

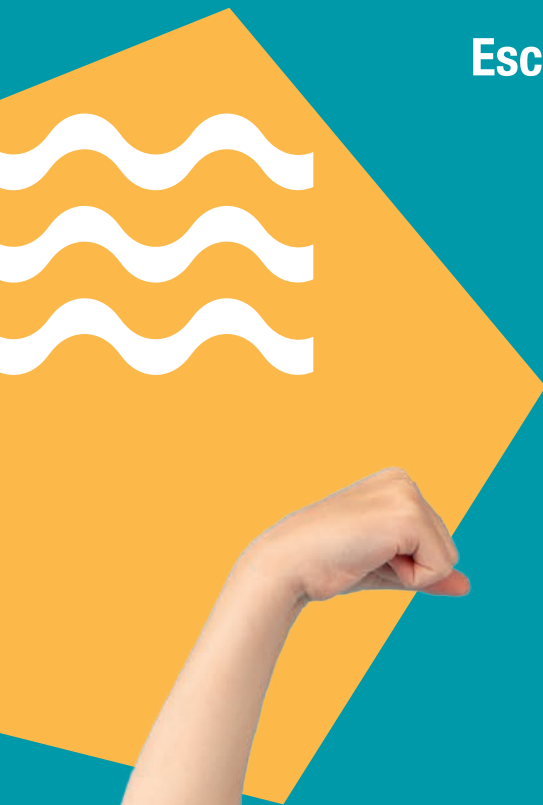


poliesportiu
municipal
fum d'estampa

2023/2024

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

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



www.poliesportius.l-h.cat

l'h ESPORT
és SALUT



Ajuntament de L'Hospitalet

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

2023/2024

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 set.
Dissabte	10:00 - 10:45 10:45 - 11:30	N/A 2º/FN/FNE A 23,00€ 20,70€ 18,40€ M

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 set.
1 dia		N/A 2º/FN/FNE A
Divendres	17:30 - 18:15	20,10€ 18,20€ 16,10€ M
Dissabte	10:45 - 11:30	
2 dies		PREUS 2 dies set.
Dilluns i dimecres	17:30 - 18:15 18:15 - 19:00	N/A 2º/FN/FNE A
Dimarts i dijous	17:30 - 18:15	40,20€ 36,40€ 32,20€ M

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 set.
1 dia		N/A 2º/FN/FNE A
Divendres	17:30 - 18:15 18:15 - 19:00	17,10€ 15,90€ 14,15€ M
Dissabte	10:00 - 10:45 10:45 - 11:30	
1 dies		PREUS 2 dies set.
Dilluns i dimecres	17:30 - 18:15	N/A 2º/FN/FNE A
Dimarts i dijous	17:30 - 18:15 18:15 - 19:00	35,40€ 31,80€ 28,30€ M

M Mensual **T** Trimestral **NA** No Abonat

A Abonats **2º/FN/FNm** 2n Fam/Fam.Num./Num.Mono.

Carrer de Rosich, 12 · 08904 L'Hospitalet de Llobregat
Tel. 93 403 29 35 · info@mf@l-h.cat

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

6 A 9 ANYS

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

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.
1 dia		N/A 2º/FN/FNE A
Dilluns	18:15 - 19:00	14,70€ 13,00€ 11,75€ M
Dimecres	18:15 - 19:00	
Divendres	18:15 - 19:00 19:00 - 19:45	PREUS 2 dies set.
Dissabte	10:00 - 10:45 11:30 - 12:15	N/A 2º/FN/FNE A
2 dies		29,40€ 26,00€ 23,50€ M
Dilluns i dimecres	17:30 - 18:15 18:15 - 19:00 19:00 - 19:45	
Dimarts i dijous	18:15 - 19:00	

10 A 14 ANYS

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

DIES	HORARIS	PREUS 1 dia set.
1 dia		N/A 2º/FN/FNE A
Dilluns	19:00 - 19:45	14,60€ 13,10€ 11,70€ M
Divendres	18:15 - 19:00 19:00 - 19:45	PREUS 2 dies set.
2 dies		N/A 2º/FN/FNE A
Dilluns i dimecres	18:15 - 19:00 19:00 - 19:45	29,20€ 26,20€ 23,40€ M
Dimarts i dijous	18:15 - 19:00 19:00 - 19:45	

15 A 17 ANYS

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

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies set.
1 dia		N/A 2º/FN/FNE A
Dimecres	19:00 - 19:45	29,20€ 26,20€ 23,40€ M
2 dies		
Dimarts i dijous	19:45 - 20:30	

ADULTS

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

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies set.
Dilluns i dimecres	19:45 - 20:30	N/A 2º/FN/FNE A
Dimarts i dijous	8:45 - 9:30 20:30 - 21:15	29,20€ 26,20€ 23,40€ M

JUNIOR TRAINING (6-14 ANYS)

DIES	HORARIS	PREUS 2 dies set.
Divendres	17:30 - 18:20	N/A 2º/FN/FNE A
		16,50€ 16,50€ 13,20€ M