

GUÍA DE LAS ACTIVIDADES SEGÚN LA EDAD

Actividad acuática para bebés

Programa trimestral «prorrogable» para bebés desde los 12 meses hasta los 40 meses.

Actividad acuática para infantil y niños

Programa trimestral «prorrogable» dirigido a: INFANTIL: incluye a los de 3, 4, 5 y 6 años. NIÑOS: desde los 6 hasta los 16 años.

Actividad acuática para adultos

Actividad trimestral «prorrogable» para adultos de 16 a 65 años.

Actividad acuática para mayores

Programa trimestral «prorrogable» que se ofrece a partir de los 60 años.

Programa de natación de mantenimiento para adultos

Programa para abonados (de Octubre a Junio) que se ofrece a Adultos a partir de 16 años que persigan mejorar la condición física.

Programa de natación de mantenimiento para mayores

Programa para abonados (de Octubre a Junio) que se ofrece a Mayores, desde 60 años, que persigan mejorar su condición física.

Actividad acuática para embarazadas

Programa mensual «prorrogable» que se ofrece a mujeres en esta situación, de Octubre a Junio.

PISCINAS MUNICIPALES CUBIERTAS

Piscina Huerta del Rey

C/ Joaquín Velasco Martín, n.º 9. Tel. 983 426305

Piscina Ribera de Castilla

C/ Cardenal Torquemada, n.º 53. Tel. 983 310307

Piscina Canterac

Avda. Juan Carlos I, n.º 16. Tel. 983 477904

Piscina La Victoria

C/ Fuente El Sol, n.º 62. Tel. 983 344019

Piscina Benito Sanz de la Rica

Paseo de Zorrilla (esquina c/ Daniel del Olmo). Tel. 983 273782

Piscina Parquesol

C/ Padre Llanos, n.º 1. Tel. 983 352611

Piscina Henar Alonso Pimentel

Plaza Biólogo José A. Valverde, n.º 3. Tel. 983 212612

www.fmdva.org acuaticasfmd@ava.es

INFORMACIÓN GENERAL INSCRIPCIONES

La inscripción para los cursos Quincenales del mes de Julio, Agosto y Septiembre comienza a partir del día 1 de JUNIO. Se podrá formalizar la inscripción mediante uno de estos dos procedimientos: **PRESENCIAL Y TELEMÁTICO**

LA INSCRIPCIÓN PRESENCIAL

Se inicia a partir del día 1 de Junio en el horario de taquilla de cada una de las piscinas climatizadas con independencia de dónde se imparte el curso.

Requisitos:

- Complimentar y firmar el boletín de inscripción que incluye señalar el C.I.P de identificación personal de la Tarjeta sanitaria o el n.º de la tarjeta sanitaria (mutualidades o compañías privadas).
- Entregar una fotografía en color, actual de tamaño carné*.
- Presentar el DNI del niño/a o bien el libro de familia*.
- Abonar el precio del curso en metálico o mediante tarjeta de crédito.

* Exento de entrega si participó en algún curso recientemente.

IMPORTANTE. Sólo se admite una inscripción presencial por persona, salvo miembros de la misma unidad familiar.

LA INSCRIPCIÓN TELEMÁTICA

Se inicia a partir del día 1 de Junio desde las 8:30 h.

Trámites:

- Boletín de inscripción cumplimentado que incluye señalar el C.I.P de identificación personal de la Tarjeta sanitaria o el n.º de la tarjeta sanitaria (mutualidades o compañías privadas).
- Pago del curso mediante tarjeta de crédito.
- Deberá presentar el DNI para comprobar los datos*.
- Posteriormente tiene que entregar en cualquier taquilla de piscina: Boletín de inscripción impreso firmado. El justificante del pago del curso. Una fotografía en color, actual de tamaño carné* (salvo que la haya escaneado y subido a la aplicación).

* Exento de entrega si participó en algún curso recientemente.

DEVOLUCIONES

Si se solicita con más de 10 días naturales corresponde el 100%; con antelación de más de 2 días y menos de 10 días, el 70%; y con menos de 2 días antes del comienzo de la actividad no corresponde devolución alguna.

EL CARNÉ INDIVIDUAL

Se recogerá en la taquilla de la piscina donde se impartirá el curso antes de su inicio.

- En todo caso se precisan desde la fecha de alta en el curso para la retirada del carné en taquilla tres días mínimo.
- La pérdida del mismo supondrá el abono de 3€, requisito para sustituirlo por uno nuevo o duplicado.

Cualquier carné de Cursos de natación es válido como soporte si se activa con el curso en el que esté inscrito y siempre que se ejecuten los pagos en los periodos señalados. Por favor guarde su carné de cursos anteriores; puede ser útil en cursos venideros. El carné permite acceder a los vestuarios con 15 min. de antelación a la hora del inicio del curso y podrá salir hasta 30 min. después de la finalización.

La presentación de datos fraudulentos podrá suponer la anulación de la inscripción.

Precios por quincena

- Infantil Iniciación y Avanzado 43,00 €
- Niños Aprendizaje 1.º, Aprendizaje 2.º y Perfeccionamiento Estilos 30,80€

Descuentos

- Bonificación del 10 % si se acredita la condición de abonado de piscina (antigüedad de 1 año mínimo).
- Las bonificaciones no son acumulables.

Información a los padres

Respecto al acceso a vestuarios únicamente los menores de 7 años pueden ir acompañados del padre o la madre.

El último día de cada quincena se accede a Gradas para observar la progresión de los niños (excepto en la piscina de H. A. Pimentel); se recomienda comprobar fechas de inicio y finalización de cada quincena.

Nota respecto a la ocupación mínima

La FMD se reserva la posibilidad de ANULAR algún curso/s si no se cubre un mínimo de las plazas ofertadas; se le facilitaría el cambio a otro grupo según las opciones.

El seguro por accidente de la póliza de FMD tiene las siguientes limitaciones de cobertura:

El seguro por accidente de la póliza de FMD tiene las siguientes limitaciones de cobertura:

Garantía Límite suma asegurada:

- Fallecimiento por accidente 3.000 €
- Invalidez parcial, según baremo 6.000 €
- Asistencia Sanitaria 6.000 €

NOTA. Cualquier coste por encima de la suma asegurada correrá a cargo del propio asegurado. La cobertura del seguro será de un año improrrogable desde que se produce el accidente.



FMD

actividades ACUÁTICAS VERANO 2019

actividad QUNCENAL

INFANTIL DE 3, 4, 5 Y 6 AÑOS NIÑOS/AS DE 6 A 16 AÑOS

Quincenas de julio, agosto y septiembre
CURSOS DE NATACIÓN QUNCENALES



DESCRIPCIÓN DE LAS MODALIDADES DE APRENDIZAJE

Breve resumen de las modalidades

INFANTIL INICIACIÓN (DE 3, 4 Y 5 AÑOS)

Se persigue la familiarización con el agua, iniciándole en las habilidades acuáticas básicas por medio de una metodología basada en el juego y buscando el descubrimiento del medio acuático desde la necesidad de movimiento del niño/a en un ambiente seguro procurando una buena adaptación al agua, logrando los primeros desplazamientos con o sin ayuda de material auxiliar de flotación.

INFANTIL AVANZADO (DE 5 Y 6 AÑOS)

Actividad dirigida a niños de 5 y 6 años que han superado el primer nivel previo de iniciación impartido en piscina pequeña. El nivel «avanzado» se imparte en vaso profundo y persigue mejorar su motricidad en general insistiendo en el aprendizaje de las habilidades acuáticas básicas (flotación, respiración y desplazamientos) siempre mediatizado por el juego como método o elemento que persigue potenciar la necesidad de movimiento y de este modo su competencia y autonomía.

APRENDIZAJE PRIMER NIVEL DE NIÑOS (DE 6 Y 16 AÑOS)

La finalidad es iniciar a los niños mayores de 6 años en el aprendizaje de las habilidades básicas acuáticas como son la flotación, la respiración y la propulsión en los dos estilos básicos (crol y espalda), logrando una buena adaptación al medio acuático. Igualmente se pretende dar salida a la necesidad de movimiento del niño/a con ejercicios planteados a través del

juego persiguiendo que finalmente el niño/a logre una autonomía mínima en el agua.

APRENDIZAJE SEGUNDO NIVEL DE NIÑOS (DE 6 Y 16 AÑOS)

El objetivo es mejorar y dominar la coordinación de los dos estilos básicos (crol y espalda) exigiéndole al niño/a más atención y demanda a nivel de coordinación para lograr desplazamientos más eficaces en piscina profunda. También se ejercitan otras habilidades como los giros, deslizamientos, saltos, zambullidas y lanzamientos con balones, etc. El nivel de exigencia es mayor respetando la capacidad del niño/a.

PERFECCIONAMIENTO DE ESTILOS EN PISCINA PROFUNDA (DE 8 A 16 AÑOS)

Imprescindible dominar los dos estilos básicos - superar la distancia de 50 m. a dos estilos. El objetivo es mejorar la resistencia y condición física. Mediante estrategias basadas en el juego se busca el gesto técnico más elaborado, analítico siendo la exigencia mayor. Perfeccionar la técnica de estilos (los 4 estilos) así como la práctica de otras habilidades acuáticas específicas y también de tipo recreativo (gymkana o circuito, relevos, aguagim, miniwaterpolo, etc.).

www.fmdva.org

acuaticasfmd@ava.es

JULIO

1ª quincena: del día 1 al 15 de julio / 2ª quincena de julio: del 16 al 31

Piscinas	Huerta del Rey	La Victoria	Benito Sanz	Parquesol	H.A. Pimentel	Modalidad
Horarios	1ª y 2ª quincena	1ª y 2ª quincena	1ª y 2ª quincena	1ª y 2ª quincena	1ª y 2ª quincena	
09:45 – 10:30	16	16	16	16	16	Aprendizaje Segundo Nivel Niños
10:30 – 11:15	12	12	12	12	12	Aprendizaje Primer Nivel Niños
11:30 – 12:15	8	8	8	8	8	Infantil Iniciación 4 y 5 años
12:15 – 13:00	8	8	8	8	8	Avanzado
13:00 – 13:45	8	8	8	8	8	Infantil Iniciación 3 y 4 años

AGOSTO

1ª quincena: del día 1 al 14 de agosto / 2ª quincena: del 16 al 30 de agosto

Piscinas	Huerta del Rey	Parquesol	H.A. Pimentel	Modalidad
Horarios	1ª y 2ª quincena	1ª quincena	1ª quincena	
09:00 – 09:45		16		Perfeccionamiento Estilos
09:45 – 10:30	16	16	16	Aprendizaje Segundo Nivel Niños
10:30 – 11:15	12	12	12	Aprendizaje Primer Nivel Niños
11:30 – 12:15	8	8	8	Infantil Iniciación 4 y 5 años
12:15 – 13:00	8	8	8	Avanzado
13:00 – 13:45	8	8	8	Infantil Iniciación 3 y 4 años

SEPTIEMBRE

2ª quincena: del 16 al 30 de septiembre

Piscinas	Huerta del Rey	Ribera de Castilla	La Victoria	Benito Sanz	Parquesol	H.A. Pimentel	Modalidad
Horarios	2ª quincena	2ª quincena	2ª quincena	2ª quincena	2ª quincena	2ª quincena	
16:30 – 17:15	16	16	16	16	16	16	Infantil Iniciación 4 y 5 años
17:15 – 18:00	12	12	12	12	12	12	Avanzado
18:15 – 19:00	8	8	8	8	8	8	Infantil Iniciación 3 y 4 años
19:00 – 19:45	8	8	8	8	8	8	Aprendizaje Segundo Nivel Niños
19:45 – 20:30	8	8	8	8	8	8	Aprendizaje Primer Nivel Niños

