

Ajuntament de Castellar del Vallès

Cursos de natació per a adults

Les activitats s’organitzen en dos cicles consecutius de 4 setmanes cadascun:

Programa dirigit a persones adultes amb diferents nivells d’ experiència a l’aigua, des de persones que volen aprendre a nedar fins a aquelles que volen millorar la seva tècnica o condició física mitjançant la natació.

L’activitat es desenvoluparà en format de dues sessions setmanals per cicle, amb grup estable durant les quatre setmanes.

Horaris:

- Dilluns i dimecres de 10.00 a 10.45 h (1 grup)
- Dimarts i dijous de 10.00 a 10.45 h (1 grup)
- Dimarts i dijous de 16.15 a 17.00 h (1 grup)
- Dilluns i dimecres de 18.30 a 19.15 h (1 grup)

Inscripcions [cllicant 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		