

PERSONALITZATS

INICI OCTUBRE

Adreçat a aquells que tinguin **por, fòbies, dificultats en la respiració**, etc. Amb els cursets personalitzats gaudiràs de l'atenció d'**un tècnic aquàtic per a tu sol**, amb sessions de 30 minuts d'aigua reals.

Dirigit a joves, adults i infants. Els horaris són a convenir amb el tècnic.

PREUS

4 sessions
8 sessions
12 sessions
16 sessions

SOCI

83,60 €
143,95 €
182,95 €
208,75 €

NO SOCI

128,60 €
221,40 €
281,45 €
321,10 €



NATACIÓ EMBARASSADES

INICI OCTUBRE

La natació és **un dels esports més aconsellables de realitzar durant l'embaràs**. Pràcticament no té riscos si es practica amb cura. Ajuda a controlar el teu pes, i a sentir-te àgil i activa.

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

DIES

Dilluns o dijous

HORARI

12:00 - 12:45 h

PREU MENSUAL

30% de descompte en el 2n dia

SOCI

21,01 €

NO SOCI

33,38 €

CLUB MEDIKIDS

MEDI KIDS

Si els teus nens/es són socis/es del Club Esportiu Mediterrani, inscriu-los al Club MEDIKIDS i gaudiu del **servei d'activitats lúdiques**.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

Del 14 de setembre de 2020
al 23 de juliol de 2021

DIES

De dilluns
a divendres

HORARI

17:30 - 20:00 h

*Consultar les edats i normativa a recepció.



INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

C/Begur, 44, Barcelona

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA*

C/Regent Mendieta, 14, Barcelona

*Regent Mendieta a partir d'octubre.

*** Durant la temporada poden haver modificacions en els cursos, els preus, horaris, etc. Trobareu la informació actualitzada al web.

AUTÈNTIC ESPORT DE QUALITAT.



www.clubsportiumediterrani.com

Ajuntament de
Barcelona



CLUB ESPORTIU MEDITERRANI
Caràcter autèntic

NATACIÓ ADULTS

2020-2021



CURSETS NATACIÓ

INICI SETEMBRE

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

DIES

Dilluns i dimecres
Dilluns i dimecres
Dimarts i dijous

HORARI

9:00 - 9:45 h
19:50 - 20:35 h
19:50 - 20:35 h

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA - A PARTIR D'OCTUBRE

NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

DIES

Dilluns i dimecres
Dimarts i dijous

HORARI

19:50 - 20:35 h
19:50 - 20:35 h

PREU
MENSUAL

SOCI
26,06 €

NO SOCI
77,62 €

AIGUA SUAU

INICI OCTUBRE

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

DIES

Dilluns i dimecres

HORARI

11:15 - 12:00 h

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

DIES

Dimarts i dijous

HORARI

11:15 - 12:00 h

PREU
MENSUAL

SOCI
15,35 €

NO SOCI
33,38 €



NATACIÓ ARTÍSTICA

INICI SETEMBRE

Ideal tant per a persones que s'inicien com per a tots aquells i aquelles que l'heu practicada. Si t'agrada **nedar i ballar alhora**, la natació artística unifica aquestes disciplines. El nostre Club és **pioner en la natació artística mixta**, no fem distinció de sexes.

Adapta el teu entrenament a 2,3 i 4 dies per setmana.

*Aquesta activitat segueix calendari escolar.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

DIES

Dilluns a dijous

HORARI

20:30 - 22:00 h

PREU
MENSUAL

DIES

4
3
2

SOCI

37 €
28 €
22 €

NO SOCI

74 €
56 €
44 €

PREU
TRIMESTRAL

4

3
2

100 €
75,5 €
62,70 €

200 €

151 €
125,40 €

WATERPOLO

INICI OCTUBRE

Et posaràs en forma en un grup mixt de diferents nivells, però sobretot et divertiràs i experimentaràs el waterpolo des de dins, amb entrenaments de **tècnica, tàctica i molta pilota**.

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

DIES

Dilluns, dimecres i divendres

HORARI

14:30 - 16:00 h

PREU
MENSUAL

SOCI
41,46 €

NO SOCI
80,65 €

