

**FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN PARA LOS CURSOS DE NATACIÓN
CURSO ESCOLAR 2019-2020
CONVENIO CON CENTRO ACUÁTICO-SUPERA**

NOMBRE DEL ALUMNO: _____
EDAD _____ CURSO _____
CENTRO DE ESTUDIOS _____
TELEFONO DE CONTACTO _____ EMAIL _____
SOCIO DE AMPA: SI NO ABONADO AL CENTRO SUPERA: SI NO

GRUPO	NIVEL	HORARIO	PLAZAS	SOLICITUD
2-3 años	Iniciación	Lunes 16.30-17.15	8	
4-6 años	Iniciación	Lunes 16.30-17.15	8	
4-6 años	Medio	viernes 17.00-17.45	12	
7-9 años	Iniciación	Martes 18.30- 19.15	10	
7-9 años	Medio	Viernes 17.45-18.30	12	
10-13 años	Iniciación	Martes 19.45-20.30	10	
10-13 años	Medio	Martes 19.45-20.30	10	
Padres	Iniciación o medio	Consultar	10	

Nota: recuerda que para que salga grupo de natación, el número de alumnos debe ser la mitad más uno de las plazas ofertadas.

Os recordamos las Tarifas

- Socios de AMPA Precio por trimestre 34,20.-€/niño
- Todos los abonados del centro acuático supera. Curso gratuito para todos los hijos si no os habeis dado de baja de la cuota familiar durante el verano.

DESTREZAS ORIENTATIVAS PARA LA ELECCIÓN DE NIVEL EN FUNCIÓN DEL CURSO.

- **2-3 INICIACIÓN**
 - Me siento tranquilo y contento
 - Me desplazo boca abajo con material
 - Meto la cabeza en el agua cerca del borde

○ **4-6 INICIACIÓN**

- Nado 12 metros boca abajo con material
- Nado 12 metros boca arriba con material
- Salto desde el borde de pie sin material

○ **7-9 INICIACIÓN**

- Rescato objetos del fondo
- Nado 12 metros solo sin material
- Salto al agua de cabeza

○ **10-13 INICIACIÓN**

- Propulsión en posición lateral
- Dominio básico de crol y espalda.
- Realizar medio giro en el eje longitudinal

○ **4-6 MEDIO**

- Nado unos metros sin material
- Coordinación respiración y pies
- Salto al agua de cabeza en posición de rodillas.

○ **7-9 MEDIO**

- Coordinación respiración y movimiento de brazos
- Dominio del estilo de crol y espalda.
- Buceos de aproximadamente 5 metros

○ **10-13- MEDIO**

- Dominio básico de tres estilos de natación
- Completar tres largos seguidos.
- Salto al agua de cabeza más propulsión