

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Condiciones de inscripción

Cursos municipales en las piscinas cubiertas de Elche

ANTES DE INSCRIBIRSE, 4 PASOS**1****Regístrese**

Obtenga usuario y contraseña en taquilla o en la web.

2**Tarjeta de usuario**

Imprescindible para acceder. Se expide en taquilla por 1,55 €.

3**Descuentos**

Acredite el 25 % o 50 % en taquilla antes de inscribirse.

4**Inscríbase**

En las máquinas de las piscinas o en elche.es/deportes.

ACTIVIDADES Y EDADES

ACTIVIDAD	DIRIGIDA A	PÁG.
Bebés	De 6 a 36 meses, en el agua con su tutor/a	4
Natación temprana	Mayores de 3 y menores de 5 años	4
Natación infantil	De 5 a 14 años, ambos inclusive	4
Natación adultos	De 15 a 65 años	5
Natación avanzada	Nadadores/as con nivel medio-alto	5
Natación embarazadas	Mujeres gestantes	5
Aquagym	Personas adultas	5
Aquagym Salud	Personas con necesidad de supervisión específica	5
Tercera edad	65 años o más, con tarjeta dorada	5

REGIDORIA D'ESPORT

966 658 122

INSCRIPCIONES

www.elche.es/deportes

CAMBIOS DE CLASE

gestionpiscinas@elche.es

Condiciones generales de inscripción

Aplicables a todos los cursos municipales de la Concejalía de Deportes.

- 1. Inscripción personal.** La inscripción a los cursos municipales es personal e intransferible.
- 2. Registro previo.** Para inscribirse es necesario estar registrado/a y disponer de usuario y contraseña. El registro puede hacerse en las taquillas de las piscinas cubiertas municipales o en la web, en Gestión de Usuario › Registrarse. Si ya existe un registro y se desean modificar los datos, puede restablecerse la contraseña en la web o acudir a cualquier taquilla.
- 3. Reducción de tasas.** Podrán beneficiarse quienes acrediten previamente, ante el personal de control de acceso de cada piscina cubierta, el carnet de familia numerosa, familia especial o monoparental.
- 4. Plazos.** No se admitirán inscripciones fuera de plazo.
- 5. Grupos con baja ocupación.** Si un grupo no supera el 70 % de ocupación podrá anularse. Las personas inscritas podrán reubicarse en otros grupos.
- 6. Devoluciones.** Conforme a los reglamentos internos y ordenanzas fiscales del Ayuntamiento de Elche, solo se devolverá el importe por causas de fuerza mayor debidamente justificadas. Se tramita presencialmente en una oficina OMAC o en la Sede electrónica del Ayuntamiento, el día hábil anterior al inicio del periodo del curso.

Si el curso se anula por causas ajenas a la persona usuaria (organizativas, técnicas o por no alcanzar el mínimo de inscripciones), se devolverá íntegramente el importe abonado o se ofrecerá la reubicación en otra clase de su interés.

- 7. Normas de uso.** Durante el curso se respetarán las normas y horarios de la instalación y las indicaciones del personal del Ayuntamiento de Elche, y se aceptará el Reglamento deportivo público.
- 8. Sugerencias y reclamaciones.** Cada instalación dispone de hojas de sugerencias y reclamaciones. Si no pudieran facilitarse, puede presentarse un escrito en la OMAC o por sede electrónica, que se responderá en los plazos establecidos.
- 9. Revisión médica.** Antes de iniciar cualquier actividad física se recomienda una revisión médica que valore la condición física de la persona y le permita practicarla sin riesgo.

Condiciones específicas

PRECIOS PÚBLICOS

PRECIO POR SESIÓN		PRECIO DEL CURSO	
Natación infantil	2,25 €	Bebés	40,60 €
Natación adultos	2,75 €	Natación temprana	40,60 €
Aquagym	2,75 €	Natación embarazadas	40,60 €
Aquagym Salud	2,75 €	Tercera edad	Exento
Natación avanzada	3,65 €		

Tarjeta de usuario: 1,55 € de expedición, en taquilla. **Descuentos del 25 % y 50 %:** previa acreditación.

CÓMO INSCRIBIRSE

Máquinas expendedoras

En las piscinas cubiertas de Esperanza Lag, Pla y Carrús: introduzca usuario y contraseña, seleccione *Actividades acuáticas* y pulse *Inscripciones en clase*.

Por internet

En www.elche.es/deportes, apartado *Gestión de usuarios*: introduzca usuario y contraseña, seleccione *Actividades acuáticas* y pulse *Inscripciones en clase*.

¿Sin credenciales activas? Solicítelas en el control de acceso (taquilla) de cualquier piscina cubierta o regístrese en www.elche.es/deportes.

- **Descuentos.** Para familia numerosa, especial o monoparental. Solo se aplican si se han acreditado en taquilla antes de la inscripción.
- **Plazos y cambios de clase.** El plazo para inscribirse o cambiar de clase termina el miércoles anterior al inicio de cada periodo. Los cambios se solicitan a gestionpiscinas@elche.es.
- **Vestimenta.** Bañador homologado, chanclas y gorro de natación. Se recomiendan gafas de agua en natación de adultos e infantil. No se permite entrar al agua con ropa salvo autorización expresa.
- **Al terminar la sesión.** Se debe salir del vaso y dirigirse a los vestuarios; no está permitido quedarse en el agua para continuar con otros servicios.
- **Vestuarios en horario infantil.** No se permite el acceso de personas adultas a los vestuarios infantiles, salvo autorización expresa de la Concejalía de Deportes y los tutores/as de bebés y natación temprana.

¿En qué consiste cada curso?

6 – 36

MESES

Bebés

Familiarización con el agua a través del juego.

El bebé entra en el vaso con su tutor/a legal, lo que refuerza el vínculo afectivo, la confianza en el medio acuático y la estimulación motriz.

3 – 5

AÑOS

Natación temprana

Primeros pasos en el agua, jugando.

Para mayores de 3 y menores de 5 años: juegos para ganar confianza, flotar, respirar y desplazarse. El tutor/a acompaña en el vestuario hasta que el monitor/a recoge al niño/a en la playa de la piscina.

5 – 14

AÑOS

Natación infantil

Aprender a nadar con seguridad.

Aprendizaje progresivo de los estilos de natación según el nivel de cada grupo. Los niños y niñas deben ser autónomos en el vestuario.

NORMAS DE BEBÉS Y NATACIÓN TEMPRANA

Bebés

- No se recomienda traer carritos; si es necesario, se dejarán en la zona habilitada.
- Solo un adulto por bebé en el vestuario.
- Se recomienda venir ya cambiados de casa.
- No se permite acceder con calzado de calle.
- Gorro de tela (tipo piscina) obligatorio para bebé y adulto.
- Bañador-pañal obligatorio.
- No se permite usar el móvil durante la clase, salvo urgencias.
- Ante cualquier accidente o suciedad (pañal, vómito...), avise de inmediato al personal para su limpieza y desinfección.

Natación temprana

- Solo un adulto por niño/a en el vestuario.
- Se recomienda venir ya cambiados de casa.
- El adulto acompaña al niño/a hasta la salida a la playa de la piscina.
- Gorro de tela o silicona (tipo piscina) obligatorio para el niño/a.
- Bañador-pañal obligatorio si aún no controla esfínteres.

¿En qué consiste cada curso?

DE 15 A 65 AÑOS

Natación adultos

Nadar mejor, a cualquier nivel.

Aprendizaje y mejora de la técnica de nado, desde la iniciación hasta el perfeccionamiento, a la vez que se mejora la condición física general.

NIVEL MEDIO-ALTO

Natación avanzada

Entrenamiento para nadadores con buen nivel.

Perfeccionamiento técnico de los estilos, resistencia y ritmo.

A tener en cuenta: El primer día se realiza una prueba de nivel; si no se alcanzan las capacidades mínimas, se deriva a un curso de iniciación.

MUJERES GESTANTES

Natación embarazadas

Bienestar en el agua durante el embarazo.

Ejercicio suave y adaptado que ayuda a aliviar molestias y a mejorar la movilidad y la respiración.

A tener en cuenta: Se recomienda consultar previamente con su profesional sanitario.

PERSONAS ADULTAS

Aquagym

Ejercicio al ritmo de la música.

Actividad aeróbica que combina tonificación, resistencia y movilidad con bajo impacto sobre las articulaciones.

A tener en cuenta: Se imparte en vaso grande (profundo) y en vaso pequeño, alternando cada día de la semana.

SUPERVISIÓN ESPECÍFICA

Aquagym Salud

Ejercicio adaptado y supervisado.

Para personas sin habilidades acuáticas y con necesidad de supervisión específica, en un entorno seguro y de poca profundidad.

A tener en cuenta: Se imparte siempre en vaso pequeño (no profundo), ambos días.

65 AÑOS O MÁS · GRATUITO

Tercera edad

Mantenerse activo en el agua.

Condición física y habilidades acuáticas. Curso trimestral de un día a la semana. Exento de tasa.

Requisitos: 65 años cumplidos, tarjeta dorada y saber desplazarse sin material de flotación en piscina profunda. Inscripción tras prueba previa con los monitores socorristas.