

Benvingut estiu!



Ajuntament
de Gavà

CURSOS DE VERANO 2022

NOVA PISCINA

CURSOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Bebés WET BABY	NATACIÓN MENSUAL sábado	
De 5 a 12 meses	de 10.00 a 10.45 h	
De 13 a 35 meses	de 10.50 a 11.35 h	
PRECIO	22,75 € / mes	

Infantiles WET KIDS I JUNIOR	NATACIÓN QUINCENAL de lunes a viernes	
KIDS (nacidos del 2016 al 2018)	de 10.00 a 10.45 h	
PRECIO	50,50 € / quincena	
JUNIOR I (nacidos del 2012 al 2015)	de 17.30 a 18.15 h	
PRECIO	40,50 € / quincena	
JUNIOR II (nacidos del 2006 al 2011)	de 18.15 a 19.00 h	
PRECIO	40,50 € / quincena	

Adultos WET SENIOR	NATACIÓN QUINCENAL de lunes a viernes	
a partir de 16 años	de 9.15 a 10.00 h	de 19.00 a 19.45 h
PRECIO	40,50 € / quincena	



Funcionamiento:

- Se podrá acceder a vestuarios 15 minutos antes del inicio de la sesión.
- Bebés: podrán acceder a la piscina el bebé y dos adultos.
- En los cursillos infantiles, los menores de 3 a 9 años deben entrar en el vestidor con un único acompañante.
- Las inscripciones de los cursos acuáticos **infantil y bebés** se realizarán telemáticamente.
- Las inscripciones al curso acuático de **adultos** y a los seminarios de **cuerpo y mente** se realizarán del 1 al 3 de junio presencial o telemáticamente. A partir del 4 de junio solo se harán por el portal web.

Fechas cursos:

Primera quincena: del 4 al 14 de julio

Segunda quincena: del 18 al 29 de julio

Mensual: del 1 al 31 de julio

CURSOS ACTIVIDADES TERRESTRES: SEMINARIOS CUERPO Y MENTE

MEDITACIÓN

Curso dirigido a personas que quieran iniciarse en la disciplina de la meditación, consiguiendo una relajación total y una mente tranquila.

Días: 4, 11, 18 y 25 de julio

Horario: lunes, de 10.30 a 12 horas

Lugar: Nova Piscina, sala 2 de actividades dirigidas

Precio: 29,70 €

VINYASA YOGA

Curso dirigido a personas que quieran conocer una disciplina del yoga dinámico, enlazando secuencias de posturas, sincronizando movimiento y respiración.

Días: 6, 13, 20 y 27 de julio

Horario: miércoles, de 10.30 a 12 horas

Lugar: Nova Piscina, sala 2 de actividades dirigidas

Precio: 29,70 €

PILATES

Iníciate al método Pilates. Aprende a controlar la respiración y la mente al mismo tiempo que trabajas la flexibilidad y la resistencia muscular.

Días: 5, 12, 19 y 26 de julio

Horario: martes, de 19 a 20 horas

Lugar: Nova Piscina, sala 2 de actividades dirigidas

Precio: 19,80 €

* Pago de 2 € del seguro obligatorio para todas las actividades (en caso de no estar inscrito/a en ningún programa del Departamento de Deportes).

Información e inscripciones

El período de inscripciones se iniciará el **1 de junio a las 9 horas** y hasta agotar plazas. De forma presencial o telemáticamente en el siguiente enlace: <https://esportsgava.deporsite.net/>

Más información en:



93.633.35.40
93.638.02.49



esports@gava.cat



www.gavaciatat.cat