

CENTRO DEPORTIVO ALCOSA

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

NATACIÓN PARA ADULTOS Y MAYORES DE 65 AÑOS

La natación para adultos busca la mejora de la condición física para la Salud a través de la natación. Y para satisfacer a nuestros usuarios/as adaptamos las actividades a las personas, atendiendo al criterio de individualización, pero beneficiándonos de las ventajas de trabajar en grupo.

De lunes a viernes:

9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 15:30, 16:30,
17:30, 18:30, 19:30, 20:30 y 21:30

NATACIÓN FUNCIONAL TERAPÉUTICA

Médicos especialistas: traumatólogos, reumatólogos y rehabilitadores, entre otros, son los que, con mayor asiduidad, remiten a pacientes a la piscina para la ejecución de programas de Natación Terapéutica, debido a los innumerables beneficios que el medio acuático procura al ser humano.

De lunes a viernes:

9:00, 10:00 y 19:30

NATACIÓN ESCOLAR

Etapa en la que empezamos a trabajar las habilidades propias de cada deporte. Es en el mundo de las actividades acuáticas cuando comenzamos a iniciar a nuestro alumnado en los estilos de natación. Finalidad mejorar el desarrollo integral del niño/a a través de la actividad física en el medio acuático. *(precios especiales, consultar en administración)*

La reserva de calles para natación escolar se gestiona tras la solicitud del centro educativo



CENTRO DEPORTIVO ALCOSA

NATACIÓN PARA PEQUES

Esta etapa abarca la edad de los 3 a los 4 años. Una edad en la que debemos favorecer el dominio de su cuerpo en el espacio y que mejor sitio. De la relación de su cuerpo con el espacio se asentarán las bases para aprendizajes posteriores (lectura, cálculo, escritura...). Finalidad el dominio del medio acuático.

De lunes a viernes:
15:30, 16:30, 17:30 y 18:30

NATACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA

Etapa en la que empezamos a trabajar las habilidades propias de cada deporte. Es en el mundo de las actividades acuáticas cuando comenzamos a iniciar a nuestro alumnado en los estilos de natación. Finalidad mejorar el desarrollo integral del niño/a a través de la actividad física en el medio acuático.

De lunes a viernes:
15:30, 16:30, 17:30 y 18:30

NATACIÓN LIBRE

Esta actividad va destinada para aquellas personas que quieren nadar, pero no desean ir a una actividad guiada. Para ellos/as DOC 2001 establecerá algunas calles en la piscina, así como un personal cualificado que puede informar y asesorar a la persona que lo desee.

De lunes a viernes:
De 9:00 22:30 horas
Sábado:
De 9:00 a 14:00

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Para mujeres embarazadas, durante el periodo de gestación.

Martes y jueves:
De 12:00 13:00 horas