



NATACIÓ VESPERTINA 2022



**SPORTEX: EMPRESA DE SERVEIS ESPORTIUS PER ACONSEGUIR UN
DESENVOLUPAMENT ÍNTEGRE DE LA PERSONA MITJANÇANT L'EXERCICI FÍSIC**

ON? PISCINA ESCOLAR

QUAN? 12-30 DE SETEMBRE DE 2022, 15 SESSIONS DE
45' CADASCUNA. FREQÜÈNCIA DIÀRIA DE DILLUNS A
DIVENDRES. 2 TORNOS: A LES 15h I A LES 16h.

QUI? INFANTIL 5 ANYS I PRIMÀRIA.

NIVELLS: 2, NIVELL MITJÀ I AVANÇAT . 2 SUBGRUPS.

PROFESSORAT COMPETENT I TITULAT, AMB
DOTACIÓ DEL **MATERIAL** ADIENT PER LA
REALITZACIÓ DE LES DIVERSES ACTIVITATS (TAULES
DE SURO, XURROS...).



OBJECTIUS

NIVELL MITJÀ

- APRENENTATGE DELS ESTILS DE CROL I ESQUENA
 - INICIACIÓ A LA BRAÇA
 - SALTS I GIRS EN L'AIGUA
 - INICIACIÓ AL BUSSEIG

NIVELL AVANÇAT

- MILLORA DE LA BRAÇA
- APRENENTATGE O MILLORA DE L'ESTIL PAPALLONA
 - VIRATGES
 - BUSSEIG

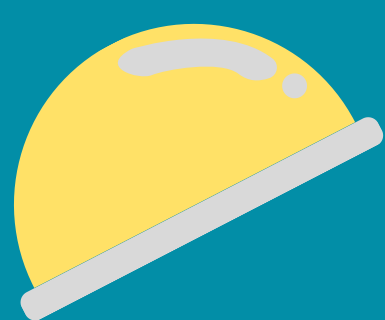
ALTRES

- EN FUNCIÓ DEL NIVELL DE L'ALUMNAT, ES MILLORARÀ LA FAMILIARITZACIÓ AMB EL MITJÀ AQUÀTIC.
- INICIACIÓ AL SALVAMENT AQUÀTIC
- JOCS I RECREACIÓ DINTRE DE L'AIGUA



INDUMENTÀRIA

HAN DE DUR, CADA DIA, UNA BOSSA D'ESPORT O MOTXILLA AMB TOT MARCAT AMB EL NOM.



- **BANYADOR** (SI ÉS BIKINI, NO CAL LA PART DE DALT).



- **BARRET DE GOMA** (AJUSTAT AL SEU CAP).

- **SABATES DE GOMA O XANQUES** (QUE PUGUEN POSAR-SE I LLEVAR-SE CÒMODAMENT).



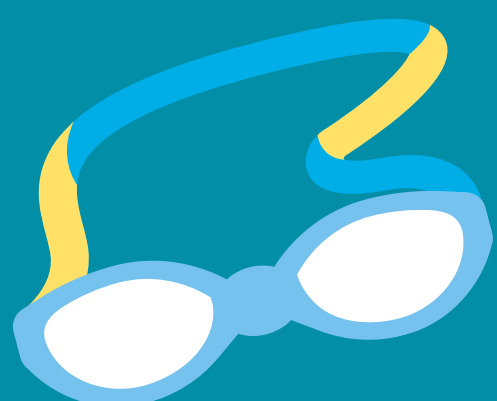
- **TOVALLOLA** O BARNÚS.



- **ULLERES** (SI NORMALMENT LES UTILITZEN).

- **CREMA PROTECTORA** MARCADA AMB EL SEU NOM

- **BOSSA** DE PLÀSTIC PER GUARDAR LA ROBA MULLADA.



BANY: ANIREM TOTS ELS DIES PREVISTS. SI PER MAL ORATGE DECIDIM NO ANAR, US INFORMAREM I ELS DOS MONITORS FARAN JOCS ESPORTIUS. SI ESTAN MALALTS, HEU D'INFORMAR I NO HAN DE PORTAR LA MOTXILLA EIXE DIA.



TORNS I BERENAR

TORN 1:

Recollida alumnat al punt de trobada: 14.45h

Canvi de l'alumnat de 14.50h a 15h

Curs de natació de 15 a 15.45h

Canvi de l'alumnat de 15.45h a 15.55h

Si es queda a la VESPERTINA de 16 a 17h: berenar a les 16h.

TORN 2:

VESPERTINA de 15 a 16h amb berenar a les 17h. Recollida alumnat al punt de trobada: 15.45h

Canvi de l'alumnat de 15.50h a 16h

Curs de natació de 16 a 16.45h

Canvi de l'alumnat de 16.45h a 16.55h

CAL UN MÍNIM DE 12 ALUMNES PER POSAR EN MARXA EL GRUP DE NATACIÓ. LES PLACES SÓN LIMITADES (ES RESERVARAN EN FUNCIO DE L'ORDRE D'ARRIBADA). EL CURS DE NATACIÓ ÉS COMPLET PER A TOT EL MES, NO ES POT DIVIDIR PER DIES.

NO DUBTEU EN POSAR-VOS EN CONTACTE AMB NOSALTRES PER COMENTAR QUALSEVOL ASPECTE DE LA VIVÈNCIA DEL CURS O RELACIONAT AMB L'ORGANITZACIÓ.

**UNA ABRAÇADA DE LA CAPORALIA D'INFANTIL, PRIMÀRIA I DE
JUAN, MONITOR DE NATACIÓ I RESPONSABLE D'SPORTEX**