Tiburones (Natación juvenil)

La actividad de Natación Juvenil está diseñada para jóvenes de entre 13 y 17 años con conocimientos básicos del medio acuático. A través de sesiones dinámicas y progresivas, se trabajarán los principales estilos de natación, la mejora de la condición física y la adquisición de habilidades acuáticas. Además, se incorporarán juegos, retos y actividades grupales para fomentar el compañerismo, la diversión y la seguridad en el agua.

¿Qué vamos conseguir? - Objetivos

- Mejorar la técnica de los estilos de natación: crol, espalda, braza y mariposa.
- Desarrollar la resistencia cardiovascular y muscular en el medio acuático.
- Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación a través de actividades acuáticas grupales.
- Promover hábitos de vida saludables mediante la práctica deportiva regular.
- Incrementar la confianza y seguridad en el agua.

¿Qué hay que llevar?

- Bañador o traje de baño adecuado.
- Gorro de natación (obligatorio)
- Gafas de natación.
- Toalla y chanclas.
- Opcional: tapones para oídos y pinza nasal si la persona participante lo requiere.

Grupo	Día	Horario	Idioma
1	Miércoles	17.30 - 18.25	Castellano
Lugar: Piscina de natación			

Inicio del curso: 01/10/2025

Final del curso: 30/05/2026

Ayuntamiento del Valle de ARANGUREN
Ibarreko Udala

Inscripciones por teléfono: 012

https://aranguren.es