



JISHIN DOJO

Recomendaciones para aprovechar al máximo tu clase de karate

- 1 Estar presente frente a la pantalla durante toda la clase. Cámara encendida y micrófono apagado.
- 2 Espera la indicación del instructor para tomar agua. Por favor no tomes agua si no has sido autorizado.
- 3 Usa ropa deportiva y pies descalzos.

Para mejorar la calidad de la video conferencia...

- 1 Conéctate lo más cerca posible al router.
- 2 Usa una conexión de red por cable ethernet.
- 3 Pide a tu familia que no realicen otras videoconferencias mientras estas en clase.
- 4 Aplicaciones como Netflix y Youtube también va a ocupar tu ancho de banda. De ser posible no las uses durante la clase.

Área mínima de trabajo





Clases al aire libre

Domingos de septiembre

Algunas personas nos han pedido hacer clases en el exterior manteniendo los requisitos de bioseguridad.

Por este motivo, estamos compartiendo contigo esta propuesta de clases al aire libre para grupos pequeños y **sólo para quienes estén interesados**.

Por favor **revisa la siguiente información** y coméntanos si deseas inscribirte a clases al aire libre.

Condiciones:

Lugar: Cancha de baloncesto conjunto Parques de la ciudadela.

Día: Domingo

Horarios: Adultos 25 años en adelante (8 AM) (Aforo de 8 personas)

Juvenil 12 a 24 años (9 AM) (Aforo de 8 personas)

Niños hasta 11 años (10 AM) (Aforo de 6 personas)

Vestimenta: Karategi o ropa deportiva, zapatillas tenis y tapabocas.

Actividad: Solo ejercicios individuales. No habrá contacto físico ni uso de implementos. Se mantendrá el distanciamiento físico durante toda la clase. La clase tendrá una duración aproximada de 45 minutos.

Para apuntarte a una clase:

Escríbenos al número 316 490 8120

Indica el horario de tu elección y el nombre de la(s) personas que tomarán la clase.

Te responderemos confirmando tu clase.