



## TEMPORADA 2020/2021

### HORARIOS ENTRENAMIENTO NATACIÓN

TODOS LOS GRUPOS EMPEZARÁN A PARTIR DEL DÍA 1 DE SEPTIEMBRE

Los entrenamientos en Seco no empezarán hasta que avisen los entrenadores

#### MUY IMPORTANTE

HASTA NUEVO AVISO LA ENTRADA Y SALIDA DE LA INSTALACIÓN SE HARÁ POR LA RAMPA LATERAL DE LA INSTALACIÓN.

SE DEBERÁN RESPETAR AL MÁXIMO LAS NORMAS DE UTILIZACIÓN COVID19 IMPLANTADAS POR EL AYUNTAMIENTO EN LA INSTALACIÓN.

CUALQUIER NADADOR/A QUE A JUICIO DE LOS ENTRENADORES Y ANTE LA DUDA PRESENTE ALGÚN SINTOMA RELACIONADO CON EL COVID19 DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS SERÁ APARTADO DE INMEDIATO Y SE AVISARÁ A SUS PADRES O TUTORES.

GRUPOS	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS DE LA SEMANA	HORARIO
GRUPO 1	Niños: 2013 y posteriores Niñas: 2013 y posteriores	Lunes - Martes - Jueves (escoger 2 días de esos 3)	17:00 - 18:00
GRUPO 2	Niños: 2012 Niñas: 2012	Lunes - Miércoles – Viernes	16:00 - 17:00

	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS DE AGUA	HORARIO DE AGUA
	Niños: 2010 y 2011	Lunes - Martes - Miércoles - Jueves - Viernes (escoger 4 días)	18:00 – 19:00
GRUPO 3	<b>Días de Seco</b>		<b>Horario de Seco</b>
	-Lunes en el Gimnasio -Miércoles y Jueves en la Piscina *escoger 2 días de los 3.		Lunes: 17:00 – 18:00 Miércoles y Jueves: 19:05 – 19:30

GRUPO 4	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS DE AGUA	HORARIO DE AGUA
	Niños: 2009 Niñas: 2010 y 2011	Lunes - Martes - Miércoles - Jueves - Viernes	18:00 – 19:00
	Días de Seco		Horario de Seco
	-Lunes en el Gimnasio –Miércoles y Jueves en la Piscina *escoger 2 días de los 3	Lunes: 17:00 – 18:00 Miércoles y Jueves: 19:05 – 19:30	

GRUPO 5	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS DE AGUA	HORARIO DE AGUA
	Niños: 2007 y 2008 Niñas: 2008 y 2009	Lunes - Martes - Miércoles - Jueves - Viernes	19:00 – 20:30
	Días de Seco (Gimnasio)		Horario de Seco
	Martes - Miércoles - Jueves - Viernes *escoger 3 días	20:30 – 21.30	

GRUPO 6	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS DE AGUA	HORARIO DE AGUA
	Niños: 2006 y anteriores. Niñas: 2007 y anteriores.	Lunes - Martes - Miércoles - Jueves – Viernes *Sábados (empezamos en Octubre)	15:50 – 18:00 *Sábados 10:00 - 12.15
	Días de Seco (Gimnasio)		Horario de Seco
	Martes - Miércoles - Jueves - Viernes	18:00 – 19:00	

\*Este grupo del día 1 al 4 de Septiembre, ambos incluidos, los entrenamientos serán de 10:30 a 14:00.

## **HORARIOS ENTRENAMIENTO ESCUELA DE NATACIÓN SINCRONIZADA**

### **LOS GRUPOS EMPEZARÁN A PATIR DEL DÍA 1 DE SEPTIEMBRE**

\*Todas las nadadoras deberán hacer a mayores como mínimo un entrenamiento a la semana de **agua y seco** con el grupo de natación correspondiente a su año de nacimiento. **Los entrenamientos en Seco no empezarán hasta que avisen los entrenadores de natación.**

### **MUY IMPORTANTE**

HASTA NUEVO AVISO LA ENTRADA Y SALIDA DE LA INSTALACIÓN SE HARÁ POR LA RAMPA LATERAL DE LA INSTALACIÓN.

SE DEBERÁN RESPETAR AL MÁXIMO LAS NORMAS DE UTILIZACIÓN COVID19 IMPLANTADAS POR EL AYUNTAMIENTO EN LA INSTALACIÓN.

CUALQUIER NADADOR/A QUE A JUICIO DE LOS ENTRENADORES Y ANTE LA DUDA PRESENTE ALGÚN SINTOMA RELACIONADO CON EL COVID19 DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS SERÁ APARTADO DE INMEDIATO Y SE AVISARÁ A SUS PADRES O TUTORES.

### **GRUPO ESCUELA 1 MIÉRCOLES DE 16:00 – 17:00 Y SÁBADOS DE 10:00 – 11:00**

ANTIA DIAZ

AINHOA CASTRO

SOFIA MARTINEZ

NEREA FERNANDEZ

EVA LUACES

NOA CASTRO

SARA BESTEIRO

LAURA SANCHEZ

SOFIA ELENA

LORENA NUÑEZ

ALDARA COIRA

CANDELA SANCHEZ

BLANCA SANCHEZ

**GRUPO ESCUELA 2 MIÉRCOLES DE 17:00 – 18:00 Y SÁBADOS DE 11:00 – 12:00**

ADRIANA BLANCO

NIOBE

AINHOA MARTINEZ

LAURA CAMPO

MARIA SANTISO

MARIA FERNANDEZ

CANDELA FERNANDEZ

XIANA

LUCIA DIAZ

CAROLINA RODRIGUEZ

NOA POTENTE

ALBA LOPEZ