

ACTIVITATS AQUÀTIQUES 2021



poliesportiu
municipal
sanfeliu

Una àmplia oferta de programes
aquàtics per a tothom.
Escull el que més s'adapti a tu!



Ajuntament de L'Hospitalet

ACTIVITATS AQUÀTIQUES 2021



poliesportiu
municipal
sanfeliu

EMBARASSADES

Activitat aquàtica per a dones embarassades a partir del tercer mes, es realitza un treball d'activitat física per reforçar i estirar la musculatura que va canviant a mesura que avança l'embaràs.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Dimarts	16:15-17:00	NA	2 A
		69,00 €	62,10 € 55,20 €

NADONS (4 - 24 MESOS)

Objectius: afavorir la seva autonomia dins el medi aquàtic. A través d'una àmplia gamma d'activitats el nadó experimenta un altre tipus de comunicació que enforteix el vincle amb els pares.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Dissabte	10:45-11:30	NA	2 A
Dissabte	11:30-12:15	69,00 €	62,10 € 55,20 €

2 A 3 ANYS

Objectius: proporcionar les eines bàsiques de motricitat que generen els desplaçaments necessaris per aconseguir una autonomia aquàtica.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Dilluns	18:30-19:15	NA	2 A
Dimecres	17:00-17:45	74,70 €	67,20 € 59,75 €
Dissabte	10:00-10:45		
		PREUS 2 dies	TRIMESTRAL
NA	2	A	
		149,40 €	134,40 € 119,50 €

4 A 5 ANYS

Objectius: reforçar les eines motrius i instaurar hàbits d'higiene per tal que l'infant aconsegueixi autonomia dins i fora del medi aquàtic.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Dilluns	17:45-18:30	NA	2 A
Dissabte	10:00-10:45	57,30 €	51,60 € 45,85 €
Dissabte	10:45-11:30		
Dimarts i dijous	18:30-19:15		
		PREUS 2 dies	TRIMESTRAL
NA	2	A	
		114,60 €	103,20 € 91,70 €

6 A 9 ANYS

Objectius: millorar la immersió, consolidar la tècnica dels estils i conèixer els diferents esports aquàtics.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Dimecres	18:30-19:15	NA	2 A
Divendres	17:45-18:30	55,50 €	49,80 € 44,40 €
Dissabte	11:30-12:15		
		PREUS 2 dies	TRIMESTRAL
NA	2	A	
		111,00 €	99,60 € 88,80 €

10 A 15 ANYS

Objectius: consolidar les diferents disciplines aquàtiques mitjançant el treball de manteniment físic i conceptes d'entrenament.

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia	TRIMESTRAL
Divendres	18:30-19:15	NA	2 A
Dimarts i dijous	18:30-19:15	53,10 €	47,70 € 42,45 €
		PREUS 2 dies	TRIMESTRAL
NA	2	A	
		106,20 €	95,40 € 84,90 €

ADULTS

Objectius: consolidar les diferents disciplines aquàtiques mitjançant el treball de manteniment físic i conceptes d'entrenament.

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies	TRIMESTRAL
Dimarts i dijous	20:00-20:45	NA	2 A
		106,20 €	95,40 € 84,90 €

NA No Abonat 2 2n Familiar A Abonat