

## CURSETS DE NATACIÓ / TORRES DE SEGRE, ESTIU 2010

**SESSIONS:** 20 sessions de 45 minuts

**EDATS:** 3 anys fets abans de començar el curset i més grans

### HORARIS:

ENTRENAMENT ESPECÍFIC (CAL PORTAR ALETES)	15.30h-16.15h
GRUP NENS (INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT)	16.15h-17.00h
GRUP ADULTS (INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT)	15.30h-16.15h
GRUP ADULTS (PERFECCIONAMENT)	21.30h-22.15h
AQUAGYM (DILLUNS - DIMECRES - DIVENDRES)	21.00h-21.45h

<b>PREUS:</b>	NENS (de 3 a 15 anys)	<b>42€</b>
	ADULTS (a partir de 16 anys)	<b>46€</b>
	AQUAGYM (a partir de 16 anys)	<b>46€</b>

### DIES DE CURSET: 1er TORN

2010	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
JUNY	28	29	30	1	2
JULIOL	5	6	7	8	9
	12	13	14	15	16
	19	20	21	22	23

### DIES DE CURSET: 2on TORN

2010	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
JULIOL	26	27	28	29	30
AGOST	2	3	4	5	6
	9	10	11	12	13
	16	17	18	19	20

### IMPORTANT:

- Els cursets els realitzaran monitors especialitzats en activitats aquàtiques i salvament aquàtic.
- Omplir el paper d'inscripció a l'hora d'efectuar el pagament.
- Els nombre de persones de cada grup i les activitats que realitzin, en tot moment seran els adequats per evitar riscos a la piscina.
- Grups, mínim de 8 persones.
- Un cop abonat el curs, els diners del banc **NO es retornaran**.
- No oblideu posar-vos protecció solar a casa abans de venir a la piscina i crema hidratant al sortir de la piscina després de dutxar-vos.
- Portar el **CARNET DELS CAVALLETS**, els que el tinguin.