

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

2025-2026

ACTIVITATS MENSUALS

A PARTIR DE 18 ANYS: NATACIÓ - AQUAS - ENTRENAMENTS PERSONALS

Informació	Inici - Final	Cursetistes	Data renovació	Modalitat
Els dies de pont i lliure disposició escolar, sí que hi ha activitat.	15 setembre 2025 - Calendari escolar	Alumnes actuals. Tindrà preferència l'alumnat que continuï amb el mateix dia i hora.	11 juny	Inscripció online
Els dies d'anul·lació de l'activitat per esdeveniments esportius, no es recuperaran.		Alumnes actuals que vulguin fer un canvi de dia i hora	16 juny	
En els cursets mensuals , les baixes, s'han de notificar abans del dia 20 de cada mes mitjançant formulari del Club o per correu electrònic. Recàrrec per devolució de rebut: 7 €		Socis i sòcies	19 juny	
		Públic general	25 juny	Online i presencial

REQUISITS

Lliurar la fitxa d'inscripció amb les dades bancàries per domiciliar els rebuts.

CARNET

5€ obligatori per a persones no sòcies.

NATACIÓ

Horari	Dies	Preu soci/ sòcia	Preu no soci/ sòcia	Nivell
8.00-8.45	Variable de dilluns a divendres	39 €	54 €	I-M-E
9.10-9.55				
16.30-17.15	Variable de dilluns a dijous	37 €	53 €	E
19.45-20.30	Variable de dilluns a divendres	39 €	84 €	
9.00-9.55	Dissabte	187 € (anual)	311 € (anual)	M-E

Matrícula noves inscripcions
persones no sòcies: 35 €

L'objectiu principal és adquirir un bon domini de les habilitats de la natació i millorar el condicionament físic.

- **Inici:** adreçat a persones que no saben nedar.
- **Manteniment:** processos de propulsió, respiració i nado.
- **Entrenament:** treball aeròbic i anaeròbic.

AQUAS

Horari	Dies	Activitat	Preu soci/ sòcia		Preu no soci/ sòcia	
8.30-9.00	Dm - Dj - Dv	Express	38 €	40 €	56 €	60 €
9.15-10.00	De dll a dv	Fitness				
10.00-10.45	Dm i dj					
	Dll - Dc - Dv	Salut				
19.15-20.00	De dll a dv	Fitness	23 €		34 €	

- **Express i Fitness:** entrenament cardiovascular i de força. Treball de moderat a intens.
- **Salut:** orientat a gent gran. Treball suau de tots els grups musculars.

ENTRENAMENTS PERSONALS

Horari	Sessions	Persones	Preu soci/ sòcia	Preu no soci/ sòcia
A convenir	1	1	35 €	40 €
		2	30 € c/u	35 € c/u
	5	1	148 €	153 €
		2	143 € c/u	148 € c/u
	10	1	258 €	285 €
		2	253 € c/u	280 € c/u

- Per reservar dia i hora s'ha de contactar amb coordinació per correu electrònic.
- Entrenaments personalitzats a cada nivell.
- Proves específiques: triatló, ironman, oposicions.
- Sessions de 30 minuts.

ACTIVITAT ADAPTADA

Horari	Dies	Preu soci/ sòcia	Preu no soci/ sòcia
12.00-12.45	Dll i dc	59 €	85 €
9.10-9.55	Dt i dj		

Matrícula noves inscripcions
persones no sòcies: **45 €**

- Activitat aquàtica per a la salut funcional.
- Imprescindible portar informe mèdic.
- Orientat a persones amb patologies.

Normativa

- El fet de no assistir a la sessió, no comporta la recuperació de la classe ni de l'import d'aquesta.
- Per un bon funcionament de l'activitat, s'han de seguir les indicacions del personal del Club.
- En cas de persones amb discapacitat, podrà entrar un acompanyant.
- Per raons d'organització, el Club es reserva el dret de modificar el grup i/o l'ensenyant.
- La Direcció podrà suspendre el dret d'admissió en cas de no seguir les normes establertes.
- Per a qualsevol aclariment o consulta, us podeu adreçar a: aquatiquesfa@cnsantandreu.com

ABONAMENT PISCINA

ACTIVITAT SENSE MONITORATGE

Inici-Final	Horari	Dies	Temps	Preu mensual
D'octubre 2025 a maig de 2026	Matí 7.00-13.00	De dilluns a divendres	Estada màxima: 3 hores	46 €
	Migdia 13.00-16.00			34 €
	Tarda 16.00-22.00			57 €
	Complet 7.00-22.00			64 €