

## NADONS

- > Objectiu: Afavorir el procés de desenvolupament general mitjançant la pràctica d'una ampla gamma d'exercicis.
- > 2 nivells en funció de l'any de naixement.
- > Amb la participació d'un adult acompanyant a la sessió.

## PETITS

### Menuts

- > Objectiu: Donar continuïtat al treball realitzat anteriorment (asp. socials, cognitius, motors)
- Iniciar en els aspectes propis d'aquesta activitat (petits desplaçaments, habilitats...)
- > Amb la participació d'un adult acompanyant un nombre a determinar de sessions (a criteri del monitor i en funció del grup).

### Infantils

- > Objectiu: Progressar en el treball bàsic de domini del medi.
- Iniciar en l'execució correcta de diferents tècniques aquàtiques.
- > 3 nivells en funció del grau de familiarització i aprenentatge.

## INFANTILS/JUVENILS

- > Objectiu: Treballar i aconseguir una correcta execució dels diferents estils i altres habilitats.
- > 7 nivells en funció del grau d'aprenentatge i execució d'aquesta disciplina aquàtica.

## ADULTS

### Natació

- > Objectiu: Incidir i afavorir els aspectes socials aprofitant la pràctica Esportiva.
- Progressar en el coneixement i correcta execució dels diferents estils i habilitats.
- > 3 nivells en funció del grau d'adaptació i domini del medi.

### Aigua-gim

- > Objectiu: Incidir i afavorir els aspectes socials aprofitant la pràctica esportiva.
- Treball de tipus aeròbic realitzat a l'aigua mitjançant exercicis estructurats i seqüenciat amb intervenció de grans masses musculars.



# CURSOS D'ACTIVITATS AQUÀTIQUES 2023-2024

Del 2 d'octubre al 29 de juny



INFANTS



JOVES I ADULTS

c/Olympe de Gouges, S/N Recinte Mundet  
08035 -Barcelona | 934 28 27 50

[www.cemmundet.cat](http://www.cemmundet.cat)  
[@cem\\_mundet](https://www.instagram.com/cem_mundet)

|                                                        |               | ABONATS | NO ABONATS |
|--------------------------------------------------------|---------------|---------|------------|
| <b>NADONS Nivell 1</b> (nascuts al 2023/ + de 5 mesos) |               |         |            |
| Dilluns                                                | 16:35 a 17:25 |         | 23,82 €    |
| Dissabtes                                              | 10:05 a 10:55 |         | 23,82 €    |

#### **NADONS|Nivell 2** (nascuts al 2022)

|           |               |  |         |
|-----------|---------------|--|---------|
| Dimecres  | 16:35 a 17:25 |  | 23,82 € |
| Dijous    | 16:35 a 17:25 |  | 23,82 € |
| Dissabtes | 11:05 a 11:55 |  | 23,82 € |

#### **PETITS|Menuts** (nascuts al 2021)

|           |               |  |         |
|-----------|---------------|--|---------|
| Dilluns   | 16:35 a 17:25 |  | 23,82 € |
| Dimecres  | 16:35 a 17:25 |  | 23,82 € |
| Divendres | 16:35 a 17:25 |  | 23,82 € |
| Dissabtes | 10:05 a 10:55 |  | 23,82 € |
| Dissabtes | 12:05 a 12:55 |  | 23,82 € |

#### **PETITS|Infantils** (nascuts al 2018/2019/2020)

|                    |               |         |         |
|--------------------|---------------|---------|---------|
| Dilluns i Dimecres | 17:35 a 18:25 | 30,08 € | 44,91 € |
| Dilluns            | 17:35 a 18:25 | 16,15 € | 24,14 € |
| Dimecres           | 17:35 a 18:25 | 16,15 € | 24,14 € |
| Dijous             | 18:35 a 19:25 | 16,15 € | 24,14 € |
| Divendres          | 17:30 a 18:20 | 16,15 € | 24,14 € |
| Divendres          | 18:30 a 19:20 | 16,15 € | 24,14 € |
| Dissabtes          | 10:05 a 10:55 | 16,15 € | 24,14 € |
| Dissabtes          | 13:05 a 13:55 | 16,15 € | 24,14 € |

(\*) Els preus es poden veure incrementats al gener, per les regularitzacions de l'IPC

|                                                         |               | ABONATS | NO ABONATS |
|---------------------------------------------------------|---------------|---------|------------|
| <b>PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA</b> (nascuts del 2008 al 2017) |               |         |            |
| Dilluns i Dimecres                                      | 17:35 a 18:25 | 29,61 € | 44,69 €    |
| Dilluns                                                 | 17:35 a 18:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dimecres                                                | 17:35 a 18:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dilluns i Dimecres                                      | 18:35 a 19:25 | 29,61 € | 44,69 €    |
| Dilluns                                                 | 18:35 a 19:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dimecres                                                | 18:35 a 19:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dimarts                                                 | 19:35 a 20:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dijous                                                  | 19:35 a 20:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Divendres                                               | 17:35 a 18:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Divendres                                               | 18:35 a 19:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Divendres                                               | 19:35 a 20:25 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dissabtes                                               | 11:05 a 11:55 | 16,09 € | 24,14 €    |
| Dissabtes                                               | 13:05 a 13:55 | 16,09 € | 24,14 €    |

#### **ADULTS INICIACIÓ** (a partir dels 16 anys)

|           |               |         |         |
|-----------|---------------|---------|---------|
| Dissabtes | 09:05 a 09:55 | 15,86 € | 23,51 € |
|-----------|---------------|---------|---------|

#### **ADULTS PERFECCIONAMENT** (a partir dels 16 anys)

|                  |               |         |         |
|------------------|---------------|---------|---------|
| Dimarts i Dijous | 19:35 a 20:25 | 31,39 € | 41,25 € |
| Dissabtes        | 09:05 a 09:55 | 16,41 € | 23,51 € |

#### **ADULTS AIGUAGIM** (a partir dels 16 anys)

|                    |               |         |         |
|--------------------|---------------|---------|---------|
| Dilluns i Dimecres | 09:05 a 09:55 | 23,67 € | 28,62 € |
| Dimarts i Dijous   | 09:05 a 9:55  | 23,67 € | 28,62 € |
| Dimarts i Dijous   | 19:35 a 20:25 | 23,67 € | 28,62 € |
| Dimarts i Dijous   | 20:35 a 21:25 | 23,67 € | 28,62 € |