

Cursos de adultos

NATACIÓN

PISCINA MARÍA LUISA CABAÑERO

Más allá de aprender a nadar, las escuelas de natación son recomendadas para mejorar el nado, para acondicionar nuestros músculos y aumentar la capacidad pulmonar. Las maravillosas propiedades de la natación son bien conocidas por todos, pues es algo que los profesionales médicos y los especialistas en deportes y salud continuamente remarcan. Es muy importante no desanimarse enseguida, ya que los síntomas de mejora en el cuerpo pueden demorar en hacerse notar, pero después de un tiempo, comenzarán a hacerse evidentes y los nadadores notarán una sustancial mejora en su calidad de vida.

CATEGORÍA	DÍAS	HORA	
Adultos	Martes, jueves y viernes (30 plazas)	09:15 – 10:00 H 10:00 – 10:45 H	20:00 – 20:45 H (viernes de 19:45 – 20:30 H) (20 plazas)
	Lunes, miércoles y viernes	19:00 – 19:45 H (20 plazas) 19:45 – 20:30 H (30 plazas) 20:30 – 21:45 H (30 plazas)	

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.

3 DÍAS A LA SEMANA

36,10 €
al mes

32,49 €

-10% tarjeta ciudadano

14,44 €

-60% abonado PMD



1ER 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