

NORMES PER A INSCRIURE'S ALS CURSETS DE NATACIÓ

- És obligatori dur tovallola o barnús, xancletes i casquet de bany durant el curset.
- Els pares o tutors son els responsables del perfecte estat físic mèdic dels nens i nenes participants en els cursets.
- En el moment d'inscriure's als cursets, es lliuraran dues targetes d'accés que tenen un cost de 10 € i que tindrà validesa fins que s'acabi el curset, si no es vol continuar es retornarà l'import de la targeta.
- Amb aquesta targeta només té accés la persona que fa el curset i **1 ACOMPANYANT**.
- El personal de recepció té el deure de no deixar entrar a les instal·lacions del Club, a les persones que no facin servir les targetes magnètiques.
- Aquesta targeta té un horari establert (15 minuts abans de l'inici del curset i 45 minuts després de finalitzar el mateix), en cas de sobrepassar el límit de temps es cobraran 5 € com si fos una entrada de dia.
- Tots els cursets de NATACIÓ s'impartiran amb un mínim d'alumnes inscrits.
- La inscripció s'ha de formalitzar l'última setmana de cada mes.
- Les renovacions es realitzaran la penúltima setmana de cada mes.
- No s'acceptaran inscripcions o renovacions per telèfon.
- El pagament dels cursets s'ha d'efectuar en el moment de formalitzar la inscripció.
- Al formalitzar la inscripció s'haurà de omplir un full amb totes les dades que es sol·liciten i portar la targeta sanitària, per poder formalitzar la corresponent assegurança.
- El preu de l'assegurança està inclòs amb la matrícula.

Club Natació Reus Ploms

Av. Marià Fortuny, 5

Telèfon: 977 757 520—977 754 257

Fax: 977 755 559

www.reusploms.cat

cnrploms@reusploms.es



ACTIVITATS AQUÀTIQUES
OCTUBRE 2009
fins JUNY 2010

SI L'AIGUA ÉS SALUT, VINE ALS PLOMS i ET DONAREM SALUT

CURSETS

**Nadons
Aprentatge
Tecnificació**

**Petits Iniciació
Perfeccionament
Adults**

Fes Salut, Fes Esport, vine als PLOMS

NADONS

Adreçada a alumnes de 6 mesos a 2 anys. PISCINA PETITA.

OBJECTIUS

Desenvolupament físic.

Familiaritzar-lo en el medi aquàtic.

Autonomia en el medi aquàtic.

Jocs psicomotrius.

Aquest programa és porta a terme amb la participació directa del pares.

DIES

Dimarts i dijous.

HORARIS

12 a 12'30 i de 16 a 16'30 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------

Socis:	7 €	44 €	117 €.
--------	-----	------	--------

No socis:	20 €	66 €	169 €.
-----------	------	------	--------

PETITS

Adreçada a alumnes de 2 i 3 anys. PISCINA PETITA.

OBJECTIUS

Estimular el cos.

Activar funcions psicomotrius.

DIES

Dilluns i dimecres.

Dimarts i dijous.

HORARIS

17'30 a 18'15 hores i de 18'15 a 19 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------

Socis:	7 €	44 €	117 €
--------	-----	------	-------

No socis:	20 €	66 €	169 €
-----------	------	------	-------

ADULTS

Adreçada a persones de més de 20 anys.

OBJECTIUS

Millorar la condició física.

DIES

Dilluns, dimecres i divendres.

HORARIS

7'00 a 7'45 hores, de 19'30 a 20'15 i de 20'15 a 21 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------

Socis:	7 €	29 €	65 €
--------	-----	------	------

No socis:	20 €	42 €	104 €
-----------	------	------	-------

NATACIÓ DE MANTENIMENT

Adreçada a persones de 12 a 19 anys.

OBJECTIUS

Millorar la condició física.

DIES

Dimarts i dijous.

HORARI

19'30 a 20'15 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------

Socis:	7 €	22 €	53 €
--------	-----	------	------

No socis:	20 €	33 €	80 €
-----------	------	------	------

INICIACIÓ i APRENENTATGE

Adreçada a alumnes a partir de 4 anys. PISCINA PETITA.

OBJECTIUS

Familiarització i adquisició d'autonomia en MEDI AQUÀTIC.

Desenvolupament i manteniment físic.

DIES

Dilluns i dimecres

Dimarts i dijous

HORARIS

18'15 a 19 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>	<u>SEMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------	------------------

Socis:	7 €	36 €	98 €	176 €
--------	-----	------	------	-------

No socis:	20 €	61 €	163 €	300 €
-----------	------	------	-------	-------

PERFECCIONAMENT i TECNIFICACIÓ

Adreçada a alumnes a partir de 4 anys. Piscina de 25 metres.

OBJECTIUS

Aprenentatge i perfeccionament de les tècniques de la natació.

Tècnica i el domini total del medi aquàtic.

DIES

Dilluns i dimecres.

Dimarts i dijous.

HORARIS

18'15 a 19 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>	<u>SEMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------	------------------

Socis:	7 €	36 €	98 €	176 €
--------	-----	------	------	-------

No socis:	20 €	61 €	163 €	300 €
-----------	------	------	-------	-------

NOMES UN DIA—DIVENDRES

OBJECTIUS i HORARIS

Adreçada a alumnes a partir de 4 anys. Piscina de 25 metres.

18'15 a 19 hores.

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>	<u>SEMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------	------------------

Socis:	7 €	18 €	50 €	88 €
--------	-----	------	------	------

No socis:	20 €	30 €	81 €	150 €
-----------	------	------	------	-------

NOMES UN DIA—DISSABTE

<u>PREUS</u>	<u>MATRICULA</u>	<u>MENSUAL</u>	<u>TRIMESTRAL</u>	<u>SEMESTRAL</u>
--------------	------------------	----------------	-------------------	------------------

Socis:	7 €	18 €	50 €	88 €
--------	-----	------	------	------

No socis:	20 €	30 €	81 €	150 €
-----------	------	------	------	-------

OBJECTIUS i HORARIS

Adreçada a alumnes de 6 mesos a 2 anys. PISCINA PETITA.

Aquest programa és porta a terme amb la participació directa del pares.

Nadons: 11'45 a 12'15 hores.

Adreçada a alumnes de 2 i 3 anys. PISCINA PETITA.

Petits: 10'00 a 10'45 i 10'45 a 11'30 hores.

Adreçada a alumnes a partir de 4 anys. Piscina de 25 metres.

Aprenentatge: 10'00 a 10'45 i 10'45 a 11'30 hores.

Els trimestres i semestres s'iniciaran en el moment en que és formalitzi la inscripció.