

CURSETS NATACIÓ

INICI SETEMBRE
NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

DIES	HORARI
Dilluns i dimecres	9:00 a 9:45
Dimarts i dijous	19:00 a 19:45
Dilluns i dimecres	19:45 a 20:30
Dimarts i dijous	19:45 a 20:30

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

DIES	HORARI
Dilluns i dimecres	8:00 a 8:45 o 19:45 a 20:30
Dimarts i dijous	8:00 a 8:45 o 19:45 a 20:30

PREUS

	SOCI	NO SOCI
MENSUAL	28,03€	83,50€

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	HORARI
Dilluns o dijous	12:00-12:45

PREUS

	SOCI	NO SOCI
MENSUAL	23,65€	36,21€

30% de descompte en el 2n dia

AIGUA SUAU

INICI OCTUBRE
NIVELL INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

DIES	HORARI
Dilluns i dimecres	11:15 a 12:00

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

DIES	HORARI
Dimarts i dijous	11:15 a 12:00

PREUS

	SOCI	NO SOCI
MENSUAL	17,04€	36,21€



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	HORARI
Dilluns, dimecres i divendres	14:30 16:00

PREUS

	SOCI	NO SOCI
MENSUAL	44,59€	86,75€

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 i 3 dies per setmana. *Aquesta activitat segueix calendari escolar.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

DIES	HORARI
Dilluns i dimecres	20:30 a 22:00
Dilluns, dimarts i dijous	

PREUS

	MENSUAL		TRIMESTRAL	
DIES	SOCI	NO SOCI	SOCI	NO SOCI
2 dies	23,43€	46,86€	66,78€	133,55€
3 dies	29,82€	59,64€	80,41€	160,82€





CURSETS PERSONALITZATS

Adreçat a les persones 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.

PREUS

SESSIONS	SOCI	NO SOCI
4 sessions	89,03€	136,96€
8 sessions	153,31€	235,79€
12 sessions	194,84€	299,74€
16 sessions	222,31€	341,97€

*Sessions de 30 minuts d'aigua reals. Dirigit a infants, joves i adults. Els horaris són a convenir amb el tècnic.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

C/Begur, 44-52

08028 Barcelona

Tel: 93 431 58 55

8.000 m2
Com arribar-hi:
Metro L5 Badal
Metro L1 Mercat Nou

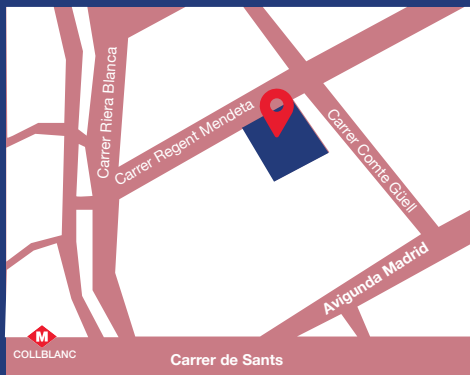


INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

C/Regent Mendieta, 14-20

08028 Barcelona

3.000m2
Com arribar-hi:
Autobús
Metro L5 Collblanc



Horari serveis instal·lació:

De dilluns a divendres 6:50-22:15h

Dissabtes 6:50 -20:30h

Diumenges i festius 7:05-14:15h

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

AUTÈNTIC ESPORT DE QUALITAT



Més informació a través del web

www.clubesportiumediterrani.com/contacte/

Ajuntament de Barcelona



CURSETS DE NATACIÓ ADULTS NATACIÓ ADULTS NATACIÓ ADULTS



2022-2023



CLUB ESPORTIU MEDITERRANI
Caràcter autèntic