

ACTIVIDADES VERANO 2022

CNMM LOS ALCÁZARES

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

ESCUELA DE VELA Y PIRAGÜISMO DE VERANO CNMARMENOR

ESCUELA CONDICIÓN FÍSICA NÁUTICA PARA REGATISTAS FEDERADOS

LUGAR:

CLUB NÁUTICO MAR MENOR

DÍAS:

LUNES A VIERNES.

DEL 26 DE JUNIO AL 2 DE SEPTIEMBRE.

HORARIOS:

- **VELA:**

DE 10:00 A 14:00.

- **PIRAGÜISMO:** EN ESTOS MOMENTOS NO TENEMOS OFERTA

-

- **CONDICIÓN FÍSICA:**

De 9:30 a 13:30.

INSCRIPCIÓN:

- ENVIANDO UN CORREO A CNAUTICO@CNMARMENOR.ES Y EN COPIA VELA@CNMARMENOR.ES, CON:

- NOMBRE Y APELLIDOS

- SEMANA O SEMANAS EN LAS QUE QUIERE ASISTIR

- CONOCIMIENTOS PREVIOS DEL DEPORTE EN SI.

- SERÁ OBLIGATORIO SABER NADAR.

- EDAD MÍNIMA 5 AÑOS, EDAD MÁXIMA 15 AÑOS.

- IMPRESCINDIBLE PARA INICIAR LA ACTIVIDAD:

- GRUPO MÍNIMO: 6 ALUMNOS. 1 MONITOR.

- GRUPO MÁXIMO: 30 ALUMNOS. 3 MONITORES.

NECESITAN:

Crema solar, Gorra, Gafas de sol,
Escarpines, Camiseta de Lycra,
Bañador y algo de almuerzo +
agua.

PRECIOS:

- VELA y CONDICIÓN FÍSICA **SOCIOS 20% DTO.**

1 SEMANA	92€
2 SEMANAS	166€
3 SEMANAS	221€
4 SEMANAS	276€

NO SOCIOS

1 SEMANA :	115€
2 SEMANAS :	207€
3 SEMANAS	276€
4 SEMANAS	345€

- DESCUENTOS APLICADOS:

- Para socios y regatistas de los equipos de optimist A, B, C y D: 20% de descuento
- Segundo hijo: 5% de descuento; tercer hijo y en adelante: 10% de descuento.
- Para regatistas del club: curso de 1 semana (descuento del 50% en la cuota mensual del equipo de regatas), curso de 2 semanas o más (descuento del 100% en la cuota mensual del equipo de regatas)

TIPO DE ACTIVIDAD:

- Vela:

- Cursos de iniciación a la vela en barco de escuela tipo bita y gamba.
- Curso de perfeccionamiento a la vela en optimist y cadete.

- Piragüismo:

- Cursos de iniciación a la piragua en kayak y dragon boat.
- Cursos de perfeccionamiento al piragüismo en K1 y C1

- Condición Física:

- 1 sesión de preparación física de 1h 30min y 2 horas de multiactividad náutico deportiva (kayak, dragón, padel, vela crucero, vela ligera, buceo, juegos acuáticos, rutas náuticas, etc)

**Telefono de contacto: 968575129. Lunes a viernes de 9:00 a 16:00 y sábados de 9:00 a 14:00.*