

activitats aquàtiques



Totes les activitats aquàtiques són cursos continus (no hi ha un període d'inscripció determinat). Les inscripcions estan sotmeses a la disponibilitat de places i llistes d'espera.

ACTIVITAT AQUÀTICA PER A NADONS

HORARI:	de 6 a 2/4 de 7 de la tarda de 2/4 de 7 a 7 de la tarda de 7 a 2/4 de 8 del vespre
DIES:	dilluns i dimecres dimarts i dijous divendres
EDAT:	1 i 2 anys
PREU:	1 dia/setmana 15,25 € /mes 2 dies/setmana 30,20 € /mes
INICI CURS:	1 de setembre de 2009
LLOC:	piscina Les Comes

activitats aquàtiques



ACTIVITAT AQUÀTICA PER A INFANTS

HORARI: d'1/4 de 7 a 7 de la tarda
d'1/4 de 8 a 8 del vespre

DIES: dilluns i dimecres
dimarts i dijous
divendres

EDAT: de 3 a 14 anys

PREU: 1 dia/setmana 11,70 €/mes
2 dies/setmana 23,55 €/mes

INICI CURS: 1 d'octubre de 2009

LLOC: piscina Les Comes

HORARI: de 10 a 3/4 d'11 del matí
d'11 a 3/4 de 12 del matí

DIES: dissabte

EDAT: de 4 a 14 anys

PREU: 11,70 € /mes

INICI CURS: 3 d'octubre de 2009

LLOC: piscina Les Comes

activitats aquàtiques



ACTIVITAT AQUÀTICA PER A JOVES

Perfeccionament de la tècnica i l'entrenament de la natació. Coneixement pr dels diferents esports aquàtics: submarinisme, waterpolo, hoquei subaquàt

HORARI:	de 8 a 9 del vespre
DIES:	divendres
EDAT:	de 14 a 20 anys
PREU:	11,70 € /mes
INICI CURS:	4 de setembre de 2009
LLOC:	piscina Les Comes

ACTIVITAT AQUÀTICA AMB SUPORT

Activitat aquàtica adreçada a persones amb discapacitats.
Sessions individualitzades.

HORARI:	de 12 a 2/4 d'1 i de 2/4 d'1 a 1 del migdia
DIES:	dissabte
EDAT:	a partir de 3 anys
PREU:	15,25 € /mes
INICI CURS:	3 d'octubre de 2009
LLOC:	piscina Les Comes

activitats aquàtiques



CURSETS DE NATACIÓ PER A ADULTS

HORARI: de 8 a 9 del matí
de 9 a 10 del matí

DIES: dimarts i dijous
dilluns, dimecres i divendres

EDAT: a partir de 15 anys

PREU: 2 dies/setmana 30,20 € /mes

3 dies/setmana 45,10 € /mes

INICI CURS: 1 de setembre de 2009

LLOC: piscina Les Comes

HORARI: de 8 a 9 del vespre
de 9 a 10 del vespre

DIES: dimarts i dijous
dilluns i dimecres

EDAT: a partir de 15 anys

PREU: 30,20 € /mes

INICI CURS: 1 de setembre de 2009

LLOC: piscina Les Comes

activitats aquàtiques



NATACIÓ ESPORTIVA AVANÇADA

Perfeccionament de la tècnica i l'entrenament de la natació. Coneixement pràctic dels diferents esports aquàtics: submarinisme, waterpolo, hoquei subaquàtic ...

HORARI:	de 9 a 10 de la nit
DIES:	divendres
PREU:	15,25 € /mes
INICI CURS:	4 de setembre de 2009
LLOC:	piscina Les Comes

AQUAGYM

Gimnàstica aquàtica suau per millorar la coordinació, equilibri, psicomotricitat...

HORARI:	de 9 a 10 de la nit
DIES:	dimarts dijous
EDAT:	a partir de 18 anys
PREU:	15,25 € /mes (per dia)
INICI CURS:	1 de setembre de 2009
LLOC:	piscina Les Comes

activitats aquàtiques



AQUAERÒBIC

reball aquàtic per millorar la resistència aeròbica, mitjançant la coordinació amb ritme musical adaptat i exercicis aquàtics.

HORARI I DIES:

Dimarts de 8 a 9 del vespre
Dijous de 8 a 9 del vespre
Divendres 8 a 9 del vespre
Divendres de 9 a 10 de la nit

EDAT: a partir de 15 anys

PREU: 15,25 € /mes (per dia)

INICI CURS: 1 de setembre de 2009

LLOC: piscina Les Comes