



FEDERACIÓN NAVARRA DE NATACIÓN
NAFARROAKO IGERIKETA FEDERAZIOA



Aquavox - S. Jorge 2023 - 24

Cursos de Natación Infantil / Umeentzako Igeriketa Ikastaroak

1ª tanda / 1. Txanda

3 octubre 2023 a 31 enero 2024 / *Urriaren 3 tik urtarrilaren 31 ra*

Una sesión 40 minutos / semana, *Saio bat / astea* (Dominio Acuático dos sesiones 45 min.)

Viernes o sábado / ostirala edo larunbata * (*Promoción: Dominio Acuático lunes y miércoles*)

(Se aseguran al menos 12 clases por cuatrimestre)



*INSCRIPCIONES
CURSOS INFANTIL
DESDE EL 21 AGOSTO
PLAZAS LIMITADAS*

* **Viernes / Ostirala** (1 día/sem.)

.- 17 / 17,40 (INICIACIÓN 1 / HASIERA 1)

.- 17,40 / 18,20 (INICIACIÓN 2 / HASIERA 2)

.- 18,20 / 19 (PERFECCIONAMIENTO / HOBKUNTZA)

* **Sábado / Larunbata** (1 día/sem.)

.- 10 / 10,40 (INICIACIÓN 1 / HASIERA 1)

.- 10,40 / 11,20 (INICIACIÓN 1 / HASIERA 1)

.- 11,20 / 12 (INICIACIÓN 2 / HASIERA 2)

.- 12 / 12,40 (PERFEC. / HOBKUNTZA)

* **lunes y miércoles / astelehena-asteazkena** (2 días/sem.)

.- 17,45 / 18,30 (**DOMINIO ACUÁTICO "WAN"** (Waterpolo-Artística-Natación))

* (En Dominio Acuático será necesario saber nadar a crol o braza y a espalda)

CUOTA ABONADOS: 60 €

CUOTA NO ABONADOS: 70 €

El pago de la inscripción, dará derecho a una plaza segura en el curso.

El importe no será reembolsable.

Izen-ematea ordaintzeak ikastaroan plaza segurua izateko eskubidea emango du.

INFORMACIÓN / ARGIBIDEA: FNN-NIF Tfno: 948 227 279 www.fnn-nif.com

INSCRIPCIÓN / IZENA EMATEA:

A partir del 21 de Agosto / Abuztuaren 21 tik aurrera

On line: <http://www.fnn-nif.com/cursos/infantil>

* *Los niños deberán tener 5 años o bien tenerlos cumplidos para el 31 de diciembre 2023*

Plaza Aizagerría, 1 - 31006 PAMPLONA - IRUÑA • Tfno. y Fax: 948 22 72 79 • e-mail: info@fnn-nif.com • www.fnn-nif.com

ORIENTACIÓN Y REQUISITOS PARA ELEGIR EL CURSO ADECUADO

INICIACIÓN-1



Nivel orientado para **niños/as que no sepan nadar**, que tengan miedo al agua o bien que no tengan una autonomía de desplazamiento sin material. Etapa fundamental para crear motivación en aprender nadar y adquirir una base de supervivencia en el agua. **Descubrimiento guiado** con las diferentes **capacidades** hacia un **aprendizaje integral**.

**OBJETIVO: FAMILIARIZACIÓN Y DISFRUTE DEL AGUA.
MOTIVACIÓN, DESCUBRIMIENTO MOTRIZ, APRENDER A NADAR**

INICIACIÓN-2

Para niños/as que han tenido contacto con el agua, que no tienen miedo, que tengan una autonomía de **desplazamiento** y **sepan nadar** sin apoyo de material auxiliar **al menos 5 metros**. Adquisición autonomía.

Enriquecimiento motriz e iniciación al dominio acuático. **Aprendizaje Significativo** en el desarrollo de habilidades básicas.



**OBJETIVO: APRENDER A NADAR CON AUTONOMÍA,
SEGURIDAD, HABILIDADES BÁSICAS Y ENRIQUECIMIENT MOTRIZ**

PERFECCIONAMIENTO



Para niñas/os que tengan un nivel suficiente de desplazamiento siendo capaces de realizar un largo a la piscina sin dificultad, que sepan realizar respiraciones en el agua sumergiendo la cara, desplazarse boca arriba de espaldas. Afianzamiento motriz en el desarrollo de las habilidades específicas.

**OBJETIVO: MEJORA EN EL DESARROLLO DE
HABILIDADES ESPECÍFICAS, AFIANZAMIENTO MOTRIZ**



FEDERACIÓN NAVARRA DE NATACIÓN
NAFARROAKO IGERIKETA FEDERAZIOA



Ayuntamiento de Pamplona
Udala



DOMINIO ACUÁTICO "W/A/N" *waterpolo/artística/natación*

Para niñas/os que tengan un nivel suficiente de desplazamiento siendo capaces de realizar un largo a la piscina sin dificultad, a crol o braza y boca arriba a espalda.

Curso para llegar a dominar todo tipo de desplazamientos, propulsiones, saltos, apneas, giros y respiraciones con diferentes coordinaciones simétricas para poder realizar cualquier especialidad en referencia al medio acuático. Los cuatro estilos de natación, natación artística y waterpolo. Buscamos un dominio específico total en el agua.



NOVEDAD

OBJETIVO:

***ESPECIFICACIÓN MOTRIZ,
EXPERIMENTACIÓN DEPORTIVA,
OBJETIVO TÉCNICO,
WATERPOLO, ARTÍSTICA, NATACIÓN,
PRE-COMPETICIÓN***

BERRIA



Calendario 23/24 CURSOS ADULTOS / INFANTIL Egutegia

Octubre 2023							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
39		CI	CA				1
40	2	3	4	5	6	7	8
41	9	10	11	12	13	14	15
42	16	17	18	19	20	21	22
43	23	24	25	26	27	28	29
44	30	31					

Noviembre 2023							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
44			1	2	3	4	5
45	6	7	8	9	10	11	12
46	13	14	15	16	17	18	19
47	20	21	22	23	24	25	26
48	27	28	29	30			

Diciembre 2023							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
48					1	2	3
49	4	5	6	7	8	9	10
50	11	12	13	14	15	16	17
51	18	19	20	21	22	23	24
52	25	26	27	28	29	30	31

Enero 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
1	1	2	3	4	5	6	7
2	8	9	10	11	12	13	14
3	15	16	17	18	19	20	21
4	22	23	24	25	26	27	28
5	29	30	31				

Febrero 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
5				1	2	3	4
6	5	6	7	8	12	10	11
7	12	13	14	15	16	17	18
8	19	20	21	22	23	24	25
9	26	27	28	29			

Marzo 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
9					1	2	3
10	4	5	6	7	8	9	10
11	11	12	13	14	15	16	17
12	18	19	20	21	22	23	24
13	25	26	27	28	29	30	31

Abril 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
14	1	2	3	4	5	6	7
15	8	9	10	11	12	13	14
16	15	16	17	18	19	20	21
17	22	23	24	25	26	27	28
18	29	30					

Mayo 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
18			1	2	3	4	5
19	6	7	8	9	10	11	12
20	13	14	15	16	17	18	19
21	20	21	22	23	24	25	26
22	27	28	29	30	31		

DÍAS NO LECTIVOS
DÍAS FESTIVOS
<u>CURSOS INFANTIL</u>
1ª TANDA- 3 OCTUBRE al 31 ENERO
2ª TANDA- 1 FEBRERO al 31 MAYO
<u>CURSOS ADULTOS</u>
1ª TANDA- 4 OCTUBRE al 21 DICIEMBRE
2ª TANDA- 8 ENERO al 12 MARZO
3ª TANDA- 13 MARZO al 31 MAYO

INTENSIVOS Junio 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
22						1	2
23	3	4	5	6	7	8	9
24	10	11	12	13	14	15	16
25	17	18	19	20	21	22	23
26	24	25	26	27	28	29	30

CURSOS S. JORGE 3 al 14 (L-V 10 días)
CURSOS GUELBENZU 3 al 20 (L-J 12 días)
CURSOS ARANZADI 3 al 20 (L-J 12 días)
CURSOS ARANZADI 1 al 16 (L-V 12 días)

INTENSIVOS Agosto 2024							
Sem.	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do
31				1	2	3	4
32	5	6	7	8	9	10	11
33	12	13	14	15	16	17	18
34	19	20	21	22	23	24	25
35	26	26	28	29	30	31	

FALTA SABER DÍA DE CIERRE DEFINITIVO

