



Natación

A partir de
3 años



Objetivos:

Mejorar la fuerza muscular, la resistencia muscular y la resistencia cardiovascular.

Potenciar la fuerza explosiva, de resistencia y máxima fuerza del agua con la finalidad de buscar una buena compensación corporal. Aumentar la capacidad física de la flexibilidad mediante tablas específicas.

Horario: De lunes a sábado.

Precio: ♦ 36€ dos horas/semana
♦ 26€ dos horas/semana

Abierto a alumnos externos.

Información: extraescolares@colegionovahispalis.com