

ARTISTIC



SWIMMING

# CANCUN

CAMP

JACQUELINE  
SIMONEAU

2022

15-20 AGOSTO 2022





## NUESTRO CAMP

### JUSTIFICACIÓN

*Conectar nuevamente con la práctica de la natación artística nunca fue más emocionante, disfruta de las bellísimas playas de Cancún al tiempo que te especializas en tu disciplina.*

### OBJETIVOS

*Las participantes realizarán un camp especializado de manera segura, adquirirán conocimientos que les permitirán desenvolverse de manera rápida, constante y efectiva dentro de su deporte.*

### STAFF DE TRABAJO

*Contaremos con dos de las mejores entrenadoras de natación artística en México, además de una atleta de talla internacional quien nos compartirá su experiencia.*

### MEDIDAS DE PREVENCIÓN

*Se trabajará bajo las más estrictas normas de salubridad con la intención de garantizar el bienestar de todas las participantes.*

### PLANES DE PAGO

*Hemos realizado los mejores convenios para darte lo mejor al mejor precio. Además podrás pagar a meses sin intereses.*

### PARTICIPANTES

*Podrán participar atletas de natación artística de cualquier país que estén interesadas en desarrollar el máximo de su potencial.*

### PROGRAMA

*Detallamos el día a día de nuestro campamento para que puedas conocer todas las actividades que realizaremos.*

### PLAN DE TRABAJO

*Desarrollaremos dos planes de trabajo, uno de manera general y otro plan personalizado para cada participante.*

# OBJETIVOS

## 1

### **SEGURIDAD**

Garantizar la seguridad y salud de las participantes y el staff operativo.

## 2

### **TÉCNICA Y CONFIANZA**

Las participantes retomarán las ganas por la práctica de la natación artística a través de una conexión con la naturaleza, atletas de su edad de diversos países y guiadas por especialistas en la materia.

## 3

### **MEJORA INMEDIATA Y PROGRESIVA**

Las participantes recibirán la asesoría suficiente para la mejora inmediata y constante sobre su desarrollo personal y deportivo, ya que se dotarán de herramientas necesarias que se impartirán a partir de dos planes de trabajo:

- Plan de trabajo general: Psicología Deportiva, Preparación Física.

- Plan de trabajo personalizado: Preparación Física, Revisión de Rutinas y Figuras.





## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN**

El campamento se llevará a cabo bajo las más estrictas medidas de prevención dictadas por la Organización Mundial de la Salud, así como la Secretaría de la Salud de México y las autoridades locales competentes. Siendo la seguridad de las participantes el principal foco de atención para nuestra organización.

### **Capacidad:**

Cupo limitado a 30 atletas.

# STAFF TÉCNICO

---

## JACQUELINE SIMONEAU - CAN

Nacida en Quebec, Canadá, Jacqueline Simoneau se ha convertido en la gran estrella de la natación artística en los últimos años. Ha participado en 3 campeonatos mundiales FINA, logrando medalla de plata en los mundiales Jr. FINA en la prueba de solo. A su corta edad cuenta con 2 campeonatos panamericanos y dos juegos olímpicos

Ha sido considerada una de las 5 mejores nadadoras de solo y dueto del mundo. Su calidez, sencillez y técnica, la convierten en una de las mejores opciones a nivel mundial para poder ser un ejemplo, no solo como deportista de alto rendimiento, sino como talentosa y joven mujer preparada.

## ARI MEDINA - LIEN COBAS - PATY VILA

Tres de las mejores entrenadoras en México serán nuevamente las encargadas de la planeación técnica, evaluación de participantes y desarrollo del Camp.

Con su profesionalismo, conocimiento de la enseñanza y el desarrollo de atletas en la natación artística a todos los niveles. Las entrenadoras de nuestro Camp, desarrollarán un programa sumamente efectivo para la mejora continua de todas y cada una de las participantes.

## ISABEL DELGADO

Representante de México en los juegos olímpicos de Beijín 2008 y Londres 2012, en la disciplina de la natación artística, Isabel delgado se une a nuestro staff técnico para aportar su enorme experiencia en la disciplina.

Así también para compartir sus mejores tips de entrenamiento y motivación, mismos que le han sido de utilidad para no solo ser una atleta olímpica, sino para además sobresalir a nivel mundial en deportes como el Spartan Race y el Cross Fit.



# ACTIVIDADES

## COCTEL DE BIENVENIDA

Con la intención de dar la mejor de las bienvenidas a las participantes y sus familias, ofreceremos un coctel de bienvenida, mismo que nos ayuda a romper el hielo y a integrar a nuestras participantes.



## RECEPCIÓN Y REGISTRO DE PARTICIPANTES

Se recibirá a cada participantes con un kit de bienvenida, box lunch, material personalizado de entrenamiento, material personalizado de bioseguridad, se asignará a un monitor y a una cuadrilla. Se realizará un examen médico a cada participante a su llegada.





ARTISTIC SWIMMING

# CAN CUN

CAMP

# ACTIVIDADES

## ENTRENAMIENTOS EN PLAYA

Las participantes disfrutarán de los espectaculares amaneceres de Cancún, mientras realizan entrenamientos en la playa, aprovechando los inmensos beneficios del trabajo en arena, para el desarrollo físico y emocional.



72411  
GOOD  
TIMES  
72411

## ENTRENAMIENTOS EN PISCINA

Las participantes realizarán entrenamientos adecuados a su nivel y categoría, en un plan personalizado dirigidas por tres de las más exitosas entrenadoras en México.

# ACTIVIDADES



ARTISTIC SWIMMING

# CAN CUN

CAMP



## ENTRENAMIENTOS EN SECO

Se realizarán ejercicios de impresión artística, flexibilidad y acrobacias.



## CONVIVIENDO CON UNA ESTRELLA

Como parte del impulso motivacional, las participantes podrán convivir durante el campamento con una de las más reconocidas atletas de la disciplina en nuestro continente.



# ACTIVIDADES

## PASEO DE CLAUSURA

Las participantes realizarán inolvidable paseo en bote para poder apreciar la belleza inigualable del caribe mexicano.

Realizarán una visita a una de las islas del Caribe Mexicano, en donde degustarán de los deliciosos platillos típicos de la región.

¡Música, baile y mucha diversión!



ARTISTIC SWIMMING

# CAN CUN

CAMP



## TRANSPORTACIÓN

Toda la transportación local está incluida en el la inscripción de nuestro Camp.



ARTISTIC SWIMMING

# CAN CUN

CAMP

# ACTIVIDADES

## LUNCH HIDRATACIÓN Y SNACKS

Para lograr el mejor rendimiento de las participantes, durante los entrenamientos se contará con hidratación, snacks y lunch personalizados para cada atleta.



GOOD  
TIMES

72411

72411

## CHARLAS MOTIVACIONALES

Se realizarán charlas motivacionales durante el Camp. Ejercicios de visualización, Concentración y Enfoque

# ACTIVIDADES



ARTISTIC SWIMMING

# CAN CUN

CAMP



## ENTREGA DE DIPLOMAS

De mano de Jacqueline Simoneau, todas las atletas participantes recibirán su diploma de participación.

## EVALUACIÓN TÉCNICA

Se tomarán videos de cada participantes ejercicios para llevar a cabo evaluaciones y mejoras.

Así también se realizará un análisis FODA de cada participante, mismo que será entregado al final del campamento.



# INSCRIPCIONES

- Hospedaje en Hotel Krystal Urban Cancun
- Habitación Cuádruple (2 camas matrimoniales)
- Acceso y alimentos al Coctel de Bienvenida
- Kit de bienvenida
- Accesos a entrenamientos
- Accesos a charlas motivacionales
- Alimentos durante los 4 días de campamento
- Hidratación y snaks durante entrenamientos
- Paseo de Clausura
- Transportación Local
  - Aeropuerto - Hotel - Aeropuerto
  - Hotel - Actividades - Hotel

**Primeros 5**  
**MX \$ 14,690**  
**USD \$ 774**

**Lugar 6 - 15**  
**MX \$ 18,690**  
**USD \$ 984**

**Lugar 16 - 30**  
**MX \$ 22,690**  
**USD \$ 1,195**

**¡Puedes pagar a 12 meses sin intereses!**



\*Aplica en compra en línea. Compra mínima \$1,200.00

# ACOMPAÑANTES

**EXCLUSIVO PARA ATLETAS DE 12 Y MENORES  
SUJETO A DISPONIBILIDAD**

## Incluye

Hospedaje en Hotel Krystal Urban Cancun

Habitación Cuádruple (2 camas matrimoniales)

Desayuno Buffet

Paseo de Clausura

Traslados Aeropuerto-Alojamiento-Aeropuerto

**MX\$12,690  
US\$668**

**IMPORTANTE:** Para acceder a los beneficios de **transportación, accesos y alimentos del campamento** deberás hacer la **reservación directamente con nuestra organización a través de la pagina [www.sincro.mx](http://www.sincro.mx)**. SincroMX no se hace responsable de reservaciones directas con el hoteles o agencias.

**12 meses sin intereses**



\*Aplica en compra en línea. Compra mínima \$1,200.00

# ADICIONALES

## SEGURO DE CANCELACIÓN

Con este seguro podrás solicitar el 100% de tu pago de inscripción, en caso de que, por cualquier razón, no pudieras participar.

Para que el seguro sea válido, deberás adquirirlo junto con tu inscripción y deberás aplicarlo, en su caso, antes del 1 de agosto de 2022, mediante un correo enviado a [inscripciones@sincro.mx](mailto:inscripciones@sincro.mx)

**MX\$2,100**  
**US\$110**

## FOTOGRAFÍA

Recibe una memoria fotográfica personalizada con todos las actividades y vivencias del Camp.

**MX\$1,500**  
**US\$79**

12 meses sin intereses



\*Aplica en compra en línea. Compra mínima \$1,200.00

# CONTACTO

E-MAIL: [INFO@SINCRO.MX](mailto:INFO@SINCRO.MX)

[WWW.SINCRO.MX](http://WWW.SINCRO.MX)

FB: [SINCROMX](https://www.facebook.com/SINCROMX)

WHATSAPP

[+5219982421574](https://wa.me/5219982421574)



AHORA  
ES  
TU  
TURNO