

# ESCOLA AQUÀTICA CURS INTENSIU ESTIU 2022

Del 27 de juny al  
22 de juliol de 2022



## NADONS / LLAR D'INFANTS

### DESCOBRIMENT, dels 4 als 24 mesos

Activitat que es duu a terme amb la mare o el pare a l'aigua. És l'oportunitat ideal per introduir l'infant en el medi aquàtic i activar els reflexos i reaccions que disposen. Mitjançant l'estimulació corporal i psicomotora, els animarem a explorar i desenvolupar la confiança en el medi aquàtic.

GRUP	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
4-10 mesos	Dimecres i divendres	de 10.10 a 10.45 h	65 €	111 €
11-17 mesos	Dimarts i dijous	de 10.10 a 10.45 h	65 €	111 €
18-24 mesos	Dimarts i dijous	de 16.15 a 16.50 h	65 €	111 €

### ADAPTACIÓ, dels 24 als 36 mesos

En aquesta fase, els pares continuen compartint amb els seus fills l'exploració de les posicions del cos i l'equilibri per, progressivament, deixar d'acompanyar-los a l'aigua. Els infants assoleixen les competències aquàtiques per moure's per sota i per sobre de l'aigua a més d'entrar i sortir de l'aigua amb facilitat. Treballarem l'autonomia, la competència per respirar i la immersió. El nostre objectiu és que gaudeixin del medi aquàtic.

GRUP	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
24-36 mesos any 2020	Dilluns, dimecres i divendres	de 16.15 a 16.50 h	89 €	152 €

## INFANTS QUE JA HAN FET L'ADAPTACIÓ

### EXPERIMENTACIÓ, a partir dels 30 mesos

Un curs per al nen/a que ja ha fet l'adaptació a l'aigua. En aquest curs, el nen s'inicia en els fonaments de la natació sense la companyia dels pares. L'activitat té lloc a la piscina lúdica o piscina coberta de 25m.

GRUP	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
2019	De dilluns a divendres	de 17.00 a 17.35 h	155 €	263 €

# EDUCACIÓ INFANTIL

## ENSENYAMENT I PERFECCIONAMENT

Adreçat als nens/es que fan per primera vegada un curs de natació. També a aquells que ja han tingut contacte amb el medi aquàtic a través de cursos, però que encara no han assolit una destresa dins de l'aigua i han de millorar la posició del cos per començar a treballar sense material auxiliar.

Igualment, hi tenen cabuda els nens/es que poden desplaçar-se distàncies curtes sense ajut de material auxiliar

GRUP	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
2016 (P5), 2017 (P4), 2018* (P3)	De dilluns a divendres	d'11.15 a 12.00 h	155 €	263 €
		de 12.15 a 13.00 h	155 €	263 €
		de 16.15 a 17.00 h	155 €	263 €
		de 17.15 a 18.00 h	155 €	263 €
		de 18.15 a 19.00 h	155 €	263 €

\*Els alumnes de 2018 (P3) començaran 10' abans.

# EDUCACIÓ PRIMÀRIA

## ENSENYAMENT

Adreçat als nens/es que fan per primera vegada un curs de natació. Desenvolupem les habilitats fonamentals. De manera gradual, l'alumne guanya en competència i confiança per millorar la seva agilitat, equilibri i coordinació de manera individual i amb els companys. També hi tenen cabuda els nens/es que poden desplaçar-se distàncies curtes sense ajut de material auxiliar

CURS	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
Del 2010 al 2015	De dilluns a divendres	d'11.05 a 11.50 h	155 €	263 €
		de 12.05 a 12.50 h	155 €	263 €
		de 16.05 a 16.50 h	155 €	263 €
		de 17.05 a 17.50 h	155 €	263 €
		de 18.05 a 18.50 h	155 €	263 €

# EDUCACIÓ PRIMÀRIA / SECUNDÀRIA

## ENSENYAMENT (Secundària)

Treballem els moviments i habilitats fonamentals mentre introduïm els elements tècnics de la natació, aprenent a utilitzar-los de diferents maneres i a enllaçar-los en diferents accions i seqüències.

CURS	DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
Del 2013 al 2015	De dilluns a divendres	de 19.15 a 20.00 h	155 €	263 €
Del 2010 al 2012			155 €	263 €
Del 2006 al 2009			155 €	263 €

## PERFECCIONAMENT (Primària i Secundària)

Està dirigit als alumnes que volen millorar la tècnica dels estils (crol, esquena, braça, inici a la papallona), l'equilibri corporal dins de l'aigua i la millora de la condició física en general.

# JOVES, ADULTS I GENT GRAN

## ENSENYAMENT

Iniciació als fonaments tècnics de la natació. Utilitzem material auxiliar per facilitar l'aprenentatge i l'experiència. S'assoleixen els recursos necessaris que permetran l'evolució tècnica en etapes futures.

DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
De dilluns a divendres	de 7.15 a 8.00 h	155 €	263 €
	de 20.15 a 21.00 h	155 €	263 €

## PERFECCIONAMENT

Continuarem treballant la posició hidrodinàmica. Desenvoluparem la tècnica bàsica dels estils de natació (crol, esquena, braça, inici papallona) i millorarem la condició física.

DIES	HORARIS	SOCI	NO SOCI
De dilluns a divendres	de 7.15 a 8.00 h	155 €	263 €
	de 20.15 a 21.00 h	155 €	263 €

## INSCRIPCIONS

**Socis:** a partir del dia 19 d'abril via web.

**No socis:** a partir del 3 de maig de manera presencial.

*Els socis faran la inscripció a través de l'app/web miclubonline a partir del dia 19 d'abril. A partir de l'1 de juny, la inscripció serà presencial al Punt d'Atenció al Soci.*

*Els no socis es podran inscriure de manera presencial al Punt d'Atenció al Soci a partir del 3 de maig.*

*Un cop rebuda la preinscripció, us enviarem un correu electrònic amb la confirmació.*

## CALENDARI CURS

**DATES:** Del 27 de juny al 22 de juliol de 2022

**DIES FESTIUS:** Dilluns 4 de juliol (Festa Major de Terrassa)

## CONDICIONS DE PAGAMENT

**Socis:** Es pagarà el 50% del preu en el moment de la contractació via app/web miclubonline i una segona fracció per domiciliació bancària l'1 de juny. A partir de l'1 de juny, el pagament es farà de forma íntegra al Punt d'Atenció al Soci.

**No socis:** En el moment de fer la inscripció al Punt d'Atenció al Soci. Podran satisfer el 100% del preu amb targeta o bé una primera fracció amb targeta i una segona fracció per domiciliació bancària el dia 1 de juny. A partir de l'1 de juny, el pagament es farà de forma íntegra al Punt d'Atenció al Soci.

## DESCOMPTES A GERMANS I GENT GRAN

- Al 2n germà, un 5% de descompte de l'import total del curs.
- A partir del 3r germà, un 10% de descompte de l'import total del curs.
- A partir dels 60 anys, un 10% de descompte de l'import total del curs.

Els descomptes a germans s'apliquen als menors de 18 anys.

## BAIXES

**Durant el període d'inscripció i fins a l'inici del curs:**

Quan la baixa sigui per motius mèdics justificats (cal certificat mèdic), es cobrarà el 10% sobre l'import total del curs en concepte de despeses d'organització i ocupació de plaça.

Per les baixes que es produeixin per voluntat pròpia, la penalització serà d'un 20%.

**Un cop iniciat el curs:**

No es realitzarà cap mena de devolució.

*El Club Natació Terrassa es reserva el dret de modificar la programació dels cursos en funció del volum d'inscripcions i de necessitats sobrevingudes.*

**Més informació**

a través del correu [dnart@clubnatacioterrassa.cat](mailto:dnart@clubnatacioterrassa.cat)