

# ACTIVITATS DEL CURS 2021-2022

CEM Sant Andreu - La Sagrera  
C/ Santa Coloma, núm 25  
Tel. 93 311 21 06  
[www.cnsantandreu.com](http://www.cnsantandreu.com)

## CURSETS DE NATACIÓ

Nadons  
Alevins  
Infantils  
Primària  
Gent Jove  
Adults/tes  
Gent Gran

## ACTIVITATS AQUÀTIQUES

Aquagym  
Aguasalut  
Aquarehabilitació  
Entrenaments personals



CLUB NATACIÓ  
SANT ANDREU

Ajuntament de  
Barcelona



## La inscripció del curssets requereix una matrícula de 18,65€

### Cursets Mensuals de Natació . Adults /tes

Horari	Dies	Nivell	Abonat/da	No abonat/da
09.15-10.00	DI-Dc-Dv	Inici-Domini-Manteniment	17,89€	42,10€
9.15-10.00	Dt-Dj	Inici-Domini-Manteniment	15,77€	40,81€
16.30-17.15	DI-Dc	Domini-Manteniment	15,77€	40,81€
20.00-20.45	DI-Dc	Domini-Manteniment	15,77€	40,81€

### Activitats Mensuals Aquagym . Adults/tes

Horari	Dies	Activitat	Abonat/da	No abonat/da
08.00 - 08.30	Dt - Dj	Aqua Express	10,53€	16,86€
09.15 - 10.00	Dt - Dj	Aqua Tono	15,77€	40,81€
09.15 - 10.00	Dc	Aqua Cardio	10,53€	16,86€
11.00 - 11.45	DI - Dc	Aqua Fitness	15,77€	40,81€
11.00 - 11.45	Dt - Dj	Aqua Fitness	15,77€	40,81€
12.00 - 12.45	DI - Dc	Aqua Mou-te	15,77€	40,81€
15.30 - 16.15	Dv	Aqua Cardio	10,53€	16,86€
19.15 - 20.00	DI - Dc	Aqua Fitness	15,77€	40,81€
19.15 - 20.00	Dt - Dj - Dv	Aqua Tono	17,89€	42,10€
19.15 - 20.00	Dv	Aqua Cardio	10,53€	16,86€
20.00 - 20.45	Dt - Dj	Aqua Cardio	15,77€	40,81€

### Activitats Mensuals Aquàtiques . Nadons\* i Alevins\*

Horari	Dies	Activitat	Preus
15.45 - 16.15	Dt	Nadons	36,85€
16.30 - 17.00	Dv	Nadons	36,85€
16.30 - 17.15	Dv	Alevins	36,85€
09.00 - 09.30	Ds	Nadons	36,85€
09.00 - 09.45	Ds	Alevins	36,85€
10.00 - 10.30	Ds	Nadons	36,85€
10.00 - 10.45	Ds	Alevins	36,85€

\* Cal la presència d'una persona adulta durant tot el cursset.

### Activitats Mensuals Aquàtiques . Gent Gran (+65 anys)

Horari	Dies	Activitat	Abonats/des
09.15 - 10.00	DI o Dv	Aqua Gent Gran	Gratuit (només per abonats/des)
10.10 - 10.55	Dt o Dj	Aquasalut	Gratuit (només per abonats/des)
10.10 - 10.55	Dt o Dj	Natació	Gratuit (només per abonats/des)
12.00 - 12.45	Dt o Dv	Aquasalut	Gratuit (només per abonats/des)

## La inscripció del curssets requereix una matrícula de 18,65€

### Cursets Mensuals de Rehabilitació i Entrenaments Personals

Horari	Dia	Abonat/da	No abonat/da
A convenir (30')	1 dia a la setmana	30,84€	51,32€

Per inscriure's caldrà determinar el dia i l'hora amb la coordinació de curssets. Un cop confirmat el dia i l'hora, si no s'assisteix al curset, no es podrà recuperar la classe.

### Cursets Anuals de Natació

Horari	Dia	*	Nivell	Abonat/da	No abonat/da
17.30-18.15	DI	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
17.30-18.15	DI	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
18.25-19.10	DI	P	Fins a cavallet blanc	115,56€	193,29€
18.25-19.10	DI	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
19.15-20.00	DI	Gj	A partir de cavallet verd	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dt	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dt	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
18.25-19.10	Dt	P	Fins a cavallet blanc	115,56€	193,29€
18.25-19.10	Dt	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
17.30-18.15	Dc	P	Tots els nivell	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dc	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
18.25-19.10	Dc	P	Fins a cavallet blanc	115,56€	193,29€
18.25-19.10	Dc	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
19.15-20.00	Dc	Gj	A partir de cavallet verd	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dj	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dj	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
18.25-19.10	Dj	P	Fins a cavallet blanc	115,56€	193,29€
18.25-19.10	Dj	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
16.30-17.15	Dv	Gj	A partir de cavallet verd	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dv	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
17.30-18.15	Dv	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
18.25-19.10	Dv	P	Fins a cavallet blanc	115,56€	193,29€
18.25-19.10	Dv	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
19.15-20.00	Dv	Gj	A partir de cavallet verd	115,56€	193,29€
08.00-08.45	Ds	A	Manteniment	115,56€	193,29€
09.00-09.45	Ds	Gj	Tots els nivells	115,56€	193,29€
09.00-09.45	Ds	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
10.00-10.45	Ds	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
10.00-10.45	Ds	I	A partir de cavallet blanc	137,72€	201,92€
11.00-11.45	Ds	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
11.00-11.45	Ds	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€
12.00-12.45	Ds	P	Tots els nivells	115,56€	193,29€
12.00-12.45	Ds	I	Tots els nivells	137,72€	201,92€

\* I (Infantil), P (Primària), Gj (Gent Jove), A (Adults/es)

## Edats

Nadons: de 6 a 24 mesos

Alevins: 2019

Infantil: 2018, 2017, 2016

Primària: 2015, 2014, 2013, 2012, 2011, 2010

Gent Jove: 2009, 2008, 2007, 2006, 2005, 2004

Adults/tes, Aques, Rehabilitacions i Entrenaments personals: a partir de 16 anys.

## Covid19: Normativa adaptada dels curssets de natació (pot canviar en funció de la pandèmia)

Seguint les directrius marcades per la Secretaria de l'Esport i de l'Activitat Física, aquesta temporada treballarem per grups de convivència. Aquests grups seran estables i estaran formats entre 8 i 12 participants (en funció de l'edat i del nivell) i un tècnic aquàtic.

El tutor/a legal haurà de signar una **Declaració responsable** assegurant que té coneixement del context de pandèmia actual i les circumstàncies que comporta, i que l'infant reuneix els requisits de salut indispensables per a poder participar en les activitats:

\* No presentar simptomatologia compatible amb la COVID-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció.

\* No haver tingut contacte amb convivents positius o simptomàtics els 14 dies anteriors.

En cas de detecció d'un infant amb simptomatologia compatible, s'allarà el grup, us avisarem i **us haureu de posar** en contacte amb les autoritats sanitàries de la zona.

Per a reincorporar-se de nou a l'activitat, els infants han d'estar asimptomàtics durant 48 hores en el cas de simptomatologia no COVID-19 i 14 dies quan es tracti de compatible (caldrà portar justificat mèdic).

## Entrada i sortida

Tots els infants accediran a la instal·lació **sense acompanyants** amb un carnet acreditatiu obligatori. Tindrà un cost de 3€ i s'haurà d'abonar a l'oficina abans de l'inici de l'activitat.

La puntualitat és essencial per a facilitar l'organització de l'activitat. Mireu l'hora d'entrada i sortida del curset.

Si s'arriba tard i la porta està tancada, per qüestions organitzatives us haureu d'esperar fora de la instal·lació fins que algun tècnic pugui anar-hi.

## Mesures de protecció

La distància de seguretat recomanada és de 2m que en cap cas esdevindrà un distanciament social i emocional.

\* Mascaretes: Els infants hauran d'accedir a la instal·lació amb la mascareta i en faran ús, sempre que no sigui possible mantenir la distància de seguretat: vestidor i accessos.

En les situacions que algun tècnic s'hagi d'apropar a l'infant per ajudar en l'aprenentatge o la situació pedagògica ho requereixi, es farà ús de mascareta o pantalla.

Les grades romandran tancades al públic general.

## Consells

Els vestidors estaran assignats per grup de convivència supervisats pel personal tècnic.

Per agilitzar i reduir el temps dels vestidors, intenteu seguir les següents recomanacions:

Aconsellem entrar a la instal·lació només amb la bossa de piscina.

És obligatori portar una bossa amb el nom i cognom per a guardar la mascareta.

Tota la roba, tant de vestir com de piscina, ha d'anar marcada amb el nom i cognom.

Cal portar roba còmoda i sabatilles tipo crocs (que no es cordin): eviteu peücs i banyadors i sabates que siguin difícils de posar i treure.

1 única tovallola tipus capa i una altra per als peus.

La dutxa es farà després del curset, individualment i sense sabó.

Si fa fred, es recomana portar una gorra de llana (no hi haurà assecadors).

## Cursets d'Adults/tes

Inici: persones que no tenen autonomia a l'aigua

Domini: persones que es desplacen sense material i que han de millorar la posició del cos i la respiració.

Manteniment: persones que naden amb coordinació i han de perfeccionar la tècnica d'estils.

## Requisits

Omplir fitxa d'inscripció i pagament amb targeta en el moment de fer la inscripció.

Matrícula inscripció de 18,65 €.

**Cursets anuals:** per cada mes posterior a setembre, es cobrarà proporcionalment.

**Cursets mensuals:** dades bancàries per domiciliar els rebuts. Les baixes s'hauran de notificar amb 10 dies d'antelació al venciment del mes i per escrit mitjançant formulari oficial del Club o per correu. Mentre no s'efectuï aquesta baixa, el Club Natació Sant Andreu entendrà que els serveis contractats o les activitats contractades són de plena satisfacció per part de l'usuari/ària.

Recàrrec per devolució de rebut: 6,64€