

PISCINA MUNICIPAL DE RIU CLAR

NATACIÓ

PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h dissabtes de 9.45 a 10.35 h o de 10.45 a 11.35 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h dissabtes de 9.45 a 10.35 h o de 10.45 a 11.35 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	divendres de 17.30 a 18.20 h dissabtes de 9.45 a 10.35 h o de 10.45 a 11.35 h

» **AQUAGIM** a partir de 13 anys dilluns i dimecres de 9.45 a 10.35 h

» **AQUAZUMBA** a partir de 13 anys dimarts i dijous de 15.30 a 16.20 h

» **AQUAFITNESS** a partir de 13 anys dimarts i dijous de 18.30 a 19.20 h

PISCINA MUNICIPAL DE SANT SALVADOR

NATACIÓ

PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	divendres de 17.30 a 18.20 h

» **AQUAGIM** a partir de 13 anys dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h
dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h o de 18.30 a 19.20 h

» **AQUAFITNESS** a partir de 13 anys dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h

PREUS DELS CURSOS

PRENADONS I NADONS (1 dia)	68,10 € / no abonats
PREINFANTILS I INFANTILS (1 dia)	44,10 € / no abonats
JUVENILS (1 dia)	50,10 € / no abonats
JUVENILS (2 dies)	90,60 € / no abonats
ADULTS (2 dies)	90,60 € / no abonats
TECNIFICACIÓ (2 dies)	90,60 € / no abonats
ACTIVITAT DIRIGIDA (1 dia)	35,40 € / no abonats
ACTIVITAT DIRIGIDA (2 dies)	64,80 € / no abonats
NATACIÓ CORRECTIVA "FIBROMIALGIA"	29,10 € / no abonats
AQUASALUT	Gratuïta per a tots els abonats

Descomptes abonats Piscina -25%, Abonats PMET i Fitness -50%, excepte a la natació correctiva "fibromialgia" que no se li aplica cap descompte.

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

A les piscines municipals

OCTUBRE-DESEMBRE 2019



PMET Patronat Municipal d'Esports de Tarragona

"LA XARXA ESPORTIVA DE LA CIUTAT"

NADAR ÉSVIDA

Programa de certificació per garantir la qualitat en l'ensenyament de la natació

DURADA

De l'1 d'octubre al 21 de desembre

NOVETAT INSCRIPCIONS

Presencialment o online

INSCRIPCIONS ABONATS

De l'1 al 7 d'agost

Publicació sorteig el 9 d'agost

Pagament del 10 al 14 d'agost

EMPADRONATS A TARRAGONA

Inscripcions del 15 al 21 d'agost

Publicació sorteig el 23 d'agost

Pagament del 24 al 30 d'agost

PLACES VACANTS

A partir del 4 de setembre

*per ordre rigorós d'arribada, fins a exhaurir les places vacants presencialment o online.

INFORMACIÓ

esports.tarragona.cat

@patronatesportstgn

Tel. 977 550 299



PISCINA MUNICIPAL DEL SERRALLO

» NATACIÓ

PRENADONS	Nadons i papis	de 12 a 24 mesos	dijous de 16.45 a 17.30 h dissabtes de 10.30 a 11.15 h
NADONS	Nadons i papis	de 24 a 36 mesos	dilluns de 17.45 a 18.30 h dissabtes de 10.30 a 11.15 h
PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 18 a 18.50 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 18 a 18.50 h o de 19 a 19.50 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 19 a 19.50 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h
JUVENILS	Pre-Competició	de 12 a 17 anys	dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h
ADULTS		a partir de 18 anys	dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h o de 19.30 a 20.20 h

» NATACIÓ ADAPTADA

a partir de 12 mesos dissabtes d'11.30 a 14.45 h

» AQUAGIM

a partir de 13 anys
dimarts i dijous de 8.30 a 9.20 h, de 9.30 a 10.20 h, de 15.30 a 16.20 h o de 20.30 a 21.20 h
dilluns i dimecres de 10.30 a 11.20 h
divendres de 9.30 a 10.20 h

» AQUAZUMBA

a partir de 13 anys dilluns i dimecres de 15.30 a 16.20 h

» AQUAFITNESS

a partir de 13 anys dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h

» AQUACROSS

a partir de 13 anys dilluns i dimecres de 20.30 a 21.20 h

» AQUAGAC

a partir de 13 anys divendres 15.30 a 16.20 h

» AQUASALUT

a partir de 13 anys divendres de 8.30 a 9.20 h

» NATACIÓ CORRECTIVA "FIBROMIALGIA"

a partir de 13 anys
dimarts d'11.30 a 12.20 h
divendres de 12.30 a 13.20 h



PISCINA MUNICIPAL DE BONAVISTA

» NATACIÓ

PRENADONS	Nadons i papis	de 12 a 24 mesos	dimecres de 17.15 a 18 h
NADONS	Nadons i papis	de 24 a 36 mesos	dimecres de 17.15 a 18 h
PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 17.30 a 18.20 h o de 18.30 a 19.20 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 17.30 a 18.20 h o de 18.30 a 19.20 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	dimarts o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 18.30 a 19.20 h

» NATACIÓ ADAPTADA

a partir de 12 mesos dissabtes de 10 a 13 h

» AQUAGIM

a partir de 13 anys
dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h
dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h

» AQUATONO

a partir de 13 anys dimarts i dijous de 15.30 a 16.20 h

» AQUASALUT

a partir de 13 anys divendres de 9.30 a 10.20 h



PISCINA MUNICIPAL DE SANT PERE I SANT PAU

» NATACIÓ

PRENADONS	Nadons i papis	de 12 a 24 mesos	dissabtes de 9.30 a 10.15 h o de 11.15 a 12 h
NADONS	Nadons i papis	de 24 a 36 mesos	dissabtes de 9.30 a 10.15 h o de 11.15 a 12 h
PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 17.30 a 18.20 h dissabtes de 10.20 a 11.10 h o de 12.10 a 13 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 17.30 a 18.20 h o de 18.30 a 19.20 h dissabtes de 10.20 a 11.10 h o de 12.10 a 13 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 18.30 a 19.20 h dissabtes de 10.20 a 11.10 h o de 12.10 a 13 h
JUVENILS	Pre-Competició	de 12 a 17 anys	divendres de 19.30 a 20.20 h
ADULTS (aprenentatge i tecnificació)		a partir de 18 anys	dilluns i dimecres de 8.30 a 9.20 h

» AQUAGIM

a partir de 13 anys
dilluns i dimecres 9.30 a 10.20 h
dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h i de 19 a 19.50 h

» AQUATERÀPIA

a partir de 13 anys dimarts i dijous de 8.30 a 9.20 h

» AQUASPINNING

a partir de 13 anys
dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h
dimarts de 8.30 a 9.20 h
divendres de 9.30 a 10.20 h

» AQUAGAC

a partir de 13 anys dimarts i dijous de 10.30 a 11.20 h



PISCINA MUNICIPAL DE CAMPCLAR

» NATACIÓ

PRENADONS	Nadons i papis	de 12 a 24 mesos	dissabtes de 11.30 a 12.15 h
NADONS	Nadons i papis	de 24 a 36 mesos	dissabtes de 11.30 a 12.15 h
PREINFANTILS A	A l'aigua	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 18.30 a 19.20 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h
PREINFANTILS B	Primeres braçades	de 6 a 8 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 18.30 a 19.20 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h
INFANTILS	Domini de l'estil	de 9 a 11 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h divendres de 18.30 a 19.20 h dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h
JUVENILS	Pre-Competició	de 12 a 17 anys	dilluns i dimecres de 19.30 a 20.20 h
TECNIFICACIÓ		a partir de 18 anys	dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h

» AQUAGIM

a partir de 13 anys
dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h o de 15.30 a 16.20 h
dilluns i dimecres de 19.30 a 20.20 h
divendres de 19.30 a 20.20 h

» AQUAGAC

a partir de 13 anys dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h

» AQUASALUT

a partir de 13 anys dilluns de 9.30 a 10.20 h

Adaptació categories programa Nadar es vida:

Nadons i papis: Prenadons i Nadons; A l'aigua: Preinfantil A;

Primeres braçades: Preinfantils B; Domini de l'estil: Infantil; Pre-Competició: Juvenils.