CURSETS DE NATACIÓ
P.M. LES PLANES

Temporada 25-26

Cursets de natació
a partir de 3 anys

Ajuntament de L'Hospitalet

poliesportiu municipal | lp | les planes

HORARIS. Temporada 2025 - 2026

PETITS TRIMESTRAL

Programa adreçat a nens/es de 3 a 5 anys.L'objectiu principal és familiaritzar-se al medi aquàtic mitjançant eines bàsiques motrius, formes jugades, jocs i petits desplaçaments amb la finalitat d'aconseguir l'autonomia motriu aquàtica.

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
Indiferent	Dimarts i Dijous	17.30h a 18.15h	3-5 anys	108,35€	127,50 €
Indiferent	Dissabtes	10:15 a 11:00h	3-5 anys	54,20€	63,75€

PETITS ANUAL

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
Indiferent	Dilluns	17:30h. a 18:15h	3-5 anys	153€	153€
		18:20h a 19:05h			
	Dimarts	17:30h a 18:15h			
		18:20h a 19:05h			
	Dimecres	17:30h. a 18:15h			
	Dijous	18:20h a 19:05h			
	Divendres	17:30h a 18:15h			
		18:20h a 19:05h			

INFANTIL TRIMESTRAL

Programa adreçat a nens de 6 a 14 anys. Els objectius són **iniciar-se** a la natació, practicar diferents habilitats aquàtiques, desenvolupar els aprenentatges motrius i perfeccionar les tècniques d'estils. Per els grups de **perfeccionament**, els objectius són consolidar i perfeccionar la tècnica dels diferents estils de natació, millorar l'eficiència i la coordinació a l'aigua, augmentar la resistència i la velocitat, i desenvolupar estratègies per practicar la natació esportiva

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
Iniciació	Dilluns i Dimecres	17:30h a 18:15h	6-14 anys	74,45 €	87,60 €
	Dimarts i Dijous	17:30h a 18:15h			
	Dimarts i Dijous	18:20h a 19:05h			
	Dissabte	9:30h a 10:15h		37,20€	43,80€
Perfeccionament	Dimarts i Dijous	18:20h a 19:05h			

INFANTIL ANUAL

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
Iniciació	Dilluns	18:20 a 19:05h	6-14 anys	130€	130€
	Dimecres	18:20 a 19:05h		130€	130€
	Dijous	17:30 a 18:15 h		130€	130€
	Divendres	17:30 a 18:15h		130€	130€
	Divendres	18:20 a 19:05h		130€	130€
Perfeccionament	Dimecres	18:20 a 19:05 h		130€	130€
	Divendres	18:20 a 19:05h		130€	130€

ADULTS

Programa adreçat a partir de 15 anys. L'objectiu d'aquest programa és fer un treball global d'iniciació, perfeccionament tècnic i manteniment físic d'acord a les necessitats i nivells dels participants.

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
Iniciació	Dimarts i Dijous	8:45 a 9:30h	A partir de 15 anys	96,60€	113,70€
		19:15 a 20:00h		96,60€	113,70€

GENT GRAN

Programa adreçat a majors de 65 anys i/o pensionistes. L'objectiu principal és, a nivell tècnic, de iniciació i perfeccionament, i de manteniment físic general, adaptat a les necessitats del grup.

Nivell	Dies	Horari	Edats	Abonats	No abonats
	Dimarts i Dijous	8:45 a 9:30h	Més de 65 anys	61,70€	72,55€
		19:15 a 20:00h		61,70€	72,55€

Assegurança mèdica obligatòria per tots els cursets trimestrals: 5,40€