

PROGRAMA "NEDA A L'ESTIU"

INFORMACIÓ PER A LA REALITZACIÓ DE L'ACTIVITAT DE NATACIÓ

Des de Consell Esportiu del Pallars Sobirà, us informem de detalls importants que pensem que ajudaran a obtenir els millors resultats i experiència sobre l'activitat de Natació.

L'activitat es realitzarà durant el mes de Juliol, les setmanes del 1 al 5 i del 8 al 12 d'Agost, a les piscines municipals de Llavorsí.

Tots els cursos van dirigits a alumnes de 5 a 14 anys.

Important: El primer dia d'inici de l'activitat, requerim a tots els inscrits assistir a les 16:00 a les instal·lacions corresponents, aquest mateix dia es faran les proves de nivell per diferenciar els grups en 2 nivells, A i B.

Un cop cada alumne tingui assignat el seu grup, per la resta de dies l'alumne assistirà a l'horari que li correspongui:

- Grup A: 16:00 a 16:45. (Sessió de 45').
- Grup B: 16:45 a 17:30. (Sessió de 45').

[Informar-vos que el nombre de places es limitat a 8 alumnes per grup, es respectarà l'ordre d'entrada d'inscripcions per completar els grups.](#)

Recomanem: (No obligatori)

- Material personal per l'activitat:
 - o Ulleres de natació. (Molt recomanable!)
 - o Gorra de natació. (opcional)
 - o Xancletes.
 - o Crema SolarEn cas que la temperatura de l'aigua no sigui la més adient
 - o Es pot utilitzar, si disposeu, vestit de neoprè de gruix "prim", que permeti la mobilitat sense problemes.
 - o Es pot utilitzar samarreta tèrmica.En cas que disposeu de material aquàtic, podeu portar-lo com:
 - o Aletes.
 - o Pales per les mans.

Des de Consell Esportiu, juntament amb tècnic/a pensem que és recomanable la realització de les dues setmanes per obtenir resultats considerables.

Demanar-vos que ens empleueu atentament el full d'inscripció amb totes les dades i detalls que us demanem.

Per a qualsevol dubte, consulta podeu posar-vos en contacte: 679 519 867.

Per fer pagament: **ES66 2100 0043 9502 0011 9977**

. (Agraïm que ens poseu Nom i Cognoms de l'inscrit/a i el municipi on realitzar l'activitat).

Neda a l'estiu!!!

Moltes gràcies per l'atenció, Salutacions.



CONSELL ESPORTIU DEL PALLARS SOBIRÀ

Camí de la Cabanera, s/n; 25560 SORT; Tel. 679519867; A/e: cepallarssobira@gmail.com