

Quin objectiu té aquesta activitat?

L'activitat per a adults pretén la millora de la condició física. En el nivell Aprèn es busca que la persona es familiaritzi i s'adapti a aquest medi, treballant els principis bàsics de la natació i habilitats aquàtiques bàsiques que li permetran adquirir una certa autonomia i consciència corporal.

En el nivell Millor es pretén adquirir més autonomia, desenvolupant habilitats pròpies del medi i els estils de natació.

En el nivell Entrena es fan diferents entrenaments per millorar els estils de natació, combinant-ho amb exercicis de força, resistència, velocitat i habilitats en diferents graus de dificultat.

A s'adreça?

A majors de 16 anys.

Com accedeixo al club?

A cada alumne se li donarà el carnet de l'activitat a l'inici de curs, que haurà de portar per accedir al club.

Què cal portar per fer l'activitat?

Banyador, tovallola, xanquetes i casquet de bany.

Disposo d'armariets per guardar la roba mentre es fa la classe?

Sí. Disposem d'armariets per guardar la roba. És necessari portar un cadenat que, per raons de seguretat, recomanem que sigui de combinació i de 6 mm de gruix.

Quina és la durada del curs?

La durada del curs és d'octubre a juny, seguint el calendari escolar. Durant les vacances de Nadal, Setmana Santa i l'última setmana de juny no es fan classes, però es pot accedir a la piscina el mateix dia i en l'horari de l'activitat fent ús lliure de la piscina i sota la vigilància del socorrista del recinte.

A quin vestidor ens hem de canviar?

Als vestidors disponibles per a abonats.

A quina hora podem entrar al club si no en som abonats?

15 minuts abans de l'inici del curset podeu accedir al club amb el carnet, i una vegada al recinte de la piscina iniciareu l'activitat en l'horari establert amb el tècnic assignat al grup.

Si tinc alguna malaltia a la pell puc accedir a la piscina?

Cal confirmar amb el dermatòleg que no hi ha risc de contagi i informar-ne el tècnic.

Si vull modificar alguna dada personal o bancària o em vull donar de baixa, com ho haig de fer?

Qualsevol modificació de les dades personals o bancàries, com també una possible baixa, s'ha de comunicar abans del dia 25 de cada mes. S'ha de fer personalment, per tal d'enregistrar la signatura de l'interessat.

Cal estar al corrent de les quotes per poder accedir a l'activitat.

***És obligatori l'acompliment de la normativa del club i el seguiment de les indicacions de tot el personal que hi treballa.**