



INTENSIVS DE NATACIÓ 2024

ADAPTACIÓ AL MEDI AQUÀTIC (a partir dels 4 mesos) • INFANTILS (fins els 12 anys)

ADAPTACIÓ AL MEDI AQUÀTIC

Mitjançant una activitat lúdica i estimulante, descobrim les seves possibilitats motrius. Amb col.laboració dels pares cercarem la seguretat de l'infant a l'aigua.

INICIACIÓ

Treballem sobre les habilitats motrius (desplaçaments, salts, equilibri, girs...) introduint la flotació, la respiració... Inici del treball sense material.

ENSENYAMENT

Iniciació i avançat: domini corporal i motriu, començament de treballs de coordinació per a la preparació d'estils. Introducció a les tècniques de crol, esquena i braça.

PERFECCIONAMENT

Iniciació i avançat: treball de tècniques de crol, esquena, braça i papallona. Es plantejen objectius per potenciar el perfeccionament d'estils i la millora de la seva prestació física.



AQUEST ESTIU NO ET QUEDARÀS SENSE ELS INTENSIVS DE NATACIÓ!

Quan arriba l'estiu una de les principals preocupacions és la seguretat dels infants a la piscina i a la platja. Aprendre a nedar, a part d'una activitat molt divertida, és una important mesura de seguretat; pensem en ells i et presentem els Cursos de Natació Intensius:

- **DI, dx i dv:** del 26 de juny al 19 de juliol
- **Dm i dj:** del 25 de juny al 25 de juliol

ADAPTACIÓ AL MEDI AQUÀTIC (Sessió 40')

GRUP	DIES	HORARI	DATA	SESSIONS	SOCI	NO SOCI
ADAPTACIÓ	DM - DJ	11:15 - 12:00 16:30 - 17:15 17:15 - 18:00	25 Juny - 25 Juliol	10	77,00 €	85,00 €

INFANTILS 3 a 5 anys (Sessió 40')

GRUP	DIES	HORARI	DATA	SESSIONS	SOCI	NO SOCI
1	DL - DX - DV	16:30 - 17:15	26 Juny - 19 Juliol	11	84,00 €	93,00 €
4		17:15 - 18:00				

INFANTILS 6 a 14 anys (Sessió 40')

GRUP	DIES	HORARI	DATA	SESSIONS	SOCI	NO SOCI
2 i 3	DL - DX - DV	16:30 - 17:15	26 Juny - 19 Juliol	11	82,00 €	90,00 €
5 i 6		17:15 - 18:00				

INFANTILS 3 a 5 anys (Sessió 40')

GRUP	DIES	HORARI	DATA	SESSIONS	SOCI	NO SOCI
7	DM - DJ	16:30 - 17:15	25 Juny - 25 Juliol	10	77,00 €	85,00 €
8		17:15 - 18:00				

INFANTILS 6 a 14 anys (Sessió 40')

GRUP	DIES	HORARI	DATA	SESSIONS	SOCI	NO SOCI
9 i 10	DM - DJ	17:15 - 18:00	25 Juny - 25 Juliol	10	75,00 €	83,00 €

ADAPTACIÓ: 4 mesos fins 3 anys, es requereix l'acompanyament d'un adult.

GRUP 1: Iniciació, 3 a 5 anys.

GRUP 2: Ensenyament, 6 a 8 anys.

GRUP 3: Perfeccionament, 9 a 12 anys.

GRUP 4: Iniciació, 3 a 5 anys.

GRUP 5: Ensenyament, 6 a 8 anys.

GRUP 6: Perfeccionament, 9 a 12 anys.

GRUP 7: Iniciació, 3 a 5 anys.

GRUP 8: Iniciació, 3 a 5 anys.

GRUP 9: Ensenyament, 6 a 8 anys.

GRUP 10: Perfeccionament, 9 a 12 anys.

RECOMANACIONS PER A ACONSEGUIR UN AMBIENT IDONI I DE SEGURETAT:

- **Utilitza exclusivament els vestidors assignats.**
- **Obligatori ulleres de natació, casquet de bany, xancles i banyador.**
De cara a agilitzar l'estada als vestidors, **et recomanem que dutxis els petits a casa.**
- **Un acompanyant per alumne** per accedir a les instal·lacions. Els infants que es puguin dutxar sols, preferiblement, **han d'entrar als vestidors sense acompanyants.**

NORMATIVA INSCRIPCIONS

La inscripció suposa l'acceptació de la normativa dels intensius, així com la de Qwellness. Les cancel·lacions amb justificant mèdic són fins el 20 de juny, a partir del 21 de juny la no assistència o anul·lació no donarà dret a compensació. No es faran abonaments de l'import, es podrà compensar amb altres activitats o quotes fins desembre del 2024.