

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

2019 D'OCTUBRE A
DESEMBRE



poliesportiu
municipal
fum d'estampa

Una àmplia oferta de programes
aquàtics per a tothom.

Escull el que més s'adapti a tu!



Ajuntament de L'Hospitalet

ACTIVITATS AQUÀTIQUES 2019 - D'OCTUBRE A DESEMBRE

NADONS (4 - 24 MESOS)

Objectius: afavorir la seva autonomia dins el medi aquàtic. A través d'una àmplia gamma d'activitats el nadó experimenta un altre tipus de comunicació que enforteix el vincle amb els pares.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dimarts	16:45-17:30	NA	2	A
Dijous	16:45-17:30	22,70 €	20,40 €	18,15 € M
Divendres	16:45-17:30	68,10 €	61,20 €	54,45 € T
Dissabte	10:00-10:45			
Dissabte	10:45-11:30			

2 A 3 ANYS

Objectius: proporcionar les eines bàsiques de motricitat que generen els desplaçaments necessaris per aconseguir una autonomia aquàtica.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dilluns i dimecres	17:30-18:15	NA	2	A
Dimarts i dijous	17:30-18:15	19,10 €	17,30 €	15,30 € M
Dimarts	18:15-19:00	57,30 €	51,90 €	45,90 € T
Dimecres	18:15-19:00			
Dijous	18:15-19:00			
Divendres	17:30-18:15			
Dissabte	10:45-11:30			
Dissabte	11:30-12:45			

4 A 5 ANYS

Objectius: reforçar les eines motrius i instaurar hàbits d'higiene per tal que l'infant aconsegueixi autonomia dins i fora del medi aquàtic.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dilluns i dimecres	17:30-18:15	NA	2	A
	18:15-19:00	16,90 €	15,10 €	13,50 € M
Dimarts i dijous	17:30-18:15	50,70 €	45,30 €	40,50 € T
Dimarts	18:15-19:00			
Dimecres	18:15-19:00			
Dijous	18:15-19:00			
Divendres	17:30-18:15			
Divendres	18:15-19:00			
Dissabte	10:00-10:45			
Dissabte	10:45-11:30			

6 A 9 ANYS

Objectius: millorar la immersió, consolidar la tècnica dels estils i conèixer els diferents esports aquàtics.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dilluns i dimecres	17:30-18:15	NA	2	A
	18:15-19:00	14,00 €	12,40 €	11,20 € M
Dimarts i dijous	17:30-18:15	42,00 €	37,20 €	33,60 € T
	18:15-19:00			
Dilluns	19:00-19:45			
Dimecres	18:15-19:00			
Dimecres	19:00-19:45	28,00 €	24,80 €	22,40 € M
Divendres	18:15-19:00	84,00 €	74,40 €	67,20 € T
Divendres	19:00-19:45			
Dissabte	10:45-11:30			
Dissabte	11:30-12:15			

10 A 14 ANYS

Objectius: consolidar les diferents disciplines aquàtiques mitjançant el treball de manteniment físic i conceptes d'entrenament.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dilluns i dimecres	19:00-19:45	NA	2	A
Dimarts i dijous	19:00-19:45	13,90 €	12,50 €	11,10 € M
Divendres	19:00-19:45	41,70 €	37,50 €	33,30 € T
		PREUS 2 dies set.		
		NA	2	A
		27,80 €	25,00 €	22,20 € M
		83,40 €	75,00 €	66,60 € T

15 A 17 ANYS

Objectius: consolidar les diferents disciplines aquàtiques mitjançant el treball de manteniment físic i conceptes d'entrenament.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Dimarts	19:45-20:30	NA	2	A
Dijous	19:45-20:30	13,90 €	12,50 €	11,10 € M
		41,70 €	37,50 €	33,30 € T

ADULTS

Objectius: consolidar les diferents disciplines aquàtiques mitjançant el treball de manteniment físic i conceptes d'entrenament.

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies set.		
Dilluns i dimecres	12:30-13:15	NA	2	A
	19:45-20:30	27,80 €	25,00 €	22,20 € M
Dimarts i dijous	08:45-09:30	83,40 €	75,00 €	66,60 € T
	20:30-21:15			

AQUASALUT

Objectius: millorar i recuperar lesions mitjançant teràpies de mobilitat al medi aquàtic.

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies set.		
		NA	2	A
		23,80 €	23,80 €	19,00 € M
		71,40 €	71,40 €	57,10 € T

NATACIÓ ADAPTADA

Objectius: millorar i recuperar lesions mitjançant teràpies de mobilitat al medi aquàtic.

DIES	HORARIS	DIES	HORARIS
Dimarts i dijous	19:45-20:30	Dissabte	10:00-10:45
			10:45-11:30
			11:30-12:15
			12:15-13:00

ZUMKIDS

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.		
Divendres	17:30-18:20	NA	2	A
		16,60 €	16,60 €	13,30 € M