
Robótica	Y6-13	Min 8	100€	Habilitas Education	Aula 205
Fútbol – Podcast english conversation	Y7-13			Mr David F.	Aula 407
Apoyo matemáticas	Y7-13			Mr David N	Aula 311

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Biblioteca – Periodo de estudio	Y7-10	Max.30		Mr John R.	Biblioteca
Escritura creativa	Y7-10	Max 15		Miss Kate L.	ICT 2
Apoyo matemáticas	Y7-13			Miss Kezia W	Aula 311
Apoyo Inglés	Y7			Miss Kim H.	Aula 406
Rugby	Y6-8	Min 6	60€	D. Nacho Molina	Pista 2
Club de lectura	Y7-10			Miss Joanne H. / Miss Kim H.	Aula 404
Kickboxing	Y6-13		100€	Mr Shaun	Aula de drama
Apoyo Informática	Y11			Miss Debra H.	Aula ICT2
Golf	Y6-13	Min 6	250€	Club de Golf Villa Padierna	Club de Golf Villa Padierna
Apoyo Ciencias de la Informática	Y13			Miss Lesley M.	Aula 110
<i>Drama Coursework</i>	Y11			Miss Lizzy W.	Aula ICT 1
<i>World Schools Football Cup Training</i>	Y6-7			Mr Colin C.	Pista 1
Apoyo ESS	Y13			Mr Hywel D.	Aula 209
CAE (Advanced)& C2 (Proficiency) English /Apoyo exámenes	Y10+12			Miss Kiara M.	Aula 401

Viernes

Actividad	Curso	Alumnos	Precio	Profesor(a)	Lugar
CAS – <i>Natural Cosmetics</i>	Y12-13			Srta. Marta	Laboratorio de Ciencias
Apoyo <i>Geography</i>	Y11			Mr Hywel D.	Aula 209
Apoyo Ciencias (semana 1) Apoyo Biología (semana 2) semanas alternativas	Y10-11			Miss Irene G.	Aula 207
Club de lectura	Y7-10			Miss Joanne H./Miss Kim H.	Aula 404
Biblioteca.Periodo de estudio	Y6-11	Max 30		Miss Kate L.	Biblioteca
Fútbol mixto	Y6-7	Min 8	50€	Mr Mick	Pista 1
Juegos Mediterráneo femenino- entrenamiento	Y6-9			Mr Ian L.	Pista 2

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Additional extra curricular information – Autumn term 2018

Please note that the Mixed Football delivered by Mr Mick will be charged at 50€ per term for one session a week. The charge will be 80€ for two sessions per week.

There are limited places available by audition for the Steel Pan Band.

Please note that the training sessions for the **Med Cup Boys and World Schools Football Cup** are only available for those boys selected

Lamda Devising exam (Tuesday) – Only for those students who have already registered and paid for the exam.

Silent study in the library – Parents interested in their child using the library services after school will have to sign up for it. Please note that places are limited (30) and that it is no longer a drop in service. This is solely for the purpose of silent study and reading.

The London Academy of Music and Dramatic Arts (LAMDA) Acting Classes - Ms Jayne Melville

This is an opportunity for Swans students to build confidence in their spoken English and improve their standards in communication through the spoken word, by acting to examination levels. Acting exams can be taken twice a year, leading ultimately to the possibility of gaining up to 60 extra UCAS university entrance points.

Mandarín Classes – Mr Yi Yang

These classes are only available under the teacher's recommendation.

German – Mr Alexander Wack

Mr Wack is from Hamburg. Beginners and students who already speak some German will learn by playing games and completing practical activities in German.

Kickboxing/Self defense– Mr Shaun James

These classes will entail all aspects of striking and defense in kickboxing. Within the class, you will also learn self-defense, scenarios based on different real-life situations. Overall, it will allow you to improve your fitness, boost your confidence and provide you with valuable life skills.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Judo Mr Javier Suarez Mr Javier Suarez (teacher with 3rd DAN / Regional and International Judo Champion) will be offering Judo sessions to Swans Secondary students to help develop your child's individual skills in a fun and safe environment.

Rugby: These classes will be taught by Nacho Molina Ohm from Marbella Rugby Club. The aim is to introduce the rules and values of this global sport, including discipline, fair-play, team spirit and mutual respect. The price includes a rugby ball and a personalised rugby shirt.

Robotics

In association with the world-leading LEGO Education, HABILITAS offers the most innovative robotics education programme in Spain.

Children will learn to:

- Understand and apply fundamental ICT principles and concepts
- Analyse problems in computing terms and gain practical experience by use of robotic programme solutions
- Assess and apply computer technology to problem-solving, including the use of unusual and innovative technology
- Develop fundamental 21st Century skills and become a competent, creative and responsible user of ICT

Yoga

Practising yoga helps to increase mental and physical vitality and can solve a number of problems relating to stress, anger, depression, low self-esteem, anxiety, poor concentration and compulsive behaviour, to name but a few.

The **physical benefits** include increased fitness, flexibility for the spine and joints, better posture and improved coordination.

The **emotional benefits** include improved social skills, increased self-confidence and discovery of techniques to self-calm and relax.

The educational benefits range from improved focus and concentration, better communication skills and an increase in resilience by improved ability to deal with challenges.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

During the course of each term we will explore physical yoga postures, stress relieving breathing techniques and methods for establishing positive thinking patterns.

Villa Padierna Golf Club

Under the leadership of the 2005 U.S. Open champion, the golf academy of **Villa Padierna** is the ideal starting point for every golfer. **Michael Campbell Golf Academy** is equipped with state-of-the-art technology allowing sophisticated assessments thanks to video analyses; further, its wide putting green and approach area are perfect to train the short game. The dedicated team of golf pros accompanies students on their way to the first handicap certificate which opens the door to every golf course in the world.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Información sobre las clases extra curriculares del segundo trimestre 2019

Les informamos que las clases de fútbol mixto impartidas por Mr Mike tendrán un coste de 50€ por trimestre y por sesión semanal. Se cobrará 80€ si son dos sesiones a la semana.

Hay plazas limitadas para participar en la banda del colegio *Steel Pan Band*.

Les informamos que el entrenamiento para los **Juegos Mediterráneos y World School Football Cup** está destinado a aquellos alumnos que han sido seleccionados.

Lamda devising exam (martes) – Solamente para aquellos alumnos que estén matriculados para este examen.

Biblioteca. Periodo de estudio – Los padres que deseen que su hijo/a se apunte para estudiar en la biblioteca tendrán que inscribirlos en la oficina del centro. Hay plazas limitadas y a partir de ahora el uso de la biblioteca será exclusivamente para aquellos alumnos que tengan interés en estudiar y leer en silencio.

The London Academy of Music and Dramatic Arts (LAMDA). Ms Jayne Melville

Es una oportunidad para que los alumnos de Swans puedan conseguir más confianza en su inglés oral y mejore su comunicación verbal. Tendrán la oportunidad de presentarse a exámenes de Arte Dramático. Los exámenes de Arte Dramático se llevan a cabo dos veces al año y sirven de acreditación para la entrada a la Universidad de Distancia(UCAS).

Las clases de Mandarín- Mr Yi Yang-Irán dirigidas a aquellos alumnos que recomiende la profesora.

Alemán – Mr Alexander Wack es de Hamburgo. Principiantes y alumnos que ya hablan un poco de alemán aprenderán a través de juegos y harán actividades prácticas en alemán.

Kickboxing y clases de autodefensa- Mr Shaun James

En estas clases se impartirán todos los aspectos de la defensa en kickboxing.

En las clases, también aprenderán autodefensa y simularán situaciones de la vida real. Les permitirá mejorar su condición física, aumentar su confianza y les proporcionará valiosas destrezas para la vida real.

Judo-Don Javier Suárez

Don Javier Suárez, profesor nacional, cinturón negro 3º, Jugador de judo de la Federación Internacional y Regional, ofrecerá clases de judo en Swans Secondary para ayudará desarrollar las destrezas individuales de su hijo/a de una forma divertida en un medio seguro.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Rugby.

Clases de iniciación. Las clases las impartirá el jugador del Club de Rugby Marbella Nacho Molina Ohm. El objetivo es dar a conocer este deporte y transmitirle los objetivos y valores del mismo. No solo formar deportistas, sino también personas. Mediante la disciplina, el control y el respeto mutuo se forja una fraternidad y sentido de juego limpio. El precio incluye balón de rugby y camiseta técnica personalizada.

Robotica

“Con la garantía del líder mundial, LEGO Education, HABILITAS tiene el programa educativo sobre robótica más innovador en España.

Los objetivos de la actividad son:

- Comprender y aplicar los principios y conceptos fundamentales de las TIC.
- Analizar problemas en términos informáticos y tener experiencias prácticas escribiendo programas robóticos para resolverlos.
- Evaluar y aplicar las tecnologías informáticas de una manera analítica para resolver problemas, incluidas tecnologías innovadoras o inusuales para los estudiantes.
- Desarrollar habilidades y habilidades básicas y fundamentales para el siglo XXI, y actuar como un usuario responsable, competente, confiado y creativo de las TIC.”

Yoga para estudiantes de secundaria.

Practicar el yoga ayuda a los estudiantes a aumentar su vitalidad tanto física como mental y a abordar una serie de problemas que afectan al rendimiento y al bienestar incluyendo: comportamiento compulsivo , estrés, enojo, depresión, ansiedad, baja autoestima, mala concentración y obesidad.

Beneficios físicos: los beneficios de practicar el yoga incluyen un aumento de estabilidad física, flexibilidad de la columna y caderas, mejoramiento de postura y coordinación física.

Beneficios emocionales : sus beneficios incluyen mejorar sus aptitudes sociales, aumentar su auto confianza y descubrir técnicas de concentración y relajación; mejorar su capacidad para enfrentar los retos y aumentar su resistencia.

Soy una dedicada y apasionada instructora de Yoga RYT-200 , certificada por el maestro indio de yoga dr.Yogananth Andiappan en Hong Kong durante mis últimos 3 años en Asia. Ofrezco clases de yoga extraescolares para estudiantes de secundaria en el área de Marbella.

Durante cada trimestre, exploraremos posturas de yoga, técnicas de respiración para aliviar el estrés y métodos para establecer patrones de pensamientos positivos.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Club de Golf Villa Padierna La escuela de golf de **Villa Padierna**, bajo el liderazgo del ganador del U.S. Open 2005, es el lugar idóneo para que el alumno pueda vivir su primera experiencia golfística y desarrollar sus habilidades en un entorno ameno. **Michael Campbell Golf Academy** ofrece dos salas de vídeo análisis y una amplia zona de putting green y approach para aprender y entrenar el juego corto. Un equipo de profesionales altamente cualificados acompañará a los alumnos durante el trimestre hasta la obtención del hándicap que les permitirá disfrutar de este apasionante deporte en cualquier campo del mundo.

Swans School Sierra Blanca

(+34) 952 902 755 | www.swansschoolinternational.es



SWANS

INTERNATIONAL SCHOOL

Established 1971

Extra Activities – Spring Term 2019

Inscription Form/ Formulario de Inscripción

Student Details/ Detalles del alumno			
Name/ Nombre			
Class/ Clase			
Activities/ Actividad			
Monday/ Lunes		Price/ Precio	
Tuesday/ Martes		Price/ Precio	
Wednesday/ Miércoles		Price/ Precio	
Thursday/ Jueves		Price/ Precio	
Friday/ Viernes		Price/ Precio	
		Total	

All inscriptions must be taken to the office together with the correct payment in cash, no later than Friday, 21st December 2018.

Please note that your child will not be able to start the activity, if the inscription form is not submitted before the mentioned date.

There are limited places for all activities and the criteria is based on date of enrolment.

Rogamos a los padres que entreguen las inscripciones de sus hijos en secretaría junto con el pago

correspondiente en efectivo, antes del viernes 21 de diciembre 2018.

Su hijo/a no podrá comenzar las actividades si su inscripción no ha sido entregada posteriormente a la fecha mencionada.

Hay plazas limitadas para todas las actividades por lo tanto la participación en una actividad seguirá el orden de la fecha inscripción.

Signed/ Firmado	
-----------------	--