

NADO LIBRE: Requisito fundamental nadar crol correctamente (brazada, patada, respiración). Podrá inscribir 2 sesiones a la semana, una sesión de lunes a jueves, la otra sesión viernes o sábado. Ideal para aquellas persona que desean hacer volumen de trabajo (nadar de forma continua) Si requieren asesoramiento de como entrenar en todos los horarios habrá un profesor asignado para orientarlo

NIVEL CERO: Quien le tiene temor a la piscina, que al ingresar no se anima a soltarse del borde, le recomendamos inscribirse en este nivel. Aquí aprenderá a flotar, propulsión, a respirar , traslados en distintas posiciones,etc.

NIVEL 1: Ideal para iniciar el aprendizaje a la natación .Puede inscribir este nivel quien al ingresar a la piscina puede caminar libremente dentro de la misma (la profundidad de toda la piscina es de 1.40m.) En este nivel aprenderá estilo crol y espalda, entrada al agua como flecha, etc.

NIVEL 2: Este nivel es ideal para aquella persona que alguna vez hizo un curso de natación, que domina los estilos crol y espalda. En este nivel aprenderá los estilos pecho y mariposa, vuelta simple, etc.