

## TE PUEDE INTERESAR



### OTRAS ACTIVIDADES PARA ADULTOS

#### COMBINADO NATACIÓN/ ACOND. FÍSICO

Combinado de gimnasia suave en gimnasio y de actividad en piscina. Indicado para rehabilitación de lesiones, acondicionamiento físico, etc

#### Pilates

Método mundialmente reconocido y efectivo de tonificación muscular, mejora articular y aumento

de la flexibilidad. También se ha demostrado beneficioso para reducir el estrés, aumentar la capacidad de concentración y mejorar el equilibrio mental.

Y además, otras formas diferentes y divertidas de hacer ejercicio: **Aerobic, Yoga, Acuagym, Pádel...**

## NOTICIAS



- **ANDREA ARIAS:** Campeona de Europa con la Selección Española Juvenil de Waterpolo en Novi Sad (Serbia)
- **SOFIA DIAZ:** 4º En el Campeonato del Mundo Junior de Waterpolo femenino disputado en Volos (Grecia)
- **JOSE MANUEL VALDIVIA:** Campeón de España Absoluto en 50m. Mariposa
- **ALVARO GOMEZ.** Campeón de España Infantil en 50 y 100 metros Braza.

### CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL MOSCARDÓ

C/Andrés Arteaga, 5 . 28026 . Madrid . +34.91.500.39.40 . +34.91.500.14.47  
[www.clubnatacionmadrid.es](http://www.clubnatacionmadrid.es)



**CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL MOSCARDÓ**

# ACTIVIDADES DIRIGIDAS

**SEPTIEMBRE 2018 - JUNIO 2019**

**(PEQUES 3 Y 4-5 AÑOS)**

**PROGRAMA ACTIVIDADES DIRIGIDAS PARA :  
NATACIÓN PEQUES (3 Y 4-5 AÑOS)**

Dirigido a niños/as a partir de 3 a 5 años que desean iniciarse en el deporte más saludable y completo, bajo la supervisión de un monitor.

**DISTRIBUCIÓN DE GRUPOS Y HORARIOS POR NIVELES**

días	horarios	duración	precio mes
<b>NATACIÓN PEQUES (3 AÑOS)</b>			
LX	17:00, 17:30, 18:00, 18:30	30 min.	15,60 €
MJ	16:45, 18:15, 18:45	30 min.	15,60 €
V	16:45, 17:15, 17:45, 18:15, 18:45	30 min.	7,80 €
S	10:45, 11:15, 11:45, 12:15	30 min.	7,80 €
D	10:45, 11:15, 11:45, 12:15	30 min.	7,80 €
SD	10:15	30 min.	15,60 €
<b>NATACIÓN PEQUES (4-5 AÑOS)</b>			
LX	16:45, 17:45, 18:15, 19:15	30 min.	15,60 €
MJ	16:45, 17:30, 18:00, 18:30, 19:15	30 min.	15,60 €
L	16:45, 17:15, 19:00	60 min.	15,60 €
M	17:00	60 min.	15,60 €
X	16:45, 17:15, 19:00	60 min.	15,60 €
J	17:00	60 min.	15,60 €
V	16:45, 17:45, 19:15	60 min.	15,60 €
S	10:00, 10:45, 11:00, 11:45, 12:00, 12:45	60 min.	15,60 €
D	10:00, 10:45, 11:00, 11:45, 12:00, 12:45	60 min.	15,60 €
SD	9:45, 10:15	30 min.	15,60 €

Cuota de inscripción: 11,00 €

**DOCUMENTACION NECESARIA:** Libro de familia o D.N.I. del alumno

“Conforme a lo dispuesto en el artículo 18.4 de la Ley 38/2003, se hace constar que ésta actividad está subvencionada por el ayuntamiento de Madrid”

**NORMAS DE ACCESO Y USO A LA PISCINA**

<b>01.</b> El acceso a los vestuarios se realizará 10 minutos antes del inicio de la clase.	<b>06.</b> El acceso a la zona de baño deberá realizarse con los pies descalzos o calzado adecuado.
<b>02.</b> No está permitido el acceso de acompañantes a los vestuarios, excepto con los niños menores de 6 años.	<b>07.</b> Es obligatorio el uso de gorro y traje de baño.
<b>03.</b> Los acompañantes no podrán permanecer en el vestuario ni en la zona de baño durante la clase.	<b>08.</b> No está permitido comer en todo el recinto de la piscina.
<b>04.</b> Aquella persona que desee presenciar la clase deberá acceder a la zona reservada para el público abonando la entrada de visita.	<b>09.</b> Se debe hacer un buen uso del material y de las instalaciones.
<b>05.</b> En el vestuario no podrán dejarse las prendas personales.	<b>10.</b> Para un mejor servicio sigan en todo momento las instrucciones de nuestro personal.

**INFORMACIÓN GENERAL**

El precio de las actividades dirigidas deberá abonarse en la taquilla del Centro Deportivo Municipal Moscardó entre el 13 y 23 del mes anterior, en los horarios de atención al público expuestos en el Tablón de Anuncios a la entrada de la piscina.

Si no se realiza el pago en el plazo establecido se entenderá que el alumno renuncia a su plaza y esta quedará libre.

La temporada de invierno abarca de septiembre a junio y la de verano durante el mes de julio.

El Centro Deportivo Municipal Moscardó está gestionado por el Club Natación Madrid Moscardó por lo que puede presentar sus sugerencias y reclamaciones en el documento que le facilitarán en taquilla, por correo electrónico en [piscina@clubnatacionmadrid.es](mailto:piscina@clubnatacionmadrid.es) o si lo prefiere en las oficinas de atención al ciudadano o en el número de teléfono 010 de Línea Madrid o a través de internet: [www.madrid.es](http://www.madrid.es).

**TIENDA DEPORTIVA**

El Club dispone de tienda especializada en todo tipo de artículos y complementos específicos para la práctica de la natación y el waterpolo, suministrados todos ellos por Turbo, patrocinador oficial del C.N.M.Madrid Moscardó, y la Selección Española de Waterpolo.

