



CURSETS DE NATACIÓ

2020-2021

C/ de l'Amistat s/n · 08490 Tordera
Tel. 93 764 26 76 · info.tordera@accura.es
www.clubsaccura.as

cemtordera
centre esportiu municipal




APRÈN JUGANT

Una metodologia pròpia, desenvolupada per un equip de professionals amb una trajectòria de més de 10 anys. Ensenyant amb èxit a més de 3.000 cursetistes per temporada entre tots els nostres centres. L'objectiu és l'aprenentatge i el perfeccionament de la natació, amb un mètode de seguiment individual del nen/a en grups molt reduïts. Sempre des de la perspectiva del joc, on aprèn passant-s'ho bé.

GRUPS

Diferenciem 7 grups de treball en funció dels nivells dels alumnes:

NIVELLS	DIES I HORARIS		DESCRIPCIÓ
Tortuga	Dilluns Dimarts, dijous Dimecres Divendres Dissabte	17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h 17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h / 18:40h 10:45h / 11:30h / 12:15h	Alumnes que s'adapten al medi aquàtic, familiarització
Calamar	Dilluns Dimarts, dimecres Dijous, divendres Dissabte	17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h / 18:40h 10:00h / 11:30h / 12:15h	Alumnes que ja comencen a fer desplaçaments dorsals i ventrals
Sardina	Dilluns Dimarts, dimecres Dijous, divendres Dissabte	17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h / 18:40h 17:00h / 17:50h / 18:40h 10:00h / 10:45h / 11:30h	Autonomia dins de l'aigua. Alumnes que són capaços de fer tot tipus de desplaçaments. Inici a la coordinació de crol i esquena
Dofí	Dilluns, dimecres, divendres Dijous Dissabte	17:50h 18:40h 10:45h / 12:15h	Coordinació de crol, esquena i braça
Orca	Dilluns, dimecres, divendres Dissabte	18:40h 10:45h	Coordinació de crol, esquena i braça, més fluït
Tauró	Dilluns, dimecres, divendres Dissabte	18:40h 10:45h	Perfeccionament de la tècnica d'estils i iniciació a la papallona
Perfeccionament tècnic	Dissabte Dimarts i dijous	10:45h 18:40h	Perfeccionar la tècnica d'estils i salvament aquàtic

 No sap nedar  Mostra autonomia a l'aigua  Té coordinació d'estils  Controla els diferents estils



DATES I HORARIS

Els cursos són de caràcter anual, coincidint amb el calendari escolar:

1r trimestre: de l'1 d'octubre al 18 de desembre

2n trimestre: del 8 de gener al 27 de març

3r trimestre: del 6 d'abril al 18 de juny



La duració de l'activitat serà de **45 minuts**.



MONITORS

La ràtio establerta en els diferents grups és:

Tortuga: 1 monitor per cada 8 nens/es

Calamar: 1 monitor per cada 9 nens/es

Sardina: 1 monitor per cada 10 nens/es

Dofí: 1 monitor per cada 12 nens/es

Orca, tauró i perfeccionament: 1 monitor per cada 12 nens/es

Sempre garantint la màxima seguretat!



AVALUACIONS Un sistema d'avaluació individual, on els pares rebran un informe trimestral amb l'evolució del vostre fill/a. Aquest informe s'explicarà i donarà de forma personalitzada.



PREUS TRIMESTRALS

DIES	SOCI	NO SOCI
1 dia setmana	72,80€	96,80€
2 dies setmana	105,80€	144,80€



QUÈ CAL PORTAR? DNI original del tutor, les dades bancàries i el pagament del primer trimestre en efectiu o targeta de crèdit més 15€ en concepte d'inscripció on s'inclou l'assegurança mèdica i un casquet de bany. La **reunió informativa** serà el dimecres 15 de setembre a les 16h. **Informa't sense compromís!**

ALTRES ACTIVITATS

NADONS

La natació per nadons és una activitat que desenvolupen conjuntament pares i fills i que té per objectiu familiaritzar els nadons amb el medi aquàtic amb tots els beneficis que aporta la seva pràctica. Dirigir a nadons des dels 4 mesos als 3 anys.

Opció 1 dia - Preu soci 23€/mes · Preu no soci 34€/mes

Opció 2 dies - Preu soci 40€/mes · Preu no soci 52€/mes

4-18 mesos	Dilluns 16h, dimarts i dijous 18:40h, dissabte 9:15h i 9:45h dijous 11:30h
19-36 mesos	Dilluns 16:30h, dimarts i dijous 19:10h, dijous 11h, dissabte 10:15h

ADULTS I GENT GRAN


L'objectiu principal és iniciar-se i perfeccionar la tècnica de la natació, fiant les diferents possibilitats de relació amb el medi aquàtic: flotacions, girs, desplaçaments i immersions. Així com experimentar i evolucionar en el domini de les diferents habilitats tècniques de crol, esquena, braça i papallona.

Iniciació	Dilluns i dimecres 8:30h Dimarts i dijous 15:15h
Aprentatge	Dilluns i dimecres 9:15h i a les 16h
Perfeccionament	Dimarts i dijous 16h

Preu 1 dia a la setmana **soci** 21€/mes · **no soci** 29€/mes

Preu 2 dies a la setmana **soci** 30€/mes · **no soci** 38€/mes

Preu 3 dies a la setmana **soci** 38€/mes · **no soci** 48€/mes


 La duració de l'activitat serà de **45 minuts**.

Alt rendiment	Dimarts i dijous a les 20:30h
Aprentatge i perfeccionament	De dilluns a divendres a les 19:30h

Preu 1 dia a la setmana **soci** 26€/mes · **no soci** 35€/mes

Preu 2 dies a la setmana **soci** 35€/mes · **no soci** 44€/mes

Preu 3 dies a la setmana **soci** 43€/mes · **no soci** 54€/mes

 La duració de l'activitat serà de **60 minuts**.

C/ de l'Amistat s/n · 08490 Tordera
Tel. 93 764 26 76 · info.tordera@accura.es
www.clubsaccura.as

  Cem Tordera

cemtordera
centre esportiu municipal