

Cursos de adultos

MATRONATACIÓN

El método de la matronatación (natación con la madre o el padre) inicia a los bebés en la actividad acuática. Para ello, es fundamental el papel de la madre o del padre en el agua. Mediante la orientación técnica del profesor, los padres deben participar y demostrar seguridad al bebé. Este método busca las técnicas primarias (respiración y flotabilidad) para adaptarse al agua.



| CATEGORÍA | DÍAS | HORA | |
|--|-------------------------------|-----------------|---|
| Adultos con niños/as de 1 a 2 años cumplidos al iniciar el curso | Lunes y miércoles (20 plazas) | 12:30 – 13:00 H | 18:20 – 18:50 H 19:00 – 19:30 H |
| | Viernes (20 plazas) | | 17:30 – 18:00 H 18:15 – 18:45 H 19:00 – 19:30 H |
| | Martes y jueves (20 plazas) | | 19:00 – 19:30 H |

INSTALACIÓN:
PISCINA "MODESTO EIROA"

| CATEGORÍA | DÍAS | HORA |
|---|-----------------------------|-----------------|
| Adultos con niños/as de más de 2 años cumplidos | Martes y jueves (10 plazas) | 17:20 – 17:50 H |

INSTALACIÓN:
PISCINA "MARÍA LUISA CABAÑERO"

PROCESO INSCRIPCIÓN

PREINSCRIPCIÓN

Del 9 de julio al 10 de septiembre
En www.pmdpuertollano.es de 9 h a 23:59 h, de cada día.
En la oficina del Patronato Municipal de Deportes de 9 h a 14 h

ADJUDICACIÓN DE PLAZAS

Directamente si la demanda es inferior a las plazas ofertadas.
Sorteo público el 13 de septiembre a las 11 h en el Centro de Especialidades Deportivas "Javier Bermejo" para adjudicar las plazas en los horarios que tengan más solicitudes que plazas ofertadas.

PUBLICACIÓN DE PLAZAS

Cristaleras del Ayuntamiento
En www.pmdpuertollano.es

FORMALIZACIÓN DE LA INSCRIPCIÓN

Del 17 al 26 de septiembre los admitidos, en la oficina del Patronato Municipal de Deportes de 9 h a 14 h y de 17 h a 20 h.

1 DÍA A LA SEMANA

18,05 €
al mes

16,25 €

-10% tarjeta ciudadano

7,22 €

-60% abonado PMD

2 DÍAS A LA SEMANA

36,10 €
al mes

32,49 €

-10% tarjeta ciudadano

14,44 €

-60% abonado PMD



1^{ER} PAGO METÁLICO O TARJETA AL MOMENTO DE LA INSCRIPCIÓN
Resto de pagos domiciliación bancaria



DURACIÓN DEL CURSO

Del 1 octubre al 30 de mayo



PATRONATO MUNICIPAL DEPORTES

Plaza Constitución, 1