

INFORMACIÓN PISCINAS MUNICIPALES

- LA FECHA DE COMIENZO DE LOS CURSOS PREVISIBLEMENTE SERÁ EL **5 DE OCTUBRE DE 2020**
- LOS AFOROS DE LAS INSTALACIONES HAN SIDO CONSENSUADOS CON EL AYTO Y SANIDAD PARA QUE LAS CALLES DE LIBRE Y CURSOS ALBERGUEN UN MÁXIMO DE 5 PERSONAS POR CALLE.
- **LAS PERSONAS INSCRITAS LA TEMPORADA PASADA NO TIENE LA PLAZA RESERVADA DE LA TEMPORADA ANTERIOR POR LO QUE DEBERÁ TRAMITAR SU ALTA.**
POR ELLO PODRÁ REALIZAR SU RESERVA DESDE DÍA 29 DE SEPTIEMBRE, POR LO QUE TIENEN PREFERENCIA SOBRE LA GENTE QUE NO ESTABA APUNTADA LA TEMPORADA PASADA, LOS CUALES (LAS NUEVAS INSCRIPCIONES) **COMENZARÁN EL DÍA 2** DE OCTUBRE.
- EXISTEN LOS MISMOS TIPOS DE CURSOS QUE EN TEMPODAS PASADAS, (MATRO, NIÑOS, ADULTOS TERAPEUTICA), EN HOARARIOS COMO EN TEMPORADAS PASADA MAÑANAS TARDES, ENTRE SEMANA SÁBADOS.
- SERÁ OBLIGATORIO EL USO DE LA MASCARILLA EN TODO MOMENTO Y SÓLO SE LA PODRÁN QUITAR PARA EL BAÑO. LOS NIÑOS SERÁ OBLIGATORIA A PARTIR DE 6 AÑOS.(DENTRO DE LA ZONA DE BAÑO DEBRÁN DEJARLA JUNTO A LAS CHANCLAS Y LA TOALLA METIDA EN UNA BOLSA DE PLASTICO HERMÉTICA TIPO BOLSAS DE BOCADILLOS O CONGELADOS)
- Para la natación libre, será obligatorio realizar la reserva y son turno de 45 minutos. (AFORO MÁXIMO 5 POR CALLE)

Los abonados pueden realizar reservas anticipadas de los turnos de libre (24h de antelación), las entradas puntuales sólo podrán gestionar su reserva en el momento de inicio de los turnos de libre.

Todos los turnos duran 45 minutos desde el horario de apertura de la instalación.

1. ESQUEMA DEL TIPO DE CURSOS SEGÚN LA EDAD Y EL NIVEL

Dentro de la agenda de cursos, de manera esquemática los usuarios de las piscinas podrán optar a los siguientes formatos:

- MATRONATACIÓN (De 6 a 36 meses)
- NATACIÓN PREESCOLAR INICIACIÓN (De 3 a 5 años y que no tengan autonomía en la grande)
NATACIÓN PREESCOLAR AVANZADO (5 años y que tengan autonomía en la grande IMPORTANTE SI TRAS PRUEBA DE NIVEL NO PUEDE CONTINUAR EN EL GRUPO DEBERÁ CAMBIARSE DE HORARIO OLIGATORIAMENTE SEGÚN LAS INSDICACIONES DE LA COORDINACIÓN)
- CURSOS DE NIÑOS (De 6 a 14 años)
- NATACIÓN PARA ADULTOS (A partir de 15 años)
- PROGRAMA DE NATACIÓN PARA LA TERCEERA EDAD

A su vez dentro de la programación de cursos, también se desarrolla el programa de NATACIÓN TERAPEUTICA, el cual organiza sus grupos mediante una consulta previa con las fisioterapeutas en función de patologías que presenta los diferentes pacientes. A modo esquemático dichas opciones de grupo son:

- A - PATOLOGÍAS LUMBARES- hernias discales, artrosis de columna, lumbalgias, lordosis, etc.

- B - PATOLOGÍAS DORSALES/CERVICALES- hernias discales, artrosis de columna, cervicalgias, cifosis, escoliosis, etc.
- C - NIÑOS CON NECESIDADES ESPECIALES
- D - PATOLOGÍAS DE EXTREMIDADES SUPERIORES E INFERIORES- operaciones ortopédicas, patologías de cadera, rodilla, etc.
- E - PATOLOGÍA GENERAL- artrosis generalizada, osteoporosis, algias generalizadas, etc.
- F - PATOLOGÍAS DEL CRECIMIENTO- adolescentes con escoliosis, cifosis, lordosis, etc.
- G - PATOLOGÍAS INVALIDANTES
- I - REVITALIZACIÓN