

ACTIVIDADES DEPORTIVAS CURSO 2021-22
INSTALACIÓN EUROPA

PRIMER TRIMESTRE		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:30	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
10:20	NATACIÓN ADULTOS	NATACIÓN MAYORES
11:10	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
12:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN ESCOLAR
13:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN FÍSICO RECREATIVA

SEGUNDO TRIMESTRE		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:30	NATACIÓN ADULTOS/ MAYORES	NATACIÓN ADULTOS/ MAYORES
10:20	NATACIÓN ADULTOS	NATACIÓN MAYORES
11:10	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
12:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN FÍSICO RECREATIVA
13:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN FÍSICO RECREATIVA

TERCER TRIMESTRE		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:30	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
10:20	NATACIÓN ADULTOS	NATACIÓN MAYORES
11:10	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
12:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN ESCOLAR
13:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN FÍSICO RECREATIVA

INSTALACIÓN OLIMPIA

TODOS LOS TRIMESTRES		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:30	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
10:20	APRENDIZAJE ADULTOS	NATACIÓN FÍSICO RECREATIVA
11:10	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
12:30	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN MAYORES
13:20	NATACIÓN MAYORES	NATACIÓN MAYORES

INSTALACIÓN FORTUNA

PRIMER Y SEGUNDO TRIMESTRE		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:20	<u>L y X</u> NAT. MAY. / FÍSICO-RECRE.- AQUAFIT. <u>V</u> NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN MAYORES
10:10	APRENDIZAJE ADULTOS	FÍSICO RECREATIVA / AQUAFITNESS
11:00	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
11:50	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
13:30	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN MAYORES
16:20	APRENDIZAJE JUNIOR Y ADULTOS	APRENDIZAJE JUNIOR, ADULTOS Y AQUAFITNESS
17:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
18:00	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
18:50	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
20:10	NATACIÓN ADULTOS	FÍSICO RECREATIVA / AQUAFITNESS
21:00	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS

PRIMER TRIMESTRE	
DIAS HORA	S Y D
09:20	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
10:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
11:00	APRENDIZAJE JUNIOR Y ADULTOS
12:20	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
13:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS

TERCER TRIMESTRE		
DIAS HORA	L, X y V	M y J
09:20	<u>L y X</u> NAT. MAY. / FÍSICO-RECRE.- AQUAFIT. <u>V</u> NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
10:10	APRENDIZAJE ADULTOS	FÍSICO RECREATIVA / AQUAFITNESS
11:00	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
11:50	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
13:30	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN MAYORES
16:20	APRENDIZAJE JUNIOR Y ADULTOS	APRENDIZAJE JUNIOR, ADULTOS Y AQUAFITNESS
17:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
18:00	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
18:50	APRENDIZAJE NIÑOS/AS	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
20:10	NATACIÓN ADULTOS	FÍSICO RECREATIVA/ AQUAFITNESS
21:00	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS

TERCER TRIMESTRE	
DIAS HORA	S Y D
09:20	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
10:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
11:00	APRENDIZAJE JUNIOR Y ADULTOS
12:20	APRENDIZAJE NIÑOS/AS
13:10	APRENDIZAJE NIÑOS/AS

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS

1.- ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS:

1.1.- Mayores en forma: LA FORTUNA, OLIMPIA Y EUROPA

Actividad dirigida a personas con 65 años o más de edad. Los grupos serán distribuidos, en la medida de lo posible por edad y/o aptitud física a criterio del profesorado. **Clases de 50'**.

2.- ACTIVIDADES ACUÁTICAS

2.1.- APRENDIZAJE:

2.1.1.- Natación para Niños y Niñas: LA FORTUNA.

Hasta el mes siguiente incluido a alcanzar el nivel establecido en la programación, iniciación al dominio de la natación dirigido a **personas entre 6 y 13 años de edad, ambos inclusive**. **Clases de 50'**. **Una vez cumplida la edad de 14 años, el/la alumno/a podrá permanecer en la actividad hasta el final de la temporada, salvo que por nivel le corresponda dejar la actividad. Cuando se encuentren en lista de espera pasarán a la lista de espera de Natación Adultos con el consentimiento de los padres o tutores.**

2.1.2.- NATACIÓN ESCOLAR: LA FORTUNA, OLIMPIA Y EUROPA

Estas actividades están programados para los Centros de enseñanza Infantil y Primaria de Leganés que lo soliciten. Su duración es variable en función de los intereses de los centros, pudiendo ampliarse este periodo cuando no existan peticiones de otros Centros.

La capacidad para cada horario ofertado es el número total de componentes de una unidad escolar en el caso de que éstos pudieran variar oficialmente. No obstante, el número final de participantes podrá negociarse con el Centro de Gestión Deportiva antes del comienzo de la actividad, en función de la disponibilidad de medios del mismo, para lo cual es necesario hacer referencia en las solicitudes a las necesidades especiales del Centro y ponerse en contacto con la instalación elegida lo antes posible.

Cuando se de la circunstancia de que en el grupo concurra alumnado con características especiales, para posibilitar la inclusión de los mismos sin reducción del número total de participantes, podrá requerirse la participación de personas designadas por el centro para colaborar con la actividad. En cualquier caso, las condiciones serán fijadas por el Centro de Gestión en función de las características del grupo y los medios aportados por el centro en caso de ser necesarios.

El Centro donde se dé la anterior circunstancia deberá ponerse en contacto con la dirección de las Piscinas para concretar el desarrollo de la actividad.

2.1.3.- Natación para Adultos/Junior: LA FORTUNA TARDES, LA FORTUNA, OLIMPIA Y EUROPA MAÑANAS.

Hasta el mes siguiente incluido a alcanzar el nivel establecido en la programación, iniciación al dominio de la natación dirigido a personas **entre 14 y 65 años de edad, ambos inclusive**, que deseen aprender a nadar. **Clases de 50'**. **Una vez cumplida la edad de 65 años, el/la alumno/a podrá permanecer en la actividad hasta el final de la temporada, salvo que por nivel le corresponda dejar la actividad. Cuando se encuentren en lista de espera pasarán a la lista de espera de Natación Mayores con su consentimiento.**

Se consideran Junior aquellas personas que durante la pandemia estuvieran inscritas desde el cese de las actividades por la pandemia COVID-19 en la actividades de aprendizaje y sus listas de espera y por edad han dejado de estarlo.

2.2.- ACONDICIONAMIENTO

2.2.1.- Natación Mayores: LA FORTUNA, OLIMPIA Y EUROPA

Actividad físico-recreativa y aprendizaje dirigida a personas **con 65 años o más de edad**. Clases de 50'

2.2.2.- Natación Físico-Recreativa adultos: LA FORTUNA TARDES, LA FORTUNA, OLIMPIA Y EUROPA MAÑANAS.

Actividad acuática de una temporada de duración para el perfeccionamiento de los estilos y aumento del rendimiento de nado. En los horarios en que no haya lista de espera no será necesario solicitar participar en el sorteo, continuando para la temporada siguiente. Entrenamiento de la condición física (fuerza, resistencia, flexibilidad,...) en piscina profunda. Promoción de actividades lúdicas y socializadoras. Para personas **entre 14 y 65 años de edad, ambos inclusive**, que sepan nadar correctamente 25 metros crol, coordinando la respiración y 25 metros espalda, sin parada intermedia. Este nivel, para quienes no conste el mismo, se verificará mediante una prueba antes de formalizar la inscripción en la actividad. **Clases de 50'**. **Una vez cumplida la edad de 65 años, el/la alumno/a podrá permanecer en la actividad hasta el final de la temporada, salvo que por nivel le corresponda dejar la actividad. Cuando se encuentren en lista de espera pasarán a la lista de espera de Natación Mayores con su consentimiento.**

2.2.3.- Aquafitness: LA FORTUNA

Actividad acuática de una temporada de duración basada en ejercicios en piscina poco profunda y profunda realizados de forma lúdica para personas **entre 14 y 65 años de edad, ambos inclusive**. **Clases de 50'**. En los horarios en que no haya lista de espera no será necesario solicitar participar en el sorteo, continuando para la temporada siguiente. **Una vez cumplida la edad de 65 años, el/la alumno/a podrá permanecer en la actividad hasta el final de la temporada. Cuando se encuentren en lista de espera pasarán a la lista de espera de Natación Mayores con su consentimiento.**