



La Ràpita
Esports

ACTIVITATS D'ESTIU A PARTIR DEL 25 DE JUNY

ESTIU 2026

PISCINA MUNICIPAL

PERFECTES PER A TOTA LA FAMÍLIA!



ESCOLA DE NATACIÓ PER A NENS/ES

Cursos de 50 minuts de duració perquè nens/ es de 3 a 14 anys aprenguin, millorin o bé practiquin la natació sota la supervisió d'un monitor/ a. Jocs esportius, sessions tècniques i molt més t'hi espera!

HORARIS:

- de dilluns a divendres de:
1r torn: 8:40 a 9:30 h.
2n torn: 11:10 a 12 h.

INSCRIPCIONS a partir del 8 de juny!



ACTIVITATS DIRIGIDES A L'AIGUA

Segueix en plena forma a l'estiu amb les següents modalitats:

- **AQUAGYM:** condicionament físic de to el cos al ritme de la música.
Dilluns, dimecres i divendres: 7 a 7:50 h.
Dimarts i dijous: 7:50 a 8:40 h.
- **GYM D'OR:** activitat adaptada per la millora de la condició física bàsica.
Dilluns, dimecres i divendres: 7:50 a 8:40 h.
- **AQUATONE:** combinació perfecta per guanyar força, tonificar i millorar la tolerància als esforços.
Dimarts: 7 a 7:50 h.
Dijous: 7:50 a 8:40 h.



ESCOLA DE NATACIÓ PER A ADULTS

Programes d'ensenyament dirigits per monitor/ a perquè complexis els teus objectius personals!

HORARIS:

- Dilluns, dimecres i divendres:
1r torn: 7 a 7:50 h.
2n torn: 7:50 a 8:40 h.

INSCRIPCIONS a partir del 8 de juny!



NATACIÓ LLIURE

Continua practicant natació a l'estiu per seguir en forma! Podràs gaudir de carrils adients perquè puguis practicar aquesta activitat que tants beneficis aporta.

HORARIS:

- Dilluns a divendres de 7 a 20 hores.
- Dissabtes i diumenges de 10 a 20 h.



Dilluns a divendres de 7 a 20 hores
Dissabtes i diumenges de 10 a 20 hores

PER A MÉS INFORMACIÓ

 Parc de Garbí, s/n
LA RÀPITA



690 904 162



Esports La Ràpita