



AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS 2024/2025

### BASES

#### 1. PREINSCRIPCIONES

- Entre los días **5 y 15 de septiembre**, ambos inclusive.

#### 2. FORMA DE PREINSCRIPCIÓN:

Los/as interesados/as en realizar la PREINSCRIPCIÓN deberán cumplimentar y entregar, presencialmente o por correo electrónico, el BOLETÍN DE PREINSCRIPCIÓN disponible en la Página Web del Ayuntamiento de Benavente ([t.ly/KuEp5](https://t.ly/KuEp5)), y en la Taquilla de la Piscina Municipal.

- a. Entrega presencial: Taquilla Piscina Municipal. De lunes a viernes de 10:00 a 20:00 horas.
- b. Entrega por correo electrónico: [actividadesdeportivas@benavente.es](mailto:actividadesdeportivas@benavente.es)

El día **18 de septiembre** se realizará un **SORTEO** en aquellas actividades en las que haya más inscritos que plazas. Dicho sorteo determinará tanto la adjudicación de las plazas como el orden de la reserva. En caso de que hubiera que reducir el número de plazas por actividad debido a posibles restricciones sanitarias, se tendría en cuenta el orden de dicho sorteo. El resultado se hará público en la página web del Ayuntamiento de Benavente el mismo día.

Publicado el resultado del sorteo y adjudicadas las plazas, se deberá **CONFIRMAR** asistencia al curso entre el 19 y el 24 de septiembre:

#### - POR CORREO ELECTRONICO:

En el correo electrónico [actividadesdeportivas@benavente.es](mailto:actividadesdeportivas@benavente.es) comunicando tanto la actividad para la que confirma la plaza como el nombre y apellidos del alumno/a para el que se confirma la misma. Además, habrá que especificar el día, hora y/o grupo en el que confirma la plaza, en caso de que haya salido beneficiario en más de uno. También deberán comunicar las renunciaciones a las plazas en las que haya salido beneficiario y que no vaya a utilizar.

#### - PRESENCIALMENTE:

Podrán confirmar la plaza acudiendo presencialmente a la Piscina Municipal, firmando en el documento que les será facilitado por los empleados municipales. También deberán firmar la renuncia de otras plazas en las que hayan sido beneficiarias, dado el caso.

En caso de que la persona interesada en el curso no pueda asistir presencialmente a los lugares y durante las horas indicadas, podrá delegar la firma mediante documento de delegación de firma, acompañado de copia del DNI del/la interesado/a.

La no confirmación de la plaza obtenida dentro del plazo establecido significará la pérdida de dicha plaza, siendo esta ofertada a la primera reserva.

En aquellos grupos que existan plazas libres, podrán realizarse inscripciones durante todo el curso. En todo caso, se abonará el pago de la cuota correspondiente (curso completo hasta enero y medio curso desde febrero).

#### 3. FORMA DE PAGO:

Una vez confirmada la plaza, se deberá abonar la cuota en metálico o a través de tarjeta bancaria en la taquilla de la Piscina Municipal, con fecha límite del **27 de septiembre**. Si una vez superada la fecha límite



## AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

no se hubiera realizado el pago, se entenderá como renuncia a la plaza obtenida y se ofertará a la primera reserva.

### 4. PERIODO DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS:

Las Actividades Acuáticas se realizarán desde el **1 de octubre de 2024 hasta el 30 de mayo de 2025**, rigiéndose por el Calendario de la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León y comunicándose con antelación los posibles cambios o suspensiones de las clases.

### 5. COMIENZO DE LA ACTIVIDAD:

El comienzo de las Actividades Acuáticas será el día que corresponda a la Actividad en la que esté inscrito, a partir del día **1 de octubre de 2024**.

Las actividades ofertadas estarán supeditadas a alcanzar un número mínimo de participantes y a que la actividad pueda desarrollarse de forma adecuada, por lo que las actividades podrían no iniciarse o suspenderse si no se cumple con alguno de los casos señalados.

### 6. DURACIÓN DE LAS ACTIVIDADES:

Las clases tendrán una duración de cuarenta y cinco minutos (45').

7. **PRIVACIONES:** El abandono del curso supone la pérdida total de la cuota abonada. Las ausencias reiteradas sin justificación, más de 3 faltas al mes, supondrán la pérdida de plaza.

8. **RENOVACIONES Y NUEVAS INSCRIPCIONES:** Las renovaciones se realizarán en la Taquilla de la Piscina Municipal. Dichas renovaciones deberán llevarse a cabo realizando el pago antes del **día 20** del mes anterior al comienzo del periodo renovado. En caso de no haber realizado el pago antes del **día 20**, se entenderá que se renuncia a la plaza y se avisará a las personas en reserva en riguroso orden, teniendo en cuenta el resultado del sorteo.

En caso de que siguieran quedando plazas libres, se admitirían nuevas inscripciones, que se llevarán a cabo, preferiblemente, entre el **día 20** del mes anterior y el final del mes. Los/as interesados/as podrán informarse de si existen plazas libres para nuevas inscripciones en el teléfono [980630294](tel:980630294).

Para formalizar la inscripción, se deberá rellenar el BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN disponible en la Página Web del Ayuntamiento de Benavente y en la Taquilla de la Piscina Municipal, pudiendo entregarlo presencialmente en la Taquilla de la Piscina Municipal o por correo electrónico ([actividadesdeportivas@benavente.es](mailto:actividadesdeportivas@benavente.es))

En todo caso, se abonará la cuota completa.

Las nuevas plazas se adjudicarán por riguroso orden de entrega del BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN.

9. **ACOMPAÑANTES:** Los alumnos menores de 6 años que acudan a los cursos de natación podrán ser acompañados a los vestuarios por una persona adulta, pero esta estará obligada a utilizar calzado específico de baño para acceder a los mismos. La estancia en la instalación deberá reducirse al mínimo tiempo posible. EN NINGUN CASO PODRAN ACCEDER AL VASO.

10. **ACEPTACIÓN:** La inscripción implica la aceptación de estas Bases, así como aquellos aspectos relativos a la protección de datos incluidos en el formulario de preinscripción o de inscripción.

11. **DEVOLUCIONES O ANULACIONES DE LIQUIDACIONES:** Una vez realizado el pago, no corresponde devolución del importe abonado, procediendo devolución, solamente por causas imputables al Ayuntamiento, como suspensión de clases, cierre de instalaciones, etc. Se devolvería el importe proporcional al número de clases afectadas. Para lo cual, se deberá realizar en el Ayuntamiento de



## AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

Benavente solicitud de devolución por parte del interesado afectado a través del modelo existente a tal efecto. Igualmente, no se procederá a anular liquidaciones generadas si no es debido a causas imputables al Ayuntamiento.

**La Concejalía de Deportes se reserva el derecho de cambiar, modificar y/o alterar la composición del profesorado, la organización, las fechas y horarios de las distintas actividades en función de las necesidades y/o para el mejor desarrollo de las mismas.**

*La temperatura del agua estará comprendida entre 24 y 30 grados centígrados de acuerdo con el Real Decreto 742/2013, de 27 de septiembre, por el que se establecen los criterios técnico-sanitarios de las piscinas.*

El Ayuntamiento de Benavente, **RECOMIENDA:**

- *El uso de calzado específico para piscinas: chanclas o similar, gafas de natación y toalla o similar, pudiéndose utilizar también tapones para los oídos; recordando que el uso del gorro de baño es obligatorio.*
- *Hacerse un reconocimiento médico que permita conocer el estado de salud, antes de iniciar cualquier actividad física.*

**ES OBLIGATORIO SEGUIR LAS INSTRUCCIONES E INDICACIONES DEL PERSONAL MUNICIPAL ENCARGADO DE LA INSTALACIÓN**

### CUOTAS

#### Actividades Mensuales

		Oct, Nov, Feb, Mar, Abr y/o May	Dic	Ene
NAT. EMBARAZADAS	2 Días/Semana	25 €/Mes	17 €/Mes	20 €/Mes
NAT. BEBÉS	2 Días/Semana	25 €/Mes	17 €/Mes	20 €/Mes
	1 Día/Semana	12 €/Mes	9 €/Mes	10 €/Mes
NAT. ADULTOS	2 Días/Semana	25 €/Mes	17 €/Mes	20 €/Mes
ACUAGYM	2 Días/Semana	25 €/Mes	17 €/Mes	20 €/Mes
	3 Días/Semana	33 €/Mes	23 €/Mes	28 €/Mes

#### Actividades Bimestrales

		Oct-Nov / Feb-Mar / Abr-May	Dic-Ene
NAT. PREESCOLAR	2 Días/Semana	30 €/Bimestre	24 €/Bimestre
NAT. INFANTIL	2 Días/Semana	30 €/Bimestre	24 €/Bimestre

#### Actividades Cuatrimestrales

		Octubre a Enero	Febrero a Mayo
NAT. 3ª EDAD	2 Días/Semana	35 €/Cuatrimestre	35 €/Cuatrimestre
	3 Días/Semana	47 €/Cuatrimestre	47 €/Cuatrimestre
NAT. ESPECIAL	1 Día/Semana	43 €/Temporada	



AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

## NATACIÓN BEBÉS

**EDAD:** 8 a 35 meses (en el momento de realizar la matrícula). Será necesario justificarlo

**GRUPOS:** Adaptación

**DÍAS Y HORAS:** Lunes y Miércoles de 11:15 a 12:00 h

Martes y Jueves de 9:45 a 10:30 h y de 11:15 a 12:00 h

Viernes de 11:15 a 12:00 h, de 17:15 a 18:00 h y de 18:00 a 18:45 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Mensual

**OBSERVACIONES:** *La actividad se desarrollará con un adulto del entorno del Bebé. El bebé deberá tener los 8 meses cumplidos. La natación en familia desde los primeros meses de vida ayuda a reforzar el vínculo materno y paterno filial, además del desarrollo psicomotor y de la personalidad, y aumenta la capacidad pulmonar. El bebé aprende a escuchar, a observar, se despiertan sus reflejos innatos. Los ejercicios (agarres, desplazamientos, inmersiones, lanzamientos, giros...) realizados por los padres le ayudan a relajarse, y a ganar seguridad y confianza con el medio acuático. Se recomienda que participen ambos progenitores, para que ambos aprendan los ejercicios que se van haciendo.*

## NATACIÓN EMBARAZADAS

**EDAD:** Natación para embarazadas

**GRUPOS:** Único

**DÍAS Y HORAS:** Lunes y Miércoles de 9:45 a 10:30 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Mensual

**OBSERVACIONES:** *El medio acuático favorece la relajación, estimula la respiración, ofrece una resistencia suave y adecuada para las ejercitaciones de la musculatura específica, relaja las zonas más sobrecargadas durante el embarazo, ayuda a controlar el peso, a sentirte ágil y activa y crea condiciones de placer y bienestar psicológico y físico, propiciando que el parto y el postparto se viva en las mejores condiciones.*

## NATACIÓN PREESCOLAR

**EDAD:** 3, 4 y 5 años (nacidos/as en el 2021, 2020 y 2019) Será necesario justificarlo

**GRUPOS:** Familiarización e Iniciación

**DÍAS Y HORAS:** Lunes y Miércoles 17:15 a 18:00 h y 18:00 a 18:45 h

Martes y Jueves de 17:15 a 18:00 h y de 18:00 a 18:45 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Bimestral (2 meses)

**OBSERVACIONES:** *Aprender a nadar debe ser una prioridad para todas las familias. La natación mejora la coordinación, el equilibrio, la flexibilidad, la agilidad, la velocidad y la fuerza muscular, además previene la obesidad, aumenta la capacidad cardíaca y respiratoria. El primer día de clase se realizará una prueba de nivel, para posteriormente establecer los grupos y asignar Monitor-a.*



AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

## NATACIÓN INFANTIL

**EDAD:** 6 a 14 años (nacidos desde el 2018 al 2010)

Los nacidos en el 2018 deberán justificarlo

**GRUPOS:** Iniciación y Perfeccionamiento

**DÍAS Y HORAS:** **Iniciación** (no saben nadar)

Lunes y Miércoles de 18:00 a 18:45 h

Martes y Jueves de 18:00 a 18:45 h

**Perfeccionamiento** (si saben nadar)

Lunes y Miércoles de 18:45 a 19:30 h

Martes y Jueves de 18:45 a 19:30 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Bimestral (2 meses)

**OBSERVACIONES:** *Mejora la flexibilidad, coordinación, agilidad, velocidad y fuerza muscular. Saber nadar puede favorecer la socialización y la solidaridad. El primer día de clase se realizará una prueba de nivel, para posteriormente establecer los grupos y asignar Monitor-a.*

## ACUAGYM

**EDAD:** A partir de 15 años (nacidos en el 2009 y mayores)

**GRUPOS:** 5 Grupos

**DÍAS Y HORAS:** Lunes, Miércoles y Viernes de 10:30 a 11:15 h

Martes y Jueves de 08:15 a 09:00 h, de 09:00 a 09:45 h y de 09:45 a 10:30 h

Lunes y Miércoles de 19:30 a 20:15 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Mensual

**OBSERVACIONES:**

*Actividad recreativa que consta de ejercicios realizados en la piscina, utilizando la resistencia del agua para el desarrollo corporal, siendo muy completa con un pleno estímulo cardiovascular y desarrollo de tonicidad muscular.*

*Dadas las características de la pileta es recomendable saber nadar.*



AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE

## NATACIÓN ADULTOS

**EDAD:** 15 a 59 años (nacidos desde el 2009 a 1965)

**GRUPOS:** Iniciación y Perfeccionamiento

**DÍAS Y HORAS:** **Iniciación** (no saben nadar)

Lunes y Miércoles: a las 09:00 h, a las 11:15 h y a las 20:15 h

Martes y Jueves: a las 20:15 h

**Perfeccionamiento** (si saben nadar)

Lunes y Miércoles: a las 08:15 h, a las 09:00 h y a las 20:15 h

Martes y Jueves: a las 11:15 h y a las 20:15 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Mensual

**OBSERVACIONES:** *El adulto que practica natación, se va a mantener en forma, tendrá una mayor resistencia frente a las enfermedades gracias a la mejora sustancial de su sistema inmunitario, mejorará su sistema digestivo, respirará mejor, previene la obesidad y baja el colesterol, aumenta la capacidad cardíaca y respiratoria, tendrá una mayor elasticidad, se moverá mejor a lo largo del día.*

## NATACIÓN TERCERA EDAD

**EDAD:** 60 años en adelante (nacidos desde el 1964 y anteriores) y jubilados/as

**GRUPOS:** Iniciación, Perfeccionamiento y Mantenimiento

**DÍAS Y HORAS:** Lunes, Miércoles y Viernes de 09:45 a 10:30 h y de 10:30 a 11:15 h

Martes y Jueves de 09:45 a 10:30 h y de 10:30 a 11:15 h

Lunes y Miércoles de 11:15 a 12:00 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Cuatrimestral (4 meses)

**OBSERVACIONES:** Los jubilados-as menores de 60 años deberán justificarlo.

*La natación en personas mayores, está indicada para prevenir el desgaste o la aparición de lesiones, también es ideal para los que padecen diferentes problemas como puede ser el desgaste. Permite fortalecer el corazón y regular la presión arterial, logrando de esta forma que, con tan sólo acudir a unas pocas sesiones, la persona observará que efectivamente se encuentra mejor y más fuerte a lo largo del día, notará que se reduce la sensación de cansancio, algo que es importante recordar que siempre hay que consultar antes con el médico.*



**AYUNTAMIENTO DE BENAVENTE**

## **NATACIÓN ESPECIAL**

**EDAD:** De 6 a 14 años (nacidos desde el 2018 a 2010)

**GRUPOS:** Los grupos estarán integrados por 2 alumnos

**DÍAS Y HORAS:** Viernes desde las 18:00 h

**PERIODICIDAD:** La Actividad será Anual (Toda la Temporada)

**OBSERVACIONES:** *Las personas con necesidades especiales pueden beneficiarse mucho de la natación. Este es un deporte muy completo que involucra el sistema motor y psicomotor. De este modo, pueden ejercitar los músculos, los ligamentos, los tendones y las articulaciones. Las horas se distribuirán con el monitor en función de las edades y de las respuestas motrices del alumno-a.*