

Informació general

DATES D'INSCRIPCIÓ: A partir del dilluns 29/06/20

Les inscripcions són directes fins a cobrir les places disponibles per cada grup.

Els cursos tenen una durada des del 1 al 31 de juliol de 2020.

El pagament es farà mitjançant rebut que heu d'anar a pagar als bancs autoritzats. Aquest rebut l'heu de presentar a les oficines de la instal·lació un cop formalitzat el pagament.

Per donar-vos de **baixa** ho heu de fer **abans de l'inici**.

Totes les persones inscrites als cursos hauran de complir les normes d'ús de la instal·lació de no ser així, podran ser sancionats.

Els horaris i grups poden ser modificats per necessitats del servei.

La documentació necessària per tal de fer la inscripció:

- Original del DNI de l'infant o llibre de família.
- Original del DNI del pare, mare o tutor .
- Cartolina de nivell de natació (només cursos de natació)
- Certificat ICAR (només discapacitats)

DESCOMPTES

- **10% Abonats:** Els usuaris que tinguin un abonament anual i els fills que hi estiguin inclosos podran gaudir del descompte.
- **30% discapacitat:** Les persones amb discapacitat reconeguda igual o superior al 33% ICASS.
- **TARIFACIÓ SOCIAL:** Aquest descompte **NO S'INCLOU EN AQUESTS CURSOS**, només en els cursos trimestrals i abonaments anuals.

HORARIS D'OFICINA

De dilluns a divendres de 8.30-13.30h i
De dilluns a dijous de de 17.00-19.00h

HORARI D'OFICINA (JULIOL)

De dilluns a divendres de 8.30-13.30h



CURSETS D'ESTIU
JULIOL 2020



93 691 77 04/ 05



Camèlies s/n
08290 Cerdanyola del Valles



canxarau@cerdanyola.cat
www.cerdanyola.cat/esports
app cerdanyola- Can Xarau



93 691 77 04/ 05



Camèlies s/n
08290 Cerdanyola del Valles



canxarau@cerdanyola.cat
www.cerdanyola.cat/esports
app cerdanyola- Can Xarau

NADONS (nascuts del 2018-19)

Curs de natació per a nadons en edats compreses entre els 6 i 24 mesos. L'objectiu principal és la familiarització del nen amb el medi aquàtic, on els pares tenen un paper molt important, ja que participen de l'activitat activament. La duració de la sessió és de 45 minuts aproximadament.

DIMARTS de 18:05 a 18:55h

Tarifa: 44,84€

DIJOUS de 18:05 a 18:55h

Tarifa: 44,84€

(No empadronats 46,84€)

PETITS de 2 i 3 anys (nascuts del 2016-17)

Curs de natació per a petits de 2 anys, nascuts al 2017 i petits de 3 anys, nascuts al 2016. L'objectiu principal és la familiarització del nen amb el medi aquàtic i el treball del desenvolupament socio-motriu del nen. La duració de la sessió és de 45 minuts aproximadament.

(Petits 2 i 3 anys)

Dimarts i dijous de 17:05 a 17:55h

(No empadronats 32,84€)

Tarifa: 30,84€

INICIACIÓ/ INICIACIÓ AVANÇAT (2015 i anteriors)

Curs de natació per a infants a partir dels 4 anys, on l'objectiu principal és que el nen assoleixi una autonomia en el medi aquàtic, es a dir, que es pugui desplaçar sense fer ús del material auxiliar. La duració de la sessió és de 50 minuts.

(Iniciació)

De dill- dc-dv

de 17:05 a 17:55h

(Iniciació Avançat) De dill-dc-dv

de 18:05 a 18:55h

(No empadronats 41,60€)

Tarifa: 39,60€

NIVELL 1, NIVELL 2 I NIVELL 3

Curs de natació per a infants que ja han assolit el nivell bàsic i volen aprendre i perfeccionar els diferents estils de natació. La duració de la sessió és de 50 minuts.

(Nivell 1/2/3)

De dt-dj

de 18:05 a 18:55h

(No empadronats 28,40€)

Tarifa: 26,40€

CURSO NATACIÓ ADULTS I AQUAFITNESS

Cursos per adults que volen iniciar-se en la natació o perfeccionar estils.
Cursos de gimnàstica a l'aigua amb suport musical

(Aquafitness)

Dilluns i dimecres de 10:05 a 10:55h

Dilluns i dimecres de 19:05 a 19:55h

Aquafitness (2 dies/setm.)

Tarifa: 26,40€

(No empadronats 28,40€)

ACTIVITATS DIRIGIDES GIMNÀS I PISCINA

Els cursetistes que contractin les activitats dirigides podran accedir a qualsevol horari i activitat de les que s'ofereixen fins a exhaurir el nombre de sessions contractades per al mes de juliol.

Les persones que contractin 8 o 12 sessions pel mes de juliol s'hauran d'exhaurir durant aquest període, les sessions no satisfetes no es podran recuperar.

8 sessions

(Tarifa infantil: 21,68€)

Tarifa: 22,56€

12 +4 sessions

(Tarifa infantil: 32,52€)

Tarifa: 33,84€

(No empadronats increment de 2,00€ sobre la tarifa)

Entrada puntual Act. dirigida

Tarifa: 4,00€

Bo de 10 sessions (Validesa 1 any a partir data compra)

Tarifa: 35,00€

PLANNING ACTIVITATS DIRIGIDES JULIOL 2020

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
Ciclo-indoor 8.10-8.55		Ciclo-indoor 8.10-8.55	
Aquafitness 10-10.45	Basic-training 10-10.45	Aquafitness 10-10.45	Tonificació 10-10.45
Aquafitness 19-19.45	Basic-training 19-19.45	Aquafitness 19-19.45	Tono-streching 19-19.45
Circuit TABATA 20-20.45	Ciclo-indoor 20-20.45	Circuit TABATA 20-20.45	Ciclo-indoor 20-20.45

***Els horaris i grups poden ser modificats per necessitats del servei.**

Les activitats de **ciclo-indoor** i **aquafitness** tenen **aforament limitat**.

30' abans es repartirà un número per persona. No es poden reservar números.