



patronat municipal  
d'esports Igualada

**NADONS  
INFANTIL  
JOVES  
AMB SUPORT  
ADULTS  
AVANÇADA  
AQUAGYM  
AQUAERÒBIC**

## 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 15,95 €/mes  
2 dies/setmana 31,65 €/mes

**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

### ACTIVITAT AQUÀTICA PER A JOVES

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

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

**DIES:** divendres

**EDAT:** de 14 a 20 anys

**PREU:** 12,20 €/mes

**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

### 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 12,20 €/mes  
2 dies/setmana 24,65 €/mes

**INICI CURS:** 3 d'octubre de 2011

**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:** 12,20 €/mes

**INICI CURS:** 1 d'octubre de 2011

### ACTIVITAT AQUÀTICA AMB SUPORT

Activitat aquàtica adreçada a persones amb discapacitats. Sessions individualitzades.

**HORARI:** de 12 a 2/4 d'1  
de 2/4 d'1 a 1 del migdia

**DIES:** dissabte

**EDAT:** a partir de 3 anys

**PREU:** 15,95 €/mes

**INICI CURS:** 1 d'octubre de 2011



patronat municipal  
d'esports Igualada

**NADONS  
INFANTIL  
JOVES  
AMB SUPORT  
ADULTS  
AVANÇADA  
AQUAGYM  
AQUAERÒBIC**

## 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 31,65€ /mes  
3 dies/setmana 47,25€ /mes  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011  
**LLOC:** piscina Les Comes

**HORARI:** de 8 a 9 del vespre  
de 9 a 10 de la nit  
**DIES:** dimarts i dijous  
dilluns i dimecres  
**EDAT:** a partir de 15 anys  
**PREU:** 31,65€ /mes  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

### 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  
**EDAT:** a partir de 20 anys  
**PREU:** 15,95€ /mes  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

### AQUAERÒBIC

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

**HORARI:** de 8 a 9 del vespre  
de 9 a 10 de la nit (només divendres)  
**DIES:** dimarts  
dijous  
divendres  
**EDAT:** a partir de 18 anys  
**PREU:** 15,95€ /mes (dia/setmana)  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

### AQUAGYM

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

**HORARI:** de 8 a 9 del matí  
**DIES:** dilluns  
dimecres  
**EDAT:** a partir de 18 anys  
**PREU:** 15,95€/mes (dia/setmana)  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011

**HORARI:** de 9 a 10 de la nit  
**DIES:** dimarts  
dijous  
**EDAT:** a partir de 18 anys  
**PREU:** 15,95€/mes (dia/setmana)  
**INICI CURS:** 1 de setembre de 2011