



piscines  
municipals  
l'hospitalet

2024/2025

# ACTIVITATS AQUÀTIQUES

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



[www.poliesportius.l-h.cat](http://www.poliesportius.l-h.cat)

**l'ESPORT  
és SALUT**



Ajuntament de L'Hospitalet

# ACTIVITATS AQUÀTIQUES

# 2024/2025

## 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	10:00 - 10:45	N/A	2	A
	10:45 - 11:30	69,00€	62,10€	55,20€
	11:30 - 12:15			
	12:15 - 13:00			

## 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		
2 anys Dissabte	9:15 - 10:00	N/A	2	A
	10:45 - 11:30	74,70€	67,20€	59,75€
	11:30 - 12:15			
	12:15 - 13:00			
3 anys Dilluns	17:00 - 17:45			
	Dimarts	17:00 - 17:45		
	Dimecres	17:00 - 17:45		
	Dijous	17:00 - 17:45		
	Divendres	17:00 - 17:45		
	Dissabte	13:00 - 13:45		

## 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 i dimecres	17:45 - 18:30	N/A	2	A
		57,30€	51,55€	45,85€
Dimarts i dijous	17:45 - 18:30			
Dilluns	18:30 - 19:15			
Dimarts	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Dimecres	18:30 - 19:15			
Dijous	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Divendres	17:00 - 17:45			
	17:45 - 18:30			
Dissabte	18:30 - 19:15			
	9:15 - 10:00			
	10:00 - 10:45			

PREUS 2 dia TRIMESTRAL		
N/A	2	A
114,60€	103,10€	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		
Dilluns i dimecres	17:45 - 18:30	N/A	2	A
		55,50€	49,95€	44,40€
Dimarts i dijous	17:45 - 18:30			
Dilluns	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Dimarts	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Dimecres	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Dijous	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Divendres	17:00 - 17:45			
	17:45 - 18:30			
Dissabte	10:00 - 10:45			
	10:45 - 11:30			
	11:30 - 12:15			

PREUS 1 dia TRIMESTRAL		
N/A	2	A
55,50€	49,95€	44,40€

PREUS 2 dia TRIMESTRAL		
N/A	2	A
111,00€	99,90€	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		
Dilluns i dimecres	17:45 - 18:30	N/A	2	A
		53,10€	47,80€	42,50€
Dimarts i dijous	17:45 - 18:30			
Dilluns	18:30 - 19:15			
Dimarts	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Dimecres	18:30 - 19:15			
Dijous	17:00 - 17:45			
	18:30 - 19:15			
Divendres	17:00 - 17:45			
	17:45 - 18:30			
Dissabte	9:15 - 10:00			
	12:15 - 13:00			
	13:00 - 13:45			

PREUS 1 dia TRIMESTRAL		
N/A	2	A
53,10€	47,80€	42,50€

PREUS 2 dia TRIMESTRAL		
N/A	2	A
106,20€	95,60€	85,00€

## ADULTS

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

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia TRIMESTRAL		
Iniciació		N/A	2	A
		53,10€	47,80€	42,50€
Dimarts i dijous	8:00 - 8:45			
	12:45 - 13:30			
Perfeccionament				
Dilluns i dimecres	8:00 - 8:45			
	12:45 - 13:30			
Divendres	20:00 - 20:45			
	8:00 - 8:45			
Entrenament				
Dimarts i dijous	14:00 - 14:45			
	20:00 - 20:45			

PREUS 2 dies TRIMESTRAL		
N/A	2	A
106,20€	95,60€	85,00€

NA No Abonat      2 2n familiar, fam. nombrosa o monoparental  
A Abonat

Carrer de Rosalía de Castro, 39/43 · 08901 L'Hospitalet de Llobregat  
Tel. 93 403 29 60 · infopmlh@l-h.cat

\*L'oferta de programes aquàtics pot ser modificada per causes alienes a l'organització i/o per necessitats del servei