

**ACTIVITATS AQUÀTIQUES A LA PISCINA COBERTA 2016 - 2017**

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte
06'40 - 07'30	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	Abonats
07'40 - 08'30	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	Adults
08'30 - 09'10	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	Petits
09'15 - 10'05	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	E. FÍSICA	EM Natació
10'15 - 11'05	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	C.E.E. S.JORDI	Gent Gran
11'15 - 12'05	GENT GRAN	GENT GRAN	GENT GRAN	GENT GRAN	VERGE CINTA	E. Física
12'15 - 13'05	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	E. FÍSICA	E. Especial
13'15 - 15'25	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE	C.N. TORTOSA
						C.N. TORTOSA
						14'00 - 16'00
15'30 - 16'20	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	NATACIÓ LLIURE
16'30 - 17'20	ADULTS	ADULTS	ADULTS	ADULTS	NATACIÓ LLIURE	NATACIÓ LLIURE
17'25 - 18'05	PETITS	PETITS	PETITS	PETITS	PETITS	NATACIÓ LLIURE
18'10 - 18'50	PETITS	PETITS	PETITS	PETITS	PETITS	
18'50 - 19'40	ESCOLA MUNICIPAL NATACIÓ	ADULTS	ESCOLA MUNICIPAL NATACIÓ	ADULTS	ESCOLA MUNICIPAL NATACIÓ	
19'35 - 20'30	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	Nat. Lliure
20'30 - 21'20	ADULTS	C.N. TORTOSA	ADULTS	C.N. TORTOSA	ADULTS	C. Natació
21'20 - 22'30	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	C.N. TORTOSA	Carrer Reservat



DIES	DILLUNS					DIMARTS					DIMECRES					DIJOUS					DIVENDRES					DISSABTE									
CARRERS	CARRERS					CARRERS					CARRERS					CARRERS					CARRERS														
HORARIS	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
De 06,40 a 07,30	■					■					■					■					■														
De 07,40 a 08,30	■					■					■					■					■														
De 08,30 a 09,10	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■										
De 09,15 a 10,05	■					■					■					■					■	■				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
De 10,15 a 11,05	■	■				■					■	■				■										■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
D'11,15 a 12,05																										■	■	■							
De 12,15 a 13,05	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■															
De 13,15 a 15,25		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■										
De 15,30 a 16,20	■					■					■					■					■										■	■	■	■	■
De 16,30 a 17,20	■	■				■	■				■	■				■	■				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
De 17,25 a 18,05																															■	■	■	■	■
De 18,10 a 18,50																																			
De 18,55 a 19,35																																			
De 20,30 a 21,20																					■														

*Carrers que poden utilitzar els ABONATS*



## ACTIVITATS AQUÀTIQUES DIRIGIDES

---

### ACTIVITATS AQUÀTIQUES PER A ADULTS

USUARIS: Persones majors de 15 anys.

HORARIS: De dilluns a dissabte, en diferents opcions i modalitats, durant les següents franges horàries:

06.40 / 07.40 / 09.15 / 10.15 / 15,30 / 16,30 /  
18.50 / 20.30 hores (dissabtes, a partir de les  
11.00 h).

### ACTIVITATS AQUÀTIQUES PER A XIQUETS I XIQUETES

USUARIS: Xiquets i xiquetes de 3 a 14 anys.

HORARIS: De dilluns a divendres, en diferents opcions i modalitats, durant les següents franges horàries:

17.25 / 18.10 hores.

### ACTIVITATS AQUÀTIQUES PER A PERSONES GRANS

USUARIS: Persones majors de 65 anys o jubilades.

HORARIS: De dilluns a dijous, d'11.15 a 12.05 hores, 2 cops per setmana.



ESCOLA MUNICIPAL DE NATACIÓ

USUARIS: Xiquets i xiquetes a nivell de tecnificació.

HORARIS: Dilluns, dimecres i divendres, de 18,50 a 19,40 h

ACTIVITATS AQUÀTIQUES PER A EMBARASSADES

USUÀRIES: Gestants a partir de les 20 – 24 setmanes.

HORARIS: Dissabtes, horaris a convenir.

ACTIVITATS AQUÀTIQUES TERAPÈUTIQUES:

CORRECTIVA / ESQUENA / COLUMNA...

A partir de 5 anys (prescripció mèdica).

HORARIS: Dissabtes, d'11.00 a 12.00 hores.

LUDOTECA - ACTIVITATS AQUÀTIQUES RECREATIVES

USUARIS: A partir de 10 anys; cal tenir autonomia.

HORARIS: Dissabtes, de 17.00 a 18.00 hores.