



Campus EASO VERANO 2.019

**WATERPOLO , NATACION Y
NATACION ARTISTICA**

; ANIMATE !

Información e Inscripciones: Oscar 662152864 / Sara : 630984300

EASO CAMPUS DE VERANO

Después de varios años dándole forma a este proyecto, y dada la demanda de nuestros estimados asociados, este año podemos anunciaros con gran ilusión que nace el **EASO CAMPUS DE VERANO**. De esta forma nuestros nadador@s y jugador@s podrán seguir con las actividades acuáticas durante el periodo estival. El objetivo es seguir practicando su deporte de una manera mas divertida de lo habitual, introduciendo nuevas actividades y técnicas; combinando los tres deportes acuáticos que se realizan en el club.

FECHAS:

Semana del 1 de julio al 5 de julio

Semana del 8 de julio al 12 de julio

Semana del 15 al 19 de julio

PROGRAMA:

9h00: Recepción y explicación del planning diario en la oficina del club.

9h30 a 10h30: Piscina, actividades para la mejora de la técnica de natación: salidas, virajes, remadas, tiros, desplazamientos, apneas, control corporal en el medio acuático....

10h30 a 10H45: Estiramientos en piscina y cambio de ropa y hamaiketako

11h-12h45: Talleres, actividades lúdicas y actividades específicas, (dependiendo del clima). Visualización de videos técnicos de las diferentes disciplinas, visualización de videos grabados en la parte técnica de piscina, mejora del conocimiento de los reglamentos y funcionamiento de las competiciones, taller de diseño, ...

12h45 -13h : Recogida en oficina, fin de actividad.

PRECIO:

Asociados del club natación Easo 65€/semana

No asociados al club natación Easo 75€/semana

REQUISITOS:

Material necesario obligatorio: Bañador, toalla, ropa para seco, chancletas, optativo gorro, gafas y pinza

Tener la kirol txartela, saber nadar, avisar de intolerancias, alergias, ...

INFORMACION E INSCRIPCIONES

Por teléfono Oscar 662152864, Sara 630984300