

# ÁREA DE DEPORTES - CENTRO ACUÁTICO MUNICIPAL

## PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	DÍAS	HORAS	LUGAR	PRECIO SOCIOS
<b>BEBES I</b> <i>Actividad específica para bebés de entre 6 meses a 18 meses realizada en el Spa Municipal</i>	MARTES Y JUEVES SÁBADOS	13'00, 16'00, 16'45 10'00, 11'00, 11'30	SPA MUNICIPAL	S: 20€ M/J: 25€
<b>BEBES II</b> <i>Actividad específica para bebés de entre 18 meses a 3 años realizada en el Spa Municipal</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES SÁBADOS	16'00, 16'45 10'30, 12'00, 12'30	SPA MUNICIPAL	S: 20€ L/X/V: 30€
<b>PEZQUEÑINES</b> <i>Familiarización a la natación para niños/as de edades comprendidas entre los 3-5 años.</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES SÁBADO	16'00, 16'45, 17'30, 18'15, 19'00 10'30, 11'15, 12'15	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	S: 10€ L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>APRENDIZAJE INFANTIL I</b> <i>Iniciación a la natación para niños/as de edades comprendidas entre los 6 y 7 años</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES SÁBADO	16'30, 17'15, 18'00, 18'45 10'30, 11'15, 12'15	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>APRENDIZAJE INFANTIL II</b> <i>Iniciación a la natación para niños/as de edades comprendidas entre los 7 y 10 años.</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES	16'30, 17'15, 18'00, 18'45	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>ESCUELA DE NATACION III</b> <i>Aprendizaje para niños/as de edades comprendidas entre 10 y los 11 años.</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES	16'30, 17'30, 18'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>ESCUELA DE NATACION IV</b> <i>Aprendizaje y perfeccionamiento para menores de edades comprendidas entre 12 y 13 años</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES	16'30, 17'30, 18'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>ESCUELA DE NATACION V</b> <i>Aprendizaje y perfeccionamiento para menores de edades comprendidas entre 13 y 15 años</i>	LUNES Y MIÉRCOLES MARTES Y JUEVES VIERNES	17'30, 18'30 18'30 17'30, 18'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>ESCUELA DE NATACION VI</b> <i>Aprendizaje y perfeccionamiento para menores de edades comprendidas entre 16 y 17 años</i>	LUNES Y MIÉRCOLES VIERNES	19'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X: 15€ M/J: 15€ V: 10€
<b>NATACION FAMILIAR</b> <i>Actividad dirigida a las familias, en las que puede disfrutar de la instalación el menor acompañado de un adulto y guiados por un monitor/a</i>	SÁBADO	11'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	S: 10€
<b>NADO LIBRE</b> <i>Sin presencia de monitor/a. Actividad individual y CON HORARIO FIJO. A partir de 16 años</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES MARTES Y JUEVES SÁBADOS	8'00, 11'00, 12'00, 19'30, 20'30, 21'30 8'00, 11'00, 19'30, 21'30 10'00, 11'00, 12'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	S: 10€ L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>BONO DE NADO LIBRE</b> <i>Sin presencia de monitor/a. Actividad individual de la que puede disfrutar en horarios variados. +16 años</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES MARTES Y JUEVES SÁBADOS	8'00, 9'00, 10'00, 12'00, 20'30, 21'30 8'00, 9'00, 19'30, 21'30 10'00, 11'00, 12'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	20 Sesiones 40,00 €
<b>NATACION ADAPTADA II</b> <i>Clases de natación dirigida usuarios/as menores con algún tipo de discapacidad y que se desenvuelven con autonomía en el agua.</i>	MARTES Y JUEVES	17'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	M/J: 22€

# ÁREA DE DEPORTES - CENTRO ACUÁTICO MUNICIPAL

## PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	DÍAS	HORAS	LUGAR	PRECIO SOCIOS
<b>APRENDIZAJE DE MAYORES</b> <i>Clases de iniciación dirigidas a usuarios/as que no saben nadar mayores de 60 años.</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9'00, 10'00, 11'00	PISCINA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>PERFECCIONAMIENTO DE ADULTOS</b> <i>Clases avanzadas dirigidas a usuarios/as que saben nadar con edades comprendidas entre los 18 y los 60 años.</i>	MARTES Y JUEVES	11'00, 12'00, 19'30	PISCINA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>PERFECCIONAMIENTO DE MAYORES</b> <i>Clases avanzadas dirigidas a usuarios/as mayores de 60 años y que saben nadar.</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	8'00, 9'00, 10'00, 20'30, 21'30	PISCINA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>APRENDIZAJE DE ADULTOS</b> <i>Clases de iniciación dirigidas a usuarios que no saben nadar con edades comprendidas entre los 18 y los 60 años.</i>	MARTES Y JUEVES	8'00, 9'00, 10'00, 20'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>NATACIÓN DIRIGIDA</b> <i>Clase guiada para usuarios/as mayores de edad con algún tipo de dolencia (no terapéutica)</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>NATACIÓN DE MAYORES</b> <i>Clase guiada para usuarios/as mayores de edad con algún tipo de dolencia (no terapéutica).</i>	MARTES Y JUEVES	9'00, 10'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>AQUAGYM</b> <i>Fitness acuático para la tonificación muscular. Adaptación al medio acuático de los ejercicios que se hacen en seco. Dirigida a mayores de 16 años.</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	8'00, 9'00, 10'00, 11'00, 19'30, 20'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>NATACIÓN PARA EMBARAZADAS</b> <i>Actividad dirigida a mujeres embarazadas.</i>	MARTES Y JUEVES	8'00, 9'00, 10'00, 11'00, 12'00, 19'30, 20'30, 21'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>NATACIÓN ADAPTADA</b> <i>Clases de natación dirigida usuarios/as mayores de edad con algún tipo de discapacidad y que se desenvuelven con autonomía en el agua.</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	12'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€
<b>NATACIÓN DEPORTIVA</b> <i>Clases dirigidas a usuarios/as mayores de edad, en las que un monitor/a perfecciona los distintos estilos y con una mayor intensidad.</i>	MARTES Y JUEVES	12'15	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	M/J: 15€
<b>AQUAWALK</b> <i>Actividad en el vaso pequeño dirigida a usuarios/as mayores de edad que necesita por prescripción médica andar o realizar una serie de ejercicios en el agua. Sin monitor/a.</i>	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9'30, 10'30, 11'30, 20'00, 21'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 22€ M/J: 15€
<b>ESCUELA DE ESPALDA INFANTIL</b> <i>Serie de ejercicios destinados a menores para corregir problemas en la columna y dolencias de la espalda.</i>	MARTES Y JUEVES	9'30, 10'30, 11'30, 20'00, 21'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	Dos días 22€
<b>ESCUELA DE ESPALDA</b> <i>Destinada a corregir problemas en la columna y a seguir pautas para llevar las dolencias habituales en la espalda. Para mayores de edad.</i>	MIÉRCOLES Y VIERNES	12'15	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	M/J: 22€
	MARTES Y JUEVES	12'00	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	M/J: 22€
	MARTES Y JUEVES	8'00, 21'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	M/J: 15€
	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	8'30	PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL	L/X/V: 15€
	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	17'00, 18'00	SPA MUNICIPAL	L/X: 22€ M/J: 22€ V: 15€
	MARTES Y JUEVES	17'00	SPA MUNICIPAL	L/X/V: 32€ M/J: 22€
	VIERNES	17'00, 18'00	SPA MUNICIPAL	L/X/V: 32€ M/J: 22€
	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9'00, 10'00, 11'00, 12'00, 13'00, 17'30, 18'30, 19'30, 20'30	SPA MUNICIPAL	L/X/V: 32€ M/J: 22€
	MARTES Y JUEVES	9'00, 10'00, 11'00, 12'00, 14'00, 17'45, 18'30, 19'30, 20'30	SPA MUNICIPAL	L/X/V: 32€ M/J: 22€