## ABONAMENTS EMPADRONATS

| | FAMILIAR | IND. 26-65 ANY | JOVE 0-25 ANYS |
|---|---|---|---|
| ANUAL | 187,95 | 121,72 | 60,86 |
| 6 MESOS (SEMESTRE NAT.) | 11,88 | 71,60 | 35,80 |
| TRIMESTRAL (TRIM. NAT) | 66,23 | 45,65 | 22,38 |
| MENSUAL | 28,64 | 20,59 | 10,29 |

## ABONAMENTS NO EMPADRONATS

| | FAMILIAR | INDIVIDUAL | JOVE |
|---|---|---|---|
| ANUAL | 249,71 | 162,44 | 162,44 |
| 6 MESOS | 148,12 | 98,47 | 94,87 |
| 3 MESOS | 88,61 | 60,86 | 60,86 |
| MENSUAL | 38,49 | 27,75 | 27,75 |

## TARIFES DE CURSETS

| | EMP/ ABONAT | EMP/NO ABONAT | NO EMP/ NO ABO-NAT | NO EMP/ ABONAT |
|---|---|---|---|---|
| 1 sessió 40 MIN | 12,98 | 17,01 | 22,38 | 17,01 |
| 2 sessions 40 MIN | 25,51 | 34,01 | 45,65 | 34,46 |
| 1 SESSIÓ 50 MIN | 19,69 | 25,06 | 33,12 | 25,06 |
| 2 SESSIONS 50 MIN | 24,17 | 32,22 | 43,86 | 33,12 |
| 3 SESSIONS 50 MIN | 26,85 | 35,80 | 48,33 | 36,25 |
| 2 SESSIONS TRIATLÓ 75 MIN | 34,00 | 38,00 | 40,00 | 38,00 |
| 2 SESSIONS GENT GRAN | 15,00 | - | 43,86 | 33,12 |

## HORARIS DE LES PISCINES

PISCINA MUNICIPAL DE POLLENÇA

Obertura a partir del 15 de juny.

Horaris:

de dilluns a divendres de 9.00 a 20.00 h

Dissabtes de 10.00 a 19.00 h.

Diumenges i festius tancat.

PISCINA MUNICIPAL PORT DE POLLENÇA

Reobertura a partir de l'1 de juliol.

Horaris:

de dilluns a divendres

de 8.00 a 13.00 h i de 15.30 a 21.45h

Dissabtes, diumenges i festius tancat

## Dates d'inscripció

- Nous usuaris, del 22 al 26 de juny.
- Usuaris d'hivern, del 18 al 21 de juny.
- Proves, dies 25 i 26 de juny a la piscina de Pollença amb cita prèvia.

## Contacte

Pollença: 971 53 39 90 / 672 60 30 01

Port de Pollença: 971 86 52 12 / 672 39 46 88

esports@ajpollenca.net

Codi QR d'accés al formulari de preinscripció de natació

# NATACIÓ ESTIU 2020

Àrea d'Esports

Ajuntament de Pollença

# CURSETS DE NATACIÓ

| | |
|---|---|
| **Pingüins** | Infants a partir de 4 anys amb certes habilitats aquàtiques |
| **Pops** | Infants que saben nedar però no dominen estils |
| **Dofins** | Infants amb certes habilitats aquàtiques |
| **Balenes** | Infants amb gran domini de les habilitats aquàtiques |
| **Taurons** | Infants amb gran domini d'habilitats aquàtiques i nivell natatori alt |
| **Terapèutica** | Adults amb prescripcions mèdiques |
| **Gent Gran** | Adults a partir de 65 anys. |
| **Iniciació Adults** | Adults amb cap o molt poques habilitats aquàtiques. |
| **Aquafitness** | Activitats de tonificació, flexibilitat i resistència amb acompanyament musical |
| **Condicionament físic adults** | Activitats de tonificació i resistència combinades amb tècniques de natació |
| **Natació adults** | De 16 a 64 anys que no necessàriament dominen els estils però saben nedar |
| **Perfeccionament** | De 16 a 64 anys que dominen estils de natació |
| **Triatló** | Destinat a nedadors de triatló i travesses per una millora integral. |

En els mesos de juliol i agost no es faran grups de natació d'infants que no sapiguen nedar i que necessitin contacte directe amb el monitor degut a la COVID-19 per tal de mantenir distància de seguretat.

# HORARIS DE CURSETS - PISCINA PORT DE POLLENÇA

| | DILLUNS | | DIMARTS | | DIMECRES | | DIJOUS | | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8:35 a 9:25 | Aquaeròbic | 8:35 a 9:25 | Perfeccionament | 8:35 a 9:25 | Aquaeròbic | 8:35 a 9:25 | Perfeccionament | 8:35 a 9:25 | Aquaeròbic |
| 09:25 a 10:15 | Aquafitness | 09:25 a 10:15 | Condiciona-ment físic | 09:25 a 10:15 | Aquafitness | 09:25 a 10:15 | Condiciona-ment físic | 09:25 a 10:15 | Perfecciona-ment |
| 17:30 a 18:10 | Pops/Pingüins | 17:30 a 18:10 | Pops/Pingüins | 17:30 a 18:10 | Pops/Pingüins | 17:30 a 18:10 | Pops/Pingüins | 17:30 a 18:10 | Pingüins |
| 18:10 a 19:00 | Terapèutica | 18:10 a 19:00 | Iniciació adults | 18:10 a 19:00 | Terapèutica | 18:10 a 19:00 | Iniciació adults | 18:10 18:50 | Pops/Dofins |
| 19:10 a 20:00 | Natació Adults | 19:10 a 20:00 | Aquaeròbic | 19:10 a 20:00 | Natació Adults | 19:10 a 20:00 | Aquaeròbic | 19:10 a 19:50 | Terapèutica |
| | | | | | | | | 19:50 a 20:40 | Perfecciona-ment |
| 20:00 a 21:15 | Triatló | 20:00 a 21:15 | Perfeccionament | 20:00 a 21:15 | Triatló | 20:00 a 21:15 | Perfeccionament | | |

# HORARIS DE CURSETS - PISCINA DE POLLENÇA

| | DILLUNS | | DIMARTS | | DIMECRES | | DIJOUS | | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 17:40 a 18:20 | Pops | 17:40 a 18:200 | Pingüins | 17:40 a 18:20 | pops | 17:40 a 18:20 | Pingüins | 17:40 a 18:20 | Dofins/Pops |
| | Dofins | | Gent Gran | | dofins | | Gent Gran | | |
| 18:20 a 19:10 | Balenes | 18:10 a 19:00 | Pops | 18:20 a 19:10 | balenes | 18:10 a 19:00 | Pops | 18:20 a 19:10 | Terapèutica / Aquafitness |
| | Gent Gran | | Gent Gran | | Gent Gran | | Gent Gran | | |
| 19:10 a 20:00 | Taurons | 19:00 a 19:50 | Natació adults | 19:10 a 20:00 | Taurons | 19:00 a 19:50 | Natació adults | | |
| | Aquaeròbic | | Terapèutica | | Aquaeròbic | | Terapèutica | | |

Les inscripcions es faran una vegada s'hagi confirmat la plaça.

Totes les persones inscrites que no siguin abonats de l'Àrea d'Esports hauran de pagar la matrícula de 8€ empadronats i 12€ no empadronats, per poder realitzar les activitats.

Els cursets d'estiu s'han d'abonar en el moment que us confirmin la inscripció.

Cal estar al corrent de pagament amb l'Àrea d'Esports per poder-se inscriure a les diferents activitats esportives.