

## Condições da *Natação Pais e Filhos*



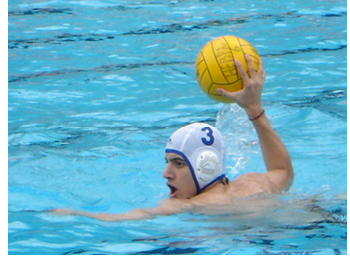
- Horário: 16h00 às 16h45 ao Sábado
- Modalidade indicada para crianças entre os 3-5 anos na fase de **Adaptação ao Meio Aquático** (1ª fase)
- Objectivo da modalidade: proporcionar momentos de interacção entre o adulto e a criança, num ambiente de aprendizagem das competências a adquirir na fase de **AMA**. Esta modalidade ajuda a criança a adaptar-se ao novo ambiente – Piscina – de forma a combater as barreiras que por vezes elas criam, pelo facto de terem de ficar “sozinhas” na aula. O adulto vai servir de adjuvante à integração e adaptação ao ambiente Piscina (quer ao sistema de aula com regras, quer à água, quer ao professor)
- O adulto tem de ser maior ( $\geq 18$  anos), não tem que ser do mesmo género da criança e não necessita de saber nadar
- Só o adulto que está inscrito é que pode frequentar as aulas (devido à situação do seguro)
- Limite para arranque: 6 (mínimo) - 12 (máximo) inscrições (por grupo)
- A Pessoa interessada efectua a inscrição sem pagamento, com entrega de toda a documentação pedida. Posteriormente é contactada, para ser informada do início das aulas. Quando se apresentar na primeira aula terá de regularizar o pagamento antes de entrar
- O valor da mensalidade é de 14,96€ (o par) – Inclui o seguro
- Documentação necessária: Fotocópia do B.I. e Cartão de contribuinte/C.C. do adulto; a fotocópia de um documento de identificação da criança (Boletim de Nascimento). Deverá preencher o Termo de Responsabilidade em como não tem nenhuma contra-indicação para a prática desportiva. Entregar duas fotografias (duas do adulto e duas da criança)
- Material necessário: Touca, chinelos e fato de banho de Piscina interior

## Condições da *Natação Sincronizada*



- Horário: 16h00 às 17h30 ao Sábado
- Modalidade direccionada para meninas dos 8-12 anos com as técnicas de crol e costas adquiridas (Requisito obrigatório para inscrição. Se necessário será feito um teste de diagnóstico)
- Objectivo da modalidade: Introdução à modalidade de natação - natação sincronizada. “Natação Sincronizada é uma disciplina da Natação onde são executadas diversas formas de movimentos, estilos, deslocamentos, figuras e/ou combinações entre estes, executados por uma ou mais nadadoras. Estas encontram-se sincronizadas umas com as outras e com o acompanhamento musical, de forma a obter um conjunto harmonioso e estético.” (fonte: [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt) )
- Limite para arranque: 8 (mínimo) – 12 (máximo) inscrições
- A Pessoa interessada efectua a inscrição sem pagamento, com entrega de toda a documentação pedida. Posteriormente é contactada, para ser informada do início das aulas. Quando se apresentar na primeira aula terá de regularizar o pagamento antes de entrar
- O valor da mensalidade é de 12,47€ - Inclui o seguro
- Documentação necessária: Fotocópia do B.I. e Cartão de contribuinte/C.C. do encarregado de educação; a fotocópia do B.I./C.C. da criança/jovem. Deverá preencher o Termo de Responsabilidade em como o seu educando não tem nenhuma contra-indicação para a prática desportiva. Entregar duas fotografias da criança/jovem
- Material necessário: Touca, chinelos e fato de banho de Piscina interior

## Condições do **Pólo-aquático**



- Horário: 17h45 às 19h15 ao Sábado
- Modalidade direccionada para meninos dos 8-15 anos com as técnicas de crol e costas adquiridas (Requisito obrigatório para inscrição. Se necessário será feito um teste de diagnóstico)
- Objectivo da modalidade: Introdução à modalidade de natação - pólo aquático – jogo colectivo com bola e balizas, no meio aquático.
- Limite para arranque: 10 (mínimo) – 14 (máximo) inscrições (por grupo)
- A Pessoa interessada efectua a inscrição sem pagamento, com entrega de toda a documentação pedida. Posteriormente é contactada, para ser informada do início das aulas. Quando se apresentar na primeira aula terá de regularizar o pagamento antes de entrar
- O valor da mensalidade é de 12,47€ para  $\leq 12$  anos e 14,96€ para  $\geq 13$  - Inclui o seguro
- Documentação necessária: Fotocópia do B.I. e Cartão de contribuinte/C.C. do encarregado de educação; a fotocópia do B.I./C.C. da criança/jovem. Deverá preencher o Termo de Responsabilidade em como o seu educando não tem nenhuma contra-indicação para a prática desportiva. Entregar duas fotografias da criança/jovem
- Material necessário: Touca, chinelos e fato de banho de Piscina interior