ACTIVITATS

AQUÀTIQUES

Conjunt d'activitats, desenvolupades a l'aigua, que persegueixen dos objectius principals: conèixer el medi i aprendre tècniques de natació.

On

CEM Sagnier
C. de Frederica Montseny, 2-8
Tel. 93 379 00 50 (ext. 5530)

CEM Estruch
Av. del Pare Andreu de Palma, 9
Tel. 93 379 00 50 (ext. 5500)

CEM Fondo d'en Peixo
C. del Doctor Soler i Torrens, 47-49
Tel. 93 379 00 50 (ext. 5920)

Nou servei
D'ENTRENAMENT PERSONAL
INFORMACIÓ:
entrenadorselprat@seae.es
elprat.cat/esports

info

Secció d'Esports:
Pl. de la Vila, 9
08820 El Prat de Llobregat
Tel. 93 379 00 50
(extensions 5431 i 5430)
esports@elprat.cat
elprat.cat/esports

Horari:

- MATINS: de dilluns a divendres, de 9.00 a 13.30 h
- TARDES: dilluns i dimecres, de 16.30 a 19.00 h (juliol i agost, tardes tancat)

Disseny i impressió: PACO RODRÍGUEZ - www.ajpgrafics.com

Edició: Gener 2022

El Prat. el meu lloc al món

ACTIVITATS **AQUÀTIQUES**

ACTIVITATS
AQUÀ TIQUES

elprat.cat/esports

Ajuntament del Prat de Llobregat

NADONS

De 6 a 35 mesos

OBJECTIUS

Descobrir el medi aquàtic i familiaritzar-s'hi.

Experimentar i potenciar les respostes motrius del nadó.

Afavorir les relacions socials i afectives respectant la seva evolució.

	DIES	HORARI	EDAT
E	Dissabtes	10.15 a 11.00 h	6 a 18 mesos
		10.15 a 11.00 h	19 a 35 mesos
		11.00 a 11.45 h	6 a 18 mesos
		11.00 a 11.45 h	19 a 35 mesos
		11.45 a 12.30 h	6 a 18 mesos
		11.45 a 12.30 h	19 a 35 mesos
		12.30 a 13.15 h	6 a 18 mesos
		12.30 a 13.15 h	19 a 35 mesos
S	Dissabtes	09.30 a 10.15 h	6 a 18 mesos
		09.30 a 10.15 h	19 a 35 mesos
		10.15 a 11.00 h	6 a 18 mesos
		11.00 a 11.45 h	19 a 35 mesos
		11.45 a 12.30 h	19 a 35 mesos

PREU

97,00 €/trimestre

*(Descompte per a nadons amb discapacitat: **20%**)*

INFANTS

De 3 a 5 anys

OBJECTIUS

Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.

Millorar les habilitats aquàtiques, descobrir la immersió i la flotabilitat i reforçar l'aprenentatge.

Iniciar-se en diferents desplaçaments per l'aigua.

	GRUP	DIES	HORARI
F	2 dies	Dilluns i dimecres	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h
		Dimarts i dijous	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h
	1 dia	Dissabtes	10.15 a 11.00 h 11.45 a 12.30 h
E	2 dies	Dilluns i dimecres	17.45 a 18.30 h 18.30 a 19.15 h
		Dimarts i dijous	17.45 a 18.30 h 18.30 a 19.15 h
	1 dia	Dissabtes	09.30 a 10.15 h 10.15 a 11.00 h 11.00 a 11.45 h 11.45 a 12.30 h
S	2 dies	Dilluns i dimecres	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h
		Dimarts i dijous	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h 18.30 a 19.15 h
	1 dia	Dissabtes	09.30 a 10.15 h 10.15 a 11.00 h 11.00 a 11.45 h 11.45 a 12.30 h

PREUS

2 dies: **70,00** €/trimestre

1 dia: **35,00** €/trimestre

*(Descompte per a infants amb discapacitat: **20%**)*

INFANTS I JOVES

De 6 a 17 anys

OBJECTIUS

Seguir consolidant l'aprenentatge i les habilitats aquàtiques.

Millorar la tècnica dels diferents estils de natació.

Conèixer els esports aquàtics.

	GRUP	EDAT	DIES	HORARI
F	2 dies	6 a 12	Dilluns i dimecres	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h
			Dimarts i dijous	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h 18.30 a 19.15 h
	1 dia	6 a 12	Dissabtes	10.15 a 11.00 h 11.00 a 11.45 h 11.45 a 12.30 h 12.30 a 13.15 h
		13 a 17	Dissabtes	11.00 a 11.45 h
E	2 dies	6 a 12	Dilluns i dimecres	17.45 a 18.30 h
		6 a 15		18.30 a 19.15 h
		6 a 12	Dimarts i dijous	17.45 a 18.30 h
		6 a 15		18.30 a 19.15 h
	1 dia	6 a 12	Dissabtes	09.30 a 10.15 h 10.15 a 11.00 h 12.30 a 13.15 h
S	2 dies	6 a 12	Dilluns i dimecres	17.45 a 18.30 h
		6 a 15		18.30 a 19.15 h
		6 a 12	Dimarts i dijous	17.00 a 17.45 h 17.45 a 18.30 h
		6 a 15		18.30 a 19.15 h
	1 dia	6 a 12	Dissabtes	09.30 a 10.15 h 12.30 a 13.15 h

PREUS

2 dies: **61,00** €/trimestre

1 dia: **30,50** €/trimestre

*(Descompte per a persones abonades: **25%**)*

*(Descompte per a persones amb discapacitat: **20%**)*

ADULTS

De 18 anys en endavant

OBJECTIUS

Curset d'iniciació:

Ser capaç de flotar i desplaçar-se pel medi aquàtic amb autonomia i sense material d'ajuda.

Curset de perfeccionament:

Millorar la tècnica dels diferents estils per ser més eficients en els desplaçaments dins l'aigua.

	TIPUS CURSET	GRUP	DIES	HORARI
F	Perfeccionament	1 dia	Dijous	14.15 h a 15.00 h
		2 dies	Dilluns i dimecres	18.30 h a 19.15 h
E	Iniciació	2 dies	Dilluns i dimecres	09.00 h a 09.45 h
		2 dies	Dimarts i dijous	09.00 h a 09.45 h
S	Perfeccionament	2 dies	Dilluns i dimecres	19.15 h a 20.00 h

PREUS

2 dies: **74,00** €/trimestre

1 dia: **37,00** €/trimestre

Majors de 65 anys

2 dies: **59,20** €/trimestre

1 dia: **29,60** €/trimestre

*(Descompte per a persones abonades: **25%**)*

*(Descompte per a persones amb discapacitat: **20%**)*

Lloc

- CEM Sagnier
- CEM Estruch
- CEM Fondo d'en Peixo

Inscripcions:

Secció d'Esports: plaça de la Vila, 9

(Demanant cita prèvia a la web municipal)

Podeu consultar el calendari de realització de cada activitat a:

www.elprat.cat/esports