

Ajuntament de Castellar del Vallès

Curs de natació per a infants

Els cursos s'organitzen en dos cicles consecutius de 4 setmanes cadascun:

Natació infants – Iniciació (de 3 a 6 anys)

Programa destinat a infants que s'inicien en el medi aquàtic. L'objectiu principal és que guanyin confiança a l'aigua, desenvolupin habilitats bàsiques de flotació i desplaçament, i aprenguin a gaudir del medi aquàtic d'una manera segura i lúdica.

Horaris:

- De dilluns a divendres d'11.30 a 12.15 h (2 grups)
- De dilluns a divendres de 17.00 a 17.45 h (2 grups)

Natació infants – Ensenyament (de 6 a 10 anys)

Adreçat a participants amb certa autonomia a l'aigua que comencen a treballar les primeres tècniques de natació. Es treballa la millora del desplaçament, la respiració i la coordinació, introduint patrons bàsics dels diferents estils.

Horaris:

Natació infants – Perfeccionament (de 10 a 15 anys)

Dirigit a infants i joves que ja dominen els conceptes bàsics de la natació i volen perfeccionar la tècnica dels diferents estils. Es treballa la resistència, la velocitat i la tècnica avançada amb exercicis més específics.

Horaris:

- De dilluns a divendres de 10.00 a 10.45 h (1 grup)
- De dilluns a divendres de 18.30 a 19.15 h (1 grup)

Inscripcions [clicant aquí](#).

GRAELLA CURSOS NATACIÓ					
HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
10.00 a 10.45	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	
10.00 a 10.45	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAME
10.45 a 11.30	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT
10.45 a 11.30	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT
11.30 a 12.15	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ
11.30 a 12.15	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ
16.15 a 17.00		ADULTS		ADULTS	
17.00 a 17.45	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ
17.00 a 17.45	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ	INICIACIÓ
17.45 a 18.30	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT
17.45 a 18.30	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT	ENSENYAMENT
18.30 a 19.15	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAMENT	PERFECCIONAME
18.30 a 19.15	ADULTS		ADULTS		

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40