



## NATACIÓ

PRENADONS	de 12 a 24 mesos	dijous de 16.45 a 17.30 h	dissabtes de 10.30 a 11.15 h	
NADONS	de 24 a 36 mesos	dilluns o dijous de 17.30 a 18.15 h	dissabtes de 10.30 a 11.15 h	
PREINFANTILSA	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h	divendres de 18 a 18.50 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h
PREINFANTILS B	de 5 a 7 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h	divendres de 18 a 18.50 h o de 19 a 19.50 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h
INFANTILS	de 8 a 12 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h	divendres de 19 a 19.50 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h
JUVENILS	de 13 a 17 anys	dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h		
ADULTS	a partir de 18 anys	dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h o de 19.30 a 20.20 h		

## NATACIÓ ADAPTADA

a partir de 12 mesos	dissabtes d'11.30 a 14.45 h			
----------------------	-----------------------------	--	--	--

## AQUAGIM

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 8.30 a 9.20 h, de 9.30 a 10.20 h, de 15.30 a 16.20 h o de 20.30 a 21.20 h	dilluns i dimecres de 10.30 a 11.20 h	divendres de 9.30 a 10.20 h	
---------------------	---	---------------------------------------	-----------------------------	--

## AQUAZUMBA

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 15.30 a 16.20 h			
---------------------	---------------------------------------	--	--	--

## AQUAFITNESS

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h			
---------------------	-------------------------------------	--	--	--

## AQUAFIT

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 13.30 a 14.20 h			
---------------------	---------------------------------------	--	--	--

## AQUACROSS

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 20.30 a 21.20 h			
---------------------	---------------------------------------	--	--	--

## AQUAGAC

a partir de 13 anys	divendres de 15.30 a 16.20 h			
---------------------	------------------------------	--	--	--

## AQUASALUT

a partir de 13 anys	divendres de 9.30 a 10.20 h			
---------------------	-----------------------------	--	--	--

## NATACIÓ CORRECTIVA "FIBROMIALGIA"

a partir de 13 anys	dimarts de 11.30 a 12.20	divendres de 12.30 a 13.20 h		
---------------------	--------------------------	------------------------------	--	--



**PMET** Patronat Municipal d'Esports de Tarragona

## ACTIVITATS AQUÀTIQUES

A les piscines municipals

OCTUBRE-DESEMBRE 2016

### "LA XARXA ESPORTIVA DE LA CIUTAT"

#### DURADA

Del 3 d'octubre al 23 de desembre

#### INSCRIPCIONS ABONATS

Inscripcions de l'1 al 7 d'agost  
Publicació sorteig el 9 d'agost  
Pagament del 10 al 14 d'agost

#### EMPADRONATS A TARRAGONA

Inscripcions del 16 al 21 d'agost  
Publicació sorteig el 23 d'agost  
Pagament del 24 al 28 d'agost

#### PLACES VACANTS

A partir de l'1 de setembre

#### INFORMACIÓ

Esports.tarragona.cat  
www.facebook.com/tgnesports  
977 550 299



## PREUS CURSOS

NADONS (1 dia)	66,00 € /no abonats
PRE+INFANTILS (1 dia)	42,90 € /no abonats
JUVENILS (1 dia)	48,60 € / no abonats
JUVENILS (2 dies)	87,90 € / no abonats
ADULTS (2 dies)	87,90 € /no abonats
ADULTS TECNIFICACIÓ (2 dies)	87,90 € /no abonats
ACTIVITAT DIRIGIDA (1 dia)	34,50 € /no abonats
ACTIVITAT DIRIGIDA (2 dies)	63,00 € / no abonats
NATACIÓ CORRECTIVA "FIBROMIALGIA"	29,40 € / no abonats
AQUASALUT	Gratuïta per a tots els abonats

Descomptes abonats piscina -25%, abonats PMET i fitness -50%

# PISCINA MUNICIPAL DE BONAVISTA

## » NATACIÓ

PRENADONS	de 12 a 24 mesos	dimecres de 17.15 a 18.00 h	
NADONS	de 24 a 36 mesos	dimecres de 17.15 a 18.00 h	
PREINFANTILSA	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h	divendres de 17.20 a 18.10 h o de 18.10 a 19 h
PREINFANTILS B	de 5 a 7 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h	divendres de 17.20 a 18.10 h o de 18.10 a 19 h
INFANTILS	de 8 a 12 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h	divendres de 18.10 a 19 h
ADULTS	a partir de 18 anys	dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h	

## » NATACIÓ ADAPTADA

a partir de 12 mesos	dissabtes de 9.45 a 13.30 h	
----------------------	-----------------------------	--

## » AQUAGIM

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h o de 19 a 19.50 h	dilluns i dimecres de 20 a 20.50 h
---------------------	--	------------------------------------

## » AQUAZUMBA

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h	
---------------------	------------------------------------	--

## » AQUAFITNESS

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 20 a 20.50 h	
---------------------	----------------------------------	--

## » AQUAGAC

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 15.30 a 16.20 h	
---------------------	-------------------------------------	--

## » AQUASALUT

a partir de 13 anys	divendres de 10.30 a 11.20 h	
---------------------	------------------------------	--

# PISCINA MUNICIPAL DE RIUCLAR

## » NATACIÓ

PRENADONS	de 12 a 24 mesos	dissabtes d'11.30 a 12.15 h		
NADONS	de 24 a 36 mesos	dissabtes d'11.30 a 12.15 h		
PREINFANTILSA	de 3 a 5 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h	divendres de 17.30 a 18.20 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h
PREINFANTILS B	de 5 a 7 anys	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18.30 a 19.20 h	divendres de 17.30 a 18.20 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h
INFANTILS	de 8 a 12 anys	divendres de 17.30 a 18.20 h	dilluns o dimecres de 18.30 a 19.20 h	dissabtes de 9.30 a 10.20 h o de 10.30 a 11.20 h

## » TECNIFICACIÓ

a partir de 18 anys	dimarts i dijous de 19.30 a 20.20 h	
---------------------	-------------------------------------	--

## » AQUAGIM

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h	dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h o de 15.30 a 16.20 h
---------------------	--------------------------------------	---

## » AQUAZUMBA

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 15.30 a 16.20 h	
---------------------	---------------------------------------	--

## » AQUAFIT

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 19.30 a 20.20 h	
---------------------	---------------------------------------	--

# PISCINA MUNICIPAL DE SANT PERE I SANT PAU

## » NATACIÓ

PRENADONS	de 12 a 24 mesos	dissabtes de 9.30 a 10.15 h o d'11.15 a 12 h	
NADONS	de 24 a 36 mesos	dissabtes de 9.30 a 10.15 h o d'11.15 a 12 h	
PREINFANTILSA	de 3 a 5 anys	dissabtes de 10.20 a 11.10 h o de 12.10 a 13 h	dilluns, dimarts, dimecres, dijous o divendres de 18 a 18.50 h
PREINFANTILS B	de 5 a 7 anys	dissabtes de 10.20 a 11.10 h o de 12.10 a 13 h	dilluns, dimarts, dimecres, dijous o divendres de 18 a 18.50 h Divendres de 19 a 19.50 h
INFANTILS	de 8 a 12 anys	dissabtes de 10.20 a 11.10 h	dilluns, dimarts, dimecres o dijous de 18 a 18.50 h divendres de 19 a 19.50 h
JUVENILS	de 13 a 17 anys	divendres de 20 a 20.50 h	
ADULTS	a partir de 18 anys	dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h	

## » TECNIFICACIÓ

a partir de 18 anys	dimarts i dijous de 20 a 20.50 h	
---------------------	----------------------------------	--

## » AQUAGIM

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres o dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h	dimarts i dijous de 15.30 a 16.20 h o de 19 a 19.50 h
---------------------	---	---

## » AQUATERÀPIA

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 8.30 a 9.20 h	
---------------------	-----------------------------------	--

## » AQUASPINNING

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h, de 10.30 a 11.20 h, de 15.30 a 16.20 h, de 19 a 19.50 h o de 20 a 20.50 h	dilluns i dimecres de 15.30 a 16.20 h, de 19 a 19.50 h o de 20 a 20.50 h
---------------------	---	--

## » AQUAGAC

a partir de 13 anys	dimarts i dijous de 10.30 a 11.20 h.	dilluns i dimecres de 19 a 19.50 h
---------------------	--------------------------------------	------------------------------------

## » AQUAFIT

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 15.30 a 16.20 h o de 20 a 20.50 h	
---------------------	---	--

# PISCINA MUNICIPAL DE SANT SALVADOR

## » NATACIÓ

PRENADONS	de 12 a 24 mesos	dissabtes de 9.45 a 10.30 h		
NADONS	de 24 a 36 mesos	dissabtes de 9.45 a 10.30 h		
PREINFANTILSA	de 3 a 5 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h	dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h	dissabtes de 10.30 a 11.20 h o d'11.30 a 12.20 h
PREINFANTILS B	de 5 a 7 anys	dilluns o dimecres de 18 a 18.50 h	dimarts, dijous o divendres de 17.30 a 18.20 h	dissabtes de 10.30 a 11.20 h o d'11.30 a 12.20 h
INFANTILS	de 8 a 12 anys	divendres de 17.30 a 18.20 h	dissabtes de 10.30 a 11.20 h	

## » AQUAGIM

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 9.30 a 10.20 h	dimarts i dijous de 9.30 a 10.20 h o de 18.30 a 19.20 h
---------------------	--------------------------------------	---

## » AQUAGAC

a partir de 13 anys	divendres de 18.30 a 19.20 h	
---------------------	------------------------------	--

## » AQUAFIT

a partir de 13 anys	dilluns i dimecres de 19 a 19.20 h	
---------------------	------------------------------------	--