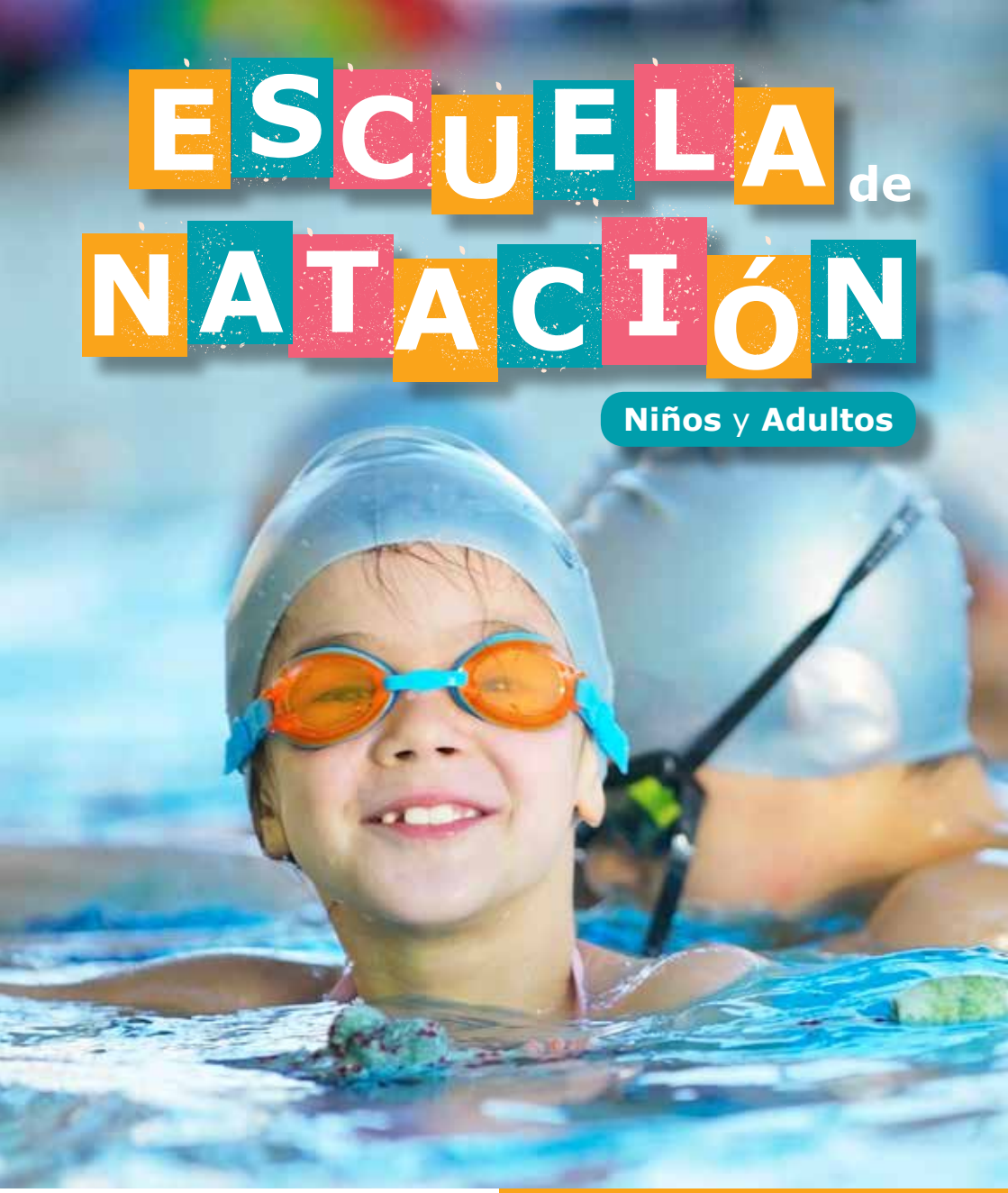
ESCUELA de NATACIÓN

Niños y Adultos



De **lunes** a **sábado**

Todas las **Edades**

Consulta los precios y horarios en:
www.colegiobase.com

COLEGIO BASE
Educación Infantil

Natación en Grupo | De 3 a 8 años

El niño disfruta del medio acuático aprendiendo a nadar y, al mismo tiempo, se relaciona a través del ejercicio físico en el agua. Los grupos se realizan trimestralmente atendiendo a la edad y según el nivel de cada alumno.

- **Duración:** una sesión semanal de 45 minutos en el agua, contratado trimestralmente.
- **Ratio:** 5 alumnos por profesor, agrupados por niveles.
- **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
- **Precio:** 198 €/trimestre.

Matronatación | De 3 a 36 meses

La conquista del medio acuático la realizan los bebés con sus padres, descubriendo sus posibilidades, mejorando su confianza y su control, tanto del cuerpo como del nuevo espacio. El objetivo es reforzar el vínculo de amor y confianza entre la madre/padre y el bebé.

- **Duración:** una sesión semanal de 45 minutos en el agua, contratado trimestralmente.
- **Ratio:** 6 familias por profesor.
- **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
- **Precio:** 210 €/trimestre.

Natación Embarazadas | Adultos

El agua es el medio ideal para que una embarazada haga el pre y el post parto. Mejora la salud física de la madre, manteniéndola activa, disminuyendo la ansiedad, reduciendo las molestias y ayudando a controlar el peso. La falta de gravedad reduce la sobrecarga en los músculos y articulaciones.

- **Duración:** una sesión semanal de 45 minutos en el agua.
- **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
- **Precio:** 59 €/mes.

Natación Individual | A partir de 6 meses

Los niños conquistan el medio acuático con facilidad, disfrutan y logran adquirir ciertas habilidades. Dentro de un ámbito lúdico y recreativo, se crean situaciones de juego donde no aprenden a nadar pero sí ayudan al desarrollo físico e intelectual del niño.

> **Duración:** veinte sesiones repartidas en dos o tres sesiones semanales de 30 minutos en el agua.
> **Ratio:** un alumno por profesor.
> **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
> **Precio:** 394 €.

Natación Terapéutica o Rehabilitación | Todas las edades

Es un programa individual en el medio acuático, de mejora de la salud para problemas motores. El ejercicio en el agua es complementario al tratamiento fisioterapéutico.

> **Duración:** veinte sesiones de 30 minutos en el agua, con una periodicidad recomendada por el médico.
> **Ratio:** un alumno por profesor.
> **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
> **Precio:** 394 €.

Aquagym | Adultos

Una divertida manera de realizar ejercicio y, sobre todo, sacarle partido y beneficios para tu cuerpo. Se trata de una modalidad que, como su nombre indica, se practica en el agua, y que combina el fitness con el medio acuático.

> **Duración:** dos sesiones semanales de 45 minutos en el agua.
> **Ratio:** mínimo 5 adultos.
> **Horario:** consultar en la secretaría del centro.
> **Precio:** 103 €/mes.

Salvia, 26 y 36 - 28109 (La Moraleja - Alcobendas)
Tlf. 91 625 04 99 - Fax. 91 650 39 48
ei.moraleja@colegiobase.com
www.colegiobase.com

COLEGIO BASE

EFQM
Recognised for excellence
5 star