



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/a tècnic/a aquàtic/a per a tu sol/a.

PREUS

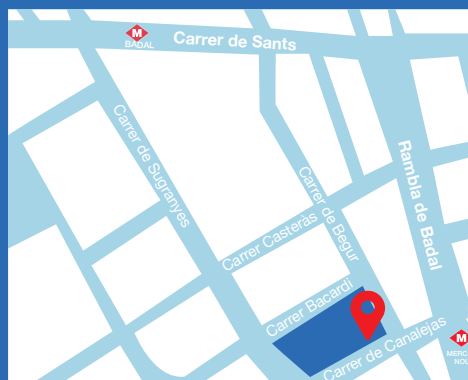
SESSIONS	SOCI/A	NO SOCI/A
4 sessions	93,65€	144,08€
8 sessions	161,28€	248,05€
12 sessions	204,97€	315,32€
16 sessions	233,87€	359,75€

*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

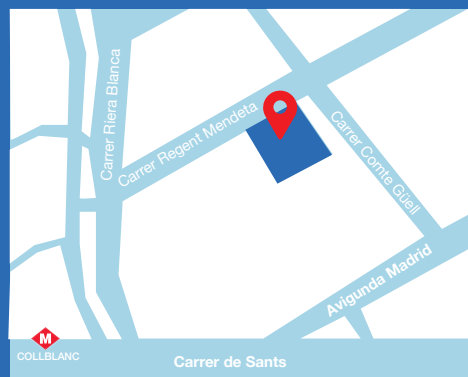
8.000 m2
Com arribar-hi:
Metro L5 Badal
Metro L1 Mercat Nou



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.clubesporthimediterrani.com/contacte/

Ajuntament de
Barcelona



CLUB ESPORTIU
MEDITERRANI
Caràcter autèntic



CURSETS DE NATACIÓ INFANTIL 2023-2024

SEGONS CALENDARI ESCOLAR OFICIAL
INICI 1 DE SETEMBRE



NATACIÓ

ANYS DE NAIXEMENT DEL 2007 AL 2021

Curs d'iniciació i perfeccionament segons el nivell del participant. L'objectiu principal és **adquirir un bon domini de l'aigua, de les habilitats pròpies de la natació i, per als més avançats, millorar el condicionament físic.**

Consell: Per a obtenir un nivell òptim de natació aconsellem realitzar el curs de 2 dies a la setmana. Inscripció per dies.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

EDAT	DIES	HORARI
2016 al 2021	Dilluns a divendres	17:30-18:15 h
2014 al 2020	Dilluns a divendres	18:15-19:00 h
2007 al 2013	Dilluns o dimecres o divendres	19:00-19:45 h

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

EDAT	DIES	HORARI
2016 al 2021	Dilluns a divendres	17:30-18:15 h
	Dissabte	10:15-11:00 h
2014 al 2020	Dilluns a divendres	18:15-19:00 h
	Dissabte	11:00-11:45 h
2007 al 2013	Dimarts o dijous o divendres	19:00-19:45 h
	Dissabte	11:45-12:30 h

PREUS

EDAT	DIES	MENSUAL		TRIMESTRAL	
		SOCI/A	NO SOCI/A	SOCI/A	NO SOCI/A
2007 al 2021	1	29,59€	47,52€	80,91€	130,46€
	2	52,62€	79,89€	143,15€	216,93€

NADONS

DE 3 A 36 MESOS

Activitat conjunta entre pares i fills que té per objectiu **gaudir i familiaritzar-se amb el medi aquàtic per afavorir el seu desenvolupament físic, motriu i afectiu.** Es practica a la piscina poc profunda. L'última classe de cada mes podran accedir a l'activitat dos adults. La resta de dies, només podrà accedir un adult i el nadó.

Inscripció per dies.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS

EDAT	DIES	HORARI
3 a 36 mesos	Dilluns a dijous	17:00 a 17:30h

INSTAL·LACIÓ REGENT MENDIETA

EDAT	DIES	HORARI
3 a 36 mesos	Dilluns a dijous	17:00 a 17:30 h
3 a 10 mesos	Dissabte	10:00 a 10:30 h
10 a 18 mesos	Dissabte	10:30 a 11:00 h
18 a 36 mesos	Dissabte	11:00 a 11:30 h

PREUS

	SOCI/A	NO SOCI/A
MENSUAL	28,97€	43,37€
TRIMESTRAL	74,62€	115,48€

*Descompte del 30% el segon dia.



NATACIÓ ARTÍSTICA

ANYS DE NAIXEMENT DEL 2003 AL 2017

És una disciplina que **combina natació, gimnàstica i dansa, realitzant a l'aigua una rutina de moviments al ritme de la música.**

Aquesta activitat millora les habilitats aquàtiques, la resistència física, la flexibilitat, la precisió en el temps, així com el control de la respiració sota l'aigua. A més, té la intenció de formar i ensenyar en l'art de l'espectacle. És un dels esports i activitats més completes que oferim.



PREUS

EDAT	DIES	MENSUAL		TRIMESTRAL	
		SOCI/A	NO SOCI/A	SOCI/A	NO SOCI/A
2003-2017	2 dies	58,25€	72,86€	158,39€	198,02€
2003-2017	3 dies	79,54€	99,35€	216,00€	270,04€

*Horaris en funció dels nivells, que s'establiran mitjançant una prova. Entrenaments a partir de 3 dies a la setmana, menys grup iniciació que seran 2 dies els dimarts i dijous de 17:30 a 18:45h.
Per a més informació contacteu a: natsincro@mediterrani1931.com

GRUP INICIACIÓ (INICI A L'OCTUBRE)

EDAT	HORARI	MENSUAL		TRIMESTRAL	
		SOCI/A	NO SOCI/A	SOCI/A	NO SOCI/A
2015-2017	Dissabtes 10 a 11h	32€	40€	87,10€	108,90€