



AJUNTAMENT  
DE XIRIVELLA  
Regidoria d'Esports



# PISCINA MUNICIPAL COBERTA

## Activitats Aquàtiques Dirigides

Duració de la temporada

**Del 12 de setembre del 2011 fins al 30 de juny del 2012.**

**Cursos Trimestrals:** dos dies per setmana, dilluns i dimecres o dimarts i dijous, s'hi asseguren entre 20-22 sessions per trimestre.

Es distribuirà en 3 trimestres:

**1r. Del 12 de setembre al 30 de novembre de 2011**

**2n. De l'1 de desembre de 2011 al 29 de febrer de 2012**

**3r. Del 1 de març al 31 de maig de 2012**

**Mensual:** "Matronatació". S'hi realitzen 2 sessions setmanals i se'n fan 8 sessions per mes.

---

### Duració de les sessions

Tots els cursos tindran una duració de 45 minuts per sessió. (Excepte bebés i discapacitats, que tindran una duració de 30 minuts).

---

### Inscripcions:

Es permetrà un màxim de cinc inscripcions per persona.

Els veïns de Xirivella hauran d'aportar el DNI o certificat d'empadronament

---

### Lloc:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):

De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 hores.

Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 hores.

---

### Dates:

**Dates inscripcions Programes Esportius Municipals per 3r Trimestre**  
**Usuaris del trimestre anterior:** Podrán fer la **renovació** fins al **17 de febrer**.

**Noves inscripcions per a veïns de Xirivella:** a partir del **21 de febrer**.

**Noves inscripcions per a residents a altres poblacions:** a partir del **28 de febrer** fins a completar el nombre de places

Les inscripcions mínimes per a poder realitzar un curs seran del 60% del nombre de places d'aquest, en cas de no complir el nombre de places previstes, l'organització podrà agrupar els alumnes en un altre curs i horari que estiga obert.

L'edat d'inscripció serà la major que l'alumne tinga dins del període en el qual s'inscriu (durant la mitat o més d'aquest període).

En la inscripció del segon membre i successius d'una família hi haurà una bonificació del 10 per 100.

En la 2a incripció d'un mateix usuari en qualsevol activitat organitzada pel Servei Municipal d'Esports hi haura una bonificació del 10%.

**Per a més informació:**

Servei Municipal d'Esports 96 370 99 63 / esports@xirivella.es

Ajuntament de Xirivella 96 313 50 50

Edifici Polivalent Barri la Llum 96 383 06 57

Piscina Municipal Coberta 96 370 99 63

**Preus**

<b>Cursos</b>	<b>Trimestral</b>
<b>Bebés</b> Classes de 30 minuts, dirigides a xiquets i xiquetes de 9 mesos a 3 anys. Sempre acompanyats dins de la piscina per un adult major d'edat, preferiblement algun dels seus pares (que col·laboren en el desenvolupament de la classe). Got xicotet.	<b>96'00 €</b>
<b>Benjamins</b> Dirigit a xiquets i xiquetes de 3 a 5 anys. Got xicotet.	<b>80'00 €</b>
<b>Xiquets</b> Dirigit a xiquets i xiquetes d'edats entre els 6 i 14 anys. Got gran.	<b>80'00 €</b>
<b>Jóvens i Adults</b> Dirigit a jóvens i adults entre els 15 i els 64 anys. Got gran.	<b>80'00 €</b>
<b>3a Edat (psicomotricitat)</b> Exercicis suaus, fets en grup, per a retardar l'envelliment ossi i muscular i afavorir-ne la socialització, dirigits a persones majors de 65 anys. Got xicotet.	<b>46'50 €</b>

---

**3a edat (nadadors)** **46'50 €**

Activitat de natació, dirigida a persones majors de 65 anys, tenint en compte les limitacions de l'edat. Got gran.

---

**N. Terapèutica** **80'00 €**

Dirigit a persones amb patologies lleugeres a nivell muscular i ossi. Got xicotet.

---

**N. Terapèutica (esquena)** **80'00 €**

Dirigit a persones amb patologies lleugeres d'esquena. Cal saber nadar mínimament. Got Gran.

---

**Natació discapacitats** **80'00 €**

Dirigit a persones amb patologies greus a nivell muscular, ossi i psicològic. Haurà un alumne per monitor durant 30'. Got xicotet.

---

**Aeròbic Aquàtic** **80'00 €**

Coreografies i altres exercicis dins de l'aigua, al ritme de la música, dirigits a persones a partir de 16 anys. Got xicotet.

---

**Matronatació** **27'50 €**

**Mensual**

Activitat mensual dirigida a dones embarassades que vulguen realitzar exercici físic per facilitar l'adequació de l'organisme al nou estat i afavorir les condicions d'aquest en el moment del part. S'hi faran 8 sessions mensuals. Got xicotet.

---

## Horaris

### Activitats Trimestrals

---

Activitat	Dies	Hora
<b>Natació Bebés</b>	dilluns i dimecres	11:00 / 11:30
	dimarts i dijous	16:45 / 17:15
<b>Natació Benjamins</b>	dilluns i dimecres	17:30 / 18:15
	dilluns i dimecres	18:15 / 19:00
	dimarts i dijous	17:30 / 18:15
	dimarts i dijous	18:15 / 19:00

---

### Natació Xiquets

dilluns i dimecres	17:30 / 18:15
dilluns i dimecres	18:15 / 19:00
dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
dimarts i dijous	17:30 / 18:15
dimarts i dijous	18:15 / 19:00
dimarts i dijous	19:00 / 19:45

---

### **Natació Jovens i Adults**

dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
dilluns i dimecres	19:45 / 20:30
dilluns i dimecres	20:30 / 21:15
dimarts i dijous	07:15 / 08:00
dimarts i dijous	08:15 / 09:00
dimarts i dijous	09:30 / 10:15
dimarts i dijous	15:30 / 16:15
dimarts i dijous	19:00 / 19:45
dimarts i dijous	20:30 / 21:15
dimarts i dijous	21:15 / 22:00

---



---

### **3a Edat (Nadadors)**

dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
--------------------	---------------

---

### **Natació 3a Edat Psicomotricitat**

dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
--------------------	---------------

---

### **Aeròbic Aquàtic**

dilluns i dimecres	09:30 / 10:15
dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
dilluns i dimecres	20:30 / 21:15
dimarts i dijous	09:30 / 10:15
dimarts i dijous	19:00 / 19:45
dimarts i dijous	20:30 / 21:15

---

### **Terapèutica Esquena**

dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
dimarts i dijous	19:00 / 19:45
dimarts i dijous	20:30 / 21:15

---

### **Terapèutica**

dilluns i dimecres	19:45 / 20:30
dimarts i dijous	11:00 / 11:45
dimarts i dijous	11:45 / 12:30
dimarts i dijous	19:45 / 20:30

---

## **Activitats Mensuals**

### **Matronatació**

dilluns i dimecres	11:00 / 11.45
--------------------	---------------