

**COST I RENDIMENT DELS SERVEIS PÚBLICS I GRAU DE CONSECUCIÓ
D'OBJECTIUS PROGRAMATS CORRESPONENTS A L'EXERCICI 2021**

Aquest document s'emet en compliment del que preveu l'article 211 del Reial Decret Legislatiu 2/2004, de 5 de març, pel qual s'aprova el text refós de la Llei Reguladora de les Hisendes Locals, i del que disposa la Tercera part del Pla General de Comptabilitat Pública adaptat a l'Administració Local (Comptes anuals, Notes 26 i 27 de la memòria) que s'inclou com Annex de l'Ordre HAP/1781/2013, de 20 de setembre, pel qual s'aprova la Instrucció del model normal de comptabilitat local.

1. Antecedents

Tal i com s'exposa a les Notes 1.1 (Naturalesa de l'entitat) i 2 (Gestió indirecta de serveis públics) dels comptes anuals de l'exercici 2021, la Mancomunitat gestiona en l'actualitat un complex esportiu, en règim de gestió indirecta, mitjançant l'adjudicació d'un contracte de concessió d'obra pública.

L'entitat concessionària gestiona la infraestructura i obté els ingressos de la seva utilització per part de tercers.

Prenent en consideració aquest model de gestió, la Mancomunitat únicament reflecteix en el seu pressupost les despeses relacionades amb l'estructura administrativa de l'entitat (remuneracions dels òrgans de govern, despeses corrents bàsicament referides a la gestió de la tresoreria i els costos que se'n deriven del finançament obtingut de les entitats propietàries – vegeu Nota 11.1 de la memòria dels comptes anuals de l'exercici 2019-).

Atenent a la naturalesa de les operacions que realitza la Mancomunitat, en els apartats següents s'inclou informació referida al cost de l'activitat del complex esportiu realitzada pel concessionari i als diferents indicadors de gestió.

Per elaborar aquest document s'ha utilitzat la següent informació:

- Comptes anuals del concessionari del complex, referits a l'exercici 2020 (últims disponibles).
- Liquidació del pressupost de despeses de l'exercici 2021 de la Mancomunitat.
- Memòria de gestió del període 2020-2021 del concessionari del complex (aquesta memòria s'adjunta com Annex al present document).

2. Informació sobre el cost de les activitats**2.1. Resum general de costos de l'entitat**

S'entenen per costos de l'entitat els que es deriven directament de l'activitat del complex esportiu.

Aquests costos s'obtenen dels comptes anuals de l'exercici 2020 aprovats pel concessionari.

	<u>2020</u>
Costos de personal	259.045,29
Sous i salaris	175.506,99
Cotitzacions socials a càrrec de l'empresa	83.538,30
Adquisició de béns i serveis	8.567,47
Cost d'altres materials	8.567,47
Serveis exteriors	240.304,89
Costos diversos	240.304,89
Tributs	26.548,68
Costos calculats	169.316,26
Amortitzacions	169.316,26
Costos financers	66.406,43
Costos de transferències	-
Altres costos	20.769,25
TOTAL	<u>790.958,27</u>

2.2. Resum del cost per elements de les activitats

<u>Elements</u>	<u>Cost directe</u>	<u>Cost indirecte (1)</u>	<u>Total</u>	<u>%</u>
Costos de personal	259.045,29	10.793,11	269.838,40	33,20%
Adquisició de béns i serveis	8.567,47	-	8.567,47	1,05%
Serveis exteriors	240.304,89	763,92	241.068,81	29,66%
Tributs	26.548,68	-	26.548,68	3,27%
Costos calculats	169.316,26	-	169.316,26	20,83%
Costos financers	66.406,43	10.217,07	76.623,50	9,43%
Costos de transferències	-	-	0,00	0,00%
Altres costos	20.769,25	-	20.769,25	2,56%
	<u>790.958,27</u>	<u>21.774,10</u>	<u>812.732,37</u>	<u>100,00%</u>

2.3. Resum relacionant costos i ingressos de les activitats

El resum de costos i ingressos de l'activitat de gestió del complex esportiu és el següent:

3. Indicadors de gestió

Els principals indicadors relacionat amb l'activitat del complex esportiu es mostren en els apartats següents.

Cost total de l'activitat	812.732,37
Ingressos:	610.035,74
Directes (del concessionari)	540.521,67
Indirectes (de la Mancomunitat)	<u>69.514,07</u>
Marge	<u>-202.696,63</u>
% de cobertura (sobre total ingressos)	<u><u>-33,23%</u></u>

3.1. Indicadors d'eficàcia

<u>Indicador</u>	<u>Equivalència</u>	<u>Imports</u>	<u>Valor</u>
Número d'actuacions realitzades	Número d'abonats 2020	1.269	60,43%
Número d'actuacions programades	Número objectiu d'abonats	2.100	
Termini d'espera per rebre un servei públic	No aplicable	-	-
Percentatge de població coberta per un servei públic	Número d'abonats 2020 Població municipis	1.269 29.901	4,24%
Nº d'actuacions realitzades 2020 / Nº actuacions previstes 2020	Nº abonats 2020 / Nº objectiu	60,43%	87,13%
Nº mig d'actuacions realitzades (sèrie històrica) / Nº mig actuacions previstes (sèrie històrica)	Nº mig abonats / Nº mig objectiu (sèrie històrica)	69,36%	

3.2. Indicadors d'eficiència

<u>Indicador</u>	<u>Equivalència</u>	<u>Imports</u>	<u>Valor</u>
Cost de l'activitat		812.732,37	640,45
Número d'usuaris		1.269	
Cost real de l'activitat		<u>642.117,72</u>	76,79%

MANCOMUNITAT DE MUNICIPIS DE PALAMÓS, CALONGE I VALL-LLOBREGA

Cost previst de l'activitat 836.176,23

<u>Cost real de l'activitat</u>	<u>Cost real de l'activitat</u>	<u>642.117,72</u>	305,77
Nº unitats equivalents produïdes	Número objectiu d'abonats	2.100	

3.3. Indicador de mitjans de producció

<u>Indicador</u>	<u>Equivalència</u>	<u>Imports</u>	<u>Valor</u>
<u>Cost de personal</u>	<u>Cost de personal</u>	<u>259.045</u>	26.541,53
Número de persones equivalents	Nº promig treballadors	9,76	

Calonge i Sant Antoni, a la data de la signatura electrònica

El President

**ANNEX: MEMÒRIA DE GESTIÓ DEL CONCESSIONARI DEL
COMPLEX ESPORTIU, PERÍODE 2020-2021**



Memòria 2020-2021



LA NOSTRA MISSIÓ

En Mes Esport i Salut Gavarres oferim un servei d'esport i salut de gran qualitat a un preu assequible per a tots els públics, tenint sempre en primer plànol al client. Som una empresa de referència en el disseny, construcció i gestió de centres esportius en règim de concessió municipal.

Crear un ambient agradable, disposar d'unes instal·lacions alegres i confortables, juntament amb el millor equip de professionals, són la millor garantia per oferir un servei de qualitat.

El producte que oferim a la població engloba diferents activitats i serveis, tots relacionats amb l'esport i la salut, orientats a persones de tot tipus d'edats i condicions físiques. Analitzarem les àrees més importants:

1- ACTIVITATS DIRIGIDES	2- SALA DE FITNESS	3- ACTIVITATS AQUÀTIQUES	4- PÀDEL
• Classes dirigides • Activitats virtuals • Activitats especials • Masterclass	• Programa d'entrenament i seguiment • Entrenament personal (EP)	• Cursos natació infantil i adults • Natació escolar • Entrenament personal (EP) • Programes aquàtics • Lloguer de carrils	• Lligues • Tornejos • Classes particulars • Lloguer de pistes

1. ACTIVITATS DIRIGIDES

Les classes dirigides amb tècnic són un dels motors principals del nostre centre, per això oferim un ampli ventall d'activitats amb diferents objectius, intensitats i durada, distribuïdes en una graella amb un total de 60 hores setmanals. Segons l'objectiu dels usuaris, podem classificar els tipus d'activitats de la següent manera:



CARDOVASCULARS: Body Combat, Hiit 30', Cycling, Zumba, Step.



TONIFICACIÓ: Body Pump, Abdominals 30', Gac, Step



AQUÀTIQUES: Aquagym



PREVENCIÓ: Pilates, Estiraments 30', Aquagym, Equilibrium.

Analitzem a continuació la nostra graella d'activitats dirigides amb una petita definició i els objectius individuals de cada activitat:

ACTIVITATS DIRIGIDES MES GAVARRRES

*Vàlid del 19 abril al 30 juny

mes
ESPORT | SALUT

Inici	Final	Espai	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
MATÍ									
07:30	08:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
08:30	09:20	PS	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM		
08:30	09:00	S1	GAC 30 min	LESSON 1.0 BODYPUMP 30'					
08:30	09:30	S1			ZUMBA	LESSON 1.0 BODYPUMP	LESSON 1.0 BODYCOMBAT		
08:30	09:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
09:00	09:30	S1	ABDOMINALS 30'	ABDOMINALS 30'				PILATES 30'	
09:30	10:20	PS		AQUAGYM		AQUAGYM			
09:30	10:15	SC	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	
09:30	10:20	S1	ZUMBA	LESSON 1.0 BODYCOMBAT	LESSON 1.0 BODYPUMP		ZUMBA		
09:30	10:30	S2	YOGA						
10:30	11:20	PS	AQUAGYM				AQUAGYM		
10:30	11:20	S1	PILATES	EQUILIBRIUM		PILATES			
10:45	11:30	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
11:45	12:30	SC	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL
MIGDIA									
12:30	14:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
15:20	16:10	S1	LESSON 1.0 BODYPUMP						
15:20	16:10	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
TARDA									
17:30	18:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		
17:30	18:00	S1	LESSON 1.0 BODYPUMP 30'				GAC 30 min		
17:30	18:20	S1		ZUMBA	GAC	LESSON 1.0 BODYPUMP			
18:00	18:30	S1	ABDOMINALS 30'				ABDOMINALS 30'		
18:30	19:00	S2			STRETCHING 30'				
18:30	19:00	S1							
18:30	19:20	S1	ZUMBA	LESSON 1.0 BODYPUMP	LESSON 1.0 BODYCOMBAT	ZUMBA	LESSON 1.0 BODYCOMBAT		
18:30	19:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING	CYCLING VIRTUAL		
19:00	19:30	S1							
19:00	19:30	S2	LESSON 1.0 BODYCOMBAT 30'						
19:00	19:50	S2		PILATES					
19:30	20:00	S1	GAC 30 min						
20:00	20:30	S2							
19:30	20:30	S2				EQUILIBRIUM			
19:30	20:15	PS	AQUAGYM		AQUAGYM				
19:30	20:15	SC	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING	CYCLING	CYCLING		
19:30	20:20	S1		LESSON 1.0 BODYCOMBAT	LESSON 1.0 BODYPUMP	LESSON 1.0 BODYCOMBAT			
20:30	21:15	SC	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL		

* MES GAVARRÉS es reserva el dret de modificar aquest horari.

	Aumentarà la teua força, estaràs en forma, perdreàs greix i definiràs els teus músculs. Prova l'eficiència d'un entrenament amb barres i discos.
	Conèix i entrena tota la musculatura del teu centre corporal. T'ajudarà a millorar i definir les teves abdominals en només 30 minuts.
	Apassionant programa d'entrenament cardiovascular inspirat en les arts marcials. Cops de puny, patades y katas, una explosió d'energia al servei del fitness.
	Activitat destinada a estirar els músculs que permet mantenir-los flexibles i alliberar tensions.
	Gaudeix sobre la bicicleta d'aquest revolucionari programa d'entrenament cardiovascular al ritme de la música. Tonifica les cames i crema calories de manera divertida, motivant i energitzant.
	Gaudeix sobre la bicicleta amb un monitor virtual que et guiarà per recorreguts reals en vídeo.
	Activitat coreografiada on s'inclouen passos de ball de diferents estils latins, ideal per millorar la coordinació i cremar calories al ritme de la música.
	Treball de tonificació i força muscular concentrat en glúts, abdominals i cames. Mitjançant circuits, estacions i/o classes dirigides.
	Activitat orientada a la millora de la força abdominal, el to muscular general, la flexibilitat i la teua postura a través de la respiració i relaxació.
	Activitat a l'aigua amb acompanyament musical, que pretén el manteniment de la condició física general, mitjançant circuits, estacions, treball per parelles.
	Programa inspirat en exercicis de ioga, taichí, estiraments i pilates, que busca l'equilibri cos-ment.
	Conjunt de tècniques de concentració derivades d'aquesta doctrina filosòfica que es practiquen per aconseguir un major control físic i mental.

En el cas concret del Cycling també disposem del **Cycling Virtual**. La diferència principal respecte al Cycling normal o presencial és l'absència de tècnic, el que possibilita oferir aquesta activitat en franges horàries de baixa afluència i poder així arribar al màxim nombre de clients.

A l'apartat d'**activitats especials** podem destacar les Masterclass puntuals a l'exterior, la col·laboració amb algun esdeveniment de la Mancomunitat (com ara les activitats de platja de l'ajuntament de Palamós), etc.

L'any 2018 va arribar a Mes Gavarres **Les Mills** amb els seus programes estrella :



Body Pump: És el mètode d'entrenament amb barres i discos més exitós del món.

Body Combat: És un potent programa cardiovascular inspirat en les arts marcials, amb moviments adaptats de disciplines com el Karate, Boxa, Tae kwon do, Tai chí i Muay thai.

Per a l'inici de la temporada 2018-2019 vam crear una activitat nova pròpia inspirada en exercicis de ioga, taichí, estiraments i pilates, que busca l'equilibri cos-ment:

EQUILIBRIUM

A més, per a totes aquelles persones amants del seu temps, hem adaptat algunes activitats a format exprés de 30', com el **Gac 30'** o el **Body Pump 30'**.

2. SALA DE FITNESS

La sala de fitness és un altre dels motors principals de la nostra instal·lació, el centre logístic de clients.

Consta de 4 parts:

- Zona Cardiovascular (15 estacions)
- Zona de força (17 estacions)
- Zona de pes lliure (40 m2)
- Zona de estiraments

Quan tenim nous clients els derivem a la sala fitness, on un dels nostres tècnics el podrà assessorar adequadament, mitjançant el **PAD** i orientar-lo cap als serveis del centre que millor s'adaptin a les seves necessitats. Així mateix, els clients de més antiguitat també reben el seguiment del seu programa d'entrenament en aquest departament.

Què és el **PAD**?

Es tracta d'un punt d'assessorament esportiu. Un cop el client es dona d'alta en el centre, li assignem hora amb un dels nostres tècnics per fer una petita entrevista (10' aprox.) on es valoren els següents punts:

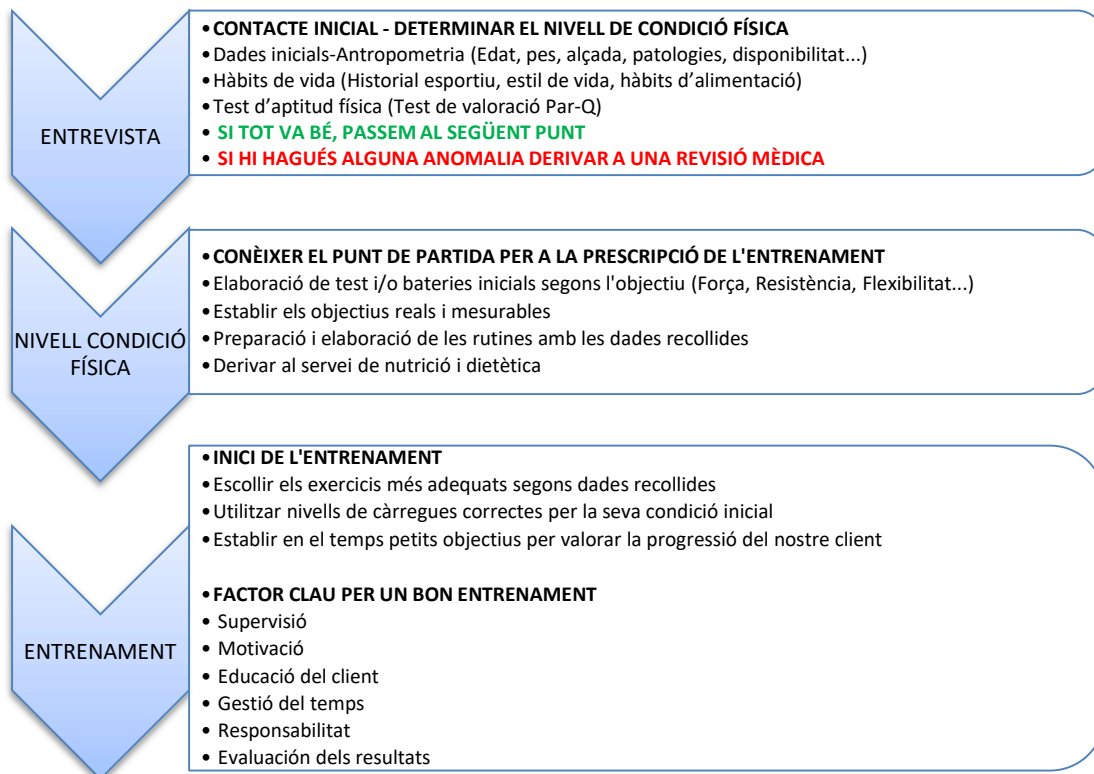
- Estat de salut d l'abonat
- Experiència amb l'activitat física i/o l'esport
- Disponibilitat i objectius

Un cop el tècnic té tota aquesta informació, li fa un programa d'entrenament personalitzat, que habitualment combina treball de força/resistència a la sala fitness amb algunes activitats dirigides i/o piscina. També aprofitem per explicar al client tots els serveis que oferim i derivar-lo cap a algun d'ells, si fos necessari. L'entrevista es realitza seguint aquesta fitxa model:

mcs **P.A.D**

TECNIC		DIA I HORA:	
DADES PERSONALS			
Nom i cognoms:		nº	
Edat:	Profesió:	Telf. Contacte:	
PATOLOGIES LESIONS			
Alguna patologia, lesió, molestia o dolor a tenir en compte?			
NIVELL D'ACTIVIDAD FÍSICA. EXPERIENCIA ESPORTIVA			
Quina activitat estaves realitzant abans de venir aquí?			
OBJECTIU			
Quin objectiu que vols aconseguir?			
NIVELL PISCINA			
Molt bo:	Bé:	Baix:	No en sap:
Estàs interessat da en realitzar un curs de natació:		si:	no:
Vols rebre informació del inici dels cursos? :		si:	no:
Disponibilitat setmanal : 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7			
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
DIJOU	DIVENDRES	DISSABAT	DISSABAT
OBSERVACIONS:			

Protocol Elaboració de programes d'entrenament:



mes PROGRAMA D'ENTENAMENT

REPORT: SALUT

ACTIVITATS DIRIGIDES RECOMANADES

DIÀ 1 DEL

DIÀ 2 DEL

DIÀ 3 DEL

DIÀ 4 DEL

DIÀ 5 DEL

DIÀ 6 DEL

DIÀ 7 DEL

DIÀ 8 DEL

DIÀ 9 DEL

DIÀ 10 DEL

DIÀ 11 DEL

DIÀ 12 DEL

ABONAT

DIAT

D INICI

RELACION

ESCLAR

ESQUER

ALAC

RELAT

ENTREN

OBSERVACIONS

COMENTARIS

Recomana afegir un treball i/o augment de pes

Recomana afegir un treball i/o augment de pes

mes PROGRAMA D'ENTENAMENT

REPORT: SALUT

DIÀ 1

DIÀ 2

DIÀ 3

DIÀ 4

DIÀ 5

DIÀ 6

DIÀ 7

DIÀ 8

DIÀ 9

DIÀ 10

DIÀ 11

DIÀ 12

OBSERVACIONS

mes PROGRAMA D'ENTENAMENT

REPORT: SALUT

DIÀ 1

DIÀ 2

DIÀ 3

DIÀ 4

DIÀ 5

DIÀ 6

DIÀ 7

DIÀ 8

DIÀ 9

DIÀ 10

DIÀ 11

DIÀ 12

OBSERVACIONS

mes PROGRAMA D'ENTENAMENT

REPORT: SALUT

DIÀ 1

DIÀ 2

DIÀ 3

DIÀ 4

DIÀ 5

DIÀ 6

DIÀ 7

DIÀ 8

DIÀ 9

DIÀ 10

DIÀ 11

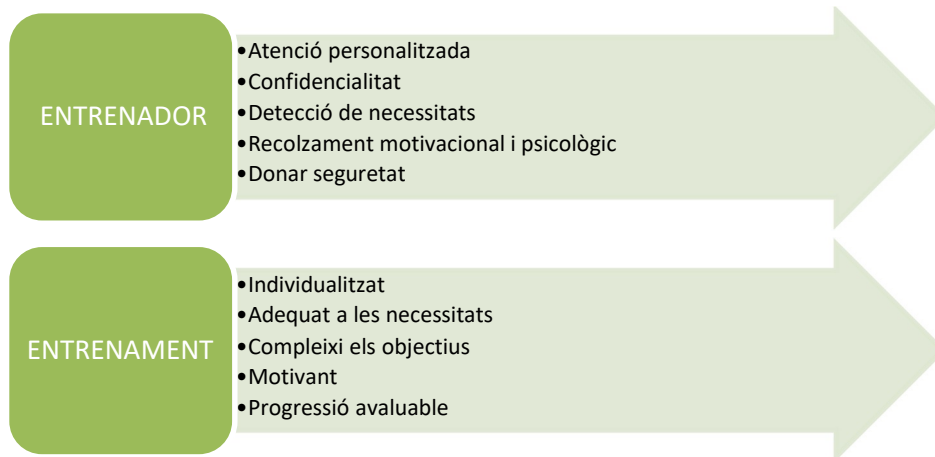
DIÀ 12

OBSERVACIONS

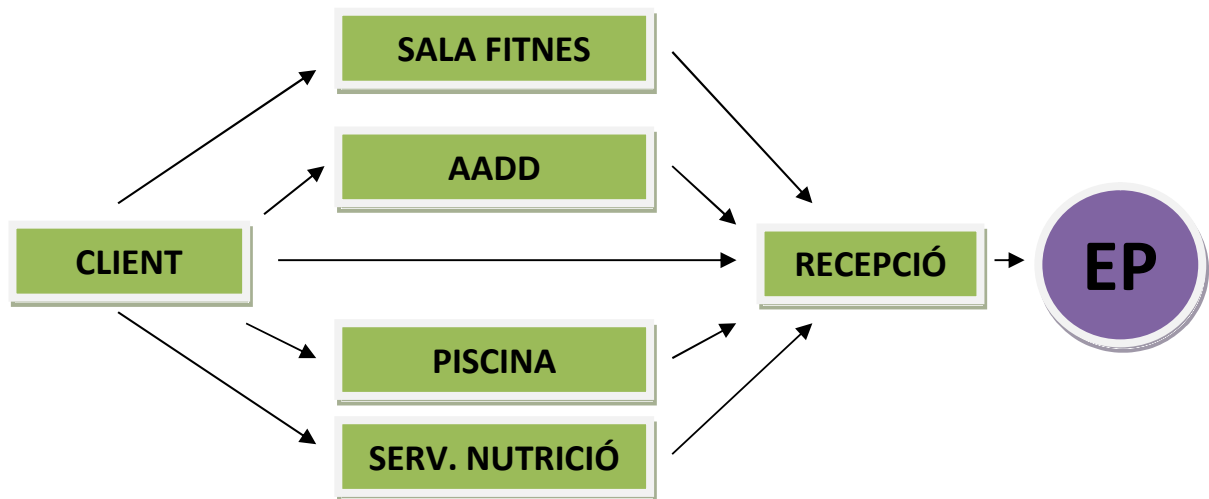
2.1 SALA DE FITNESS. Entrenament Personal (EP)

Des del PAD, en cas que el client tingui necessitats més específiques per crear el seu entrenament, o vulgui realitzar un entrenament més personalitzat, el derivem cap al nostre servei d'EP. Per a aquest servei els nostres tècnics segueixen un mateix patró d'actuació:

Punts Rellevants



Protocol de vendes



3. ACTIVITATS AQUÀTIQUES. Cursos Natació

Aquest és el nostre tercer motor del centre. Oferim cursos de natació que comencen amb nadons a partir dels 4 mesos fins adults amb edats molt avançades. Nivells d'iniciació, aprenentatge i perfeccionament. Oferim cursos d'1 dia per setmana, 2 dies i fins a 3 dies amb els nens més grans durant l'estiu. Aquest és el nostre quadre resum de la distribució dels cursos en funció de l'edat i el nivell.

NADONS: 4 mesos a 3 anys

CAVALLETS: 3 i 4 anys (iniciació i domini)

TORTUGUES: 5 i 6 anys (iniciació i domini)

DOFINS: 7 a 9 anys (domini i perfeccionament)

TAURONS: 10 a 14 anys (domini i perfeccionament)

ADULTS: + 15 anys (iniciació, domini i perfeccionament)

L'objectiu principal d'aquets cursos és millorar la seva tècnica o autonomia, així com la condició física al medi aquàtic, per tot això, al final de cada curs fem entrega d'un diploma i un informe de la progressió del nen o nena amb l'activitat:

TÈCNIC:

DATA:



FAMILIARITZACIÓ AMB EL MEDI	A	AI	NA
Camina amb seguretat de diferents formes per la piscina petita			
Mostra cert nivell d'autonomia amb material a qualsevol piscina			
Coneix i utilitza sense por tots els materials auxiliars			

RESPIRACIÓ	A	AI	NA
Coordina la respiració amb desplaçaments bàsics			
Coordina la respiració amb desplaçaments específics			
Realitza inmersions completes per buscar objectes			
Es desplaça per sota l'aigua certa distància			

PROPULSIÓ	A	AI	NA
Es desplaça de formes diferents a la piscina gran			
Es desplaça en posició ventral sense material durant 12-25m			
Es desplaça en posició dorsal sense material durant 12-25m			
Es desplaça amb moviments simultanis de braços i cames			

FLOTACIÓ	A	AI	NA
Flota en posició ventral sense material auxiliar ni ajuda			
Flota en posició dorsal sense material auxiliar ni ajuda			
Domina la flotació amb lliscaments			

HABILITATS	A	AI	NA
Salta a l'aigua amb seguretat de diferents formes			
Realitza tombarelles endavant amb ajuda del monitor			
Realitza salts desde diferents alçades			
Es tira de caps a l'aigua de forma correcta.			
Domina el canvi de posició ventral a posició dorsal			

ASPECTES ACTITUDINALS	A	AI	NA
Respecta el material, als companys i al monitor			
Porta el material adequat per a realitzar l'activitat			
Atén a les explicacions del tècnic			
Respecta la normativa del centre i els horaris de l'activitat			
Mostra un bon nivell d'atenció i comprensió de les activitats			

ASSISTÈNCIA	
El total de sessions del curs és:	
El nombre de sessions realitzades és:	

PROGRESSIÓ DE L'ALUMNE	
L'alumne progressa adequadament	
L'alumne ha de millorar alguns aspectes	

OBSERVACIONS/MILLORES

CURS RECOMANAT

A: assolit // AI: assolit intermedi // NA: no assolit

3. 1. ACTIVITATS AQUÀTIQUES. Natació Escolar

Donem servei de natació escolar a totes les escoles de la mancomunitat. Rebem a grups de primària i secundària dins de l'horari escolar amb l'assignatura d'educació física.

A diferència dels cursos de natació extraescolar, l'objectiu de la natació escolar és realitzar la classe d'educació física en el medi aquàtic. Segons el curs escolar l'objectiu variarà; podrà anar des de treballar les capacitats físiques bàsiques a l'aigua en les edats més avançades, a potser tenir el primer contacte amb el medi aquàtic, agafar autonomia i fins i tot relacionar-se amb els companys en un medi diferent a l'habitual.

Al finalitzar l'activitat cada professor rep un informe de l'activitat, amb els continguts i objectius treballats durant les sessions i una valoració general de l'activitat. A més a més, es fa entrega a cada nen d'un llibre d'avaluació que serveix per informar als pares de la progressió a l'activitat i al professor per fer la avaluació final del nen o nena.

TÈCNIC:			
DATA:			
FAMILIARITZACIÓ AMB EL MEDI		EV	
Entra a la piscina petita amb normalitat i sense por			
Respon amb normalitat al contacte de l'aigua (ulls, orelles)			
Mostra cert nivell d'autonomia amb material a qualsevol piscina			
Camina amb seguretat de diferents formes per la piscina petita			
RESPIRACIÓ		EV	
Controla la respiració en les inmersions			
Coordina la respiració amb desplaçaments bàsics			
Realitza inmersions completes amb certa distància per buscar objectes			
Realitza inmersions per resoldre situacions de circuits i proves			
Coordina la respiració amb moviments específics: crol, esquena i braça			
PROPULSIÓ		EV	
Es desplaça en posició ventral i dorsal sense ajuda			
Domina els canvis de direcció i sentit			
Es desplaça amb moviments simultanis de braços i cames			
Coordina globalment els moviments de crol i esquena			
Coordina globalment els moviments de braça			
FLOTACIÓ		EV	
Manté la posició horitzontal del cos a l'aigua			
Flota en posició ventral i dorsal sense material auxiliar i/o ajuda			
Realitza diferents formes de flotació sense ajuda			
Realitza els lliscaments amb una posició hidrodinàmica			
HABILITATS, SALTS, GIRS, LLANÇAMENTS		EV	
Salta a l'aigua amb seguretat de diferents formes i diferents alçades			
Realitza tombarelles endavant			
Realitza llançaments i recepcions amb certa precisió			
Es tira de caps a l'aigua de forma correcta			
Transporta un company de forma eficaç amb llarg de la piscina			
ASPECTES ACTITUDINALS		EV	
Respecta el material, als companys i al monitor			
Porta el material adequat per a realitzar l'activitat (casquet, banyador...)			
Atén a les explicacions del tècnic			
Respecta la normativa del centre i els horaris de l'activitat			
Mostra un bon nivell d'atenció i comprensió de les activitats			
ASSISTÈNCIA			
El total de sessions del curs és:			
El nombre de sessions realitzades és:			
PROGRESSIÓ DE L'ALUMNE			
L'alumne progressa adequadament			
L'alumne ha de millorar alguns aspectes			
OBSERVACIONS/MILLORES			

A: assolit // AI: assolit intermedi // NA: no assolit // NT: no treballat

[illegible]

PROGRAMES AQUÀTICS

ESCALFAMENT: Abans d'iniciar el programa, realitza els següents exercicis bàsics per activar el teu cos



Personalitzem el teu entrenament

Digues el teu objectiu i et dissenyarem un programa perquè puguis aconseguir-ho

- Aprendre a nedar
- Reforçar musculatura
- Depurar tècnica
- Natació terapèutica
- Perfeccionar estils
- Proves esportives / oposicions

Demana més informació a recepció o pregunta als nostres tècnics

ESTIL:

FASES	ENTRADA	ADHERENCIA	TIRADA	EMPENTA
CROL				
ESQUENA				
BRAÇA				
PAPALLONA				

PROPOSTES
DEL MES

mes
EXPERT | SALUT

I
NIVEL INICIAL

OBJETIVO RESPIRACIÓN BÁSICA CROL. PROPULSIÓN PIERNAS

ESTILOS	DISTANCIA	MATERIAL
CROL - ESPALDA	400 m	TABLA Y PULL BOY

CALENTAMIENTO

50 m CROL

25 m ESPALDA

50 m CROL

25 m ESPALDA

PARTE PRINCIPAL

50 m CROL

50 m ESPALDA ALTERNA CON PULL-BOY EN LAS PIERNAS

25 m PIERNAS DE CROL CON TABLA

25 m CROL CON PULL-BOY

25 m CROL

25 m ESPALDA

FINAL DE LA SESIÓN

50 m ESPALDA DOBLE

M
NIVEL MEDIO

OBJETIVO MEJORA DE LA RESISTENCIA DE CROL Y ESPALDA

ESTILOS	DISTANCIA	MATERIAL
CROL Y ESPALDA	1000 m	

CALENTAMIENTO

100 m LIBRES

PARTE PRINCIPAL

25 m CROL CON DESCANSO DE 5 SEGUNDOS

50 m CROL CON DESCANSO DE 10 SEGUNDOS

75 m CROL CON DESCANSO DE 15 SEGUNDOS

100 m CROL CON DESCANSO DE 20 SEGUNDOS

150 m CROL CON DESCANSO DE 30 SEGUNDOS

150 m ESPALDA CON DESCANSO DE 20 SEGUNDOS

100 m ESPALDA CON DESCANSO DE 15 SEGUNDOS

75 m ESPALDA CON DESCANSO DE 10 SEGUNDOS

50 m ESPALDA CON DESCANSO DE 5 SEGUNDOS

25 m ESPALDA

FINAL DE LA SESIÓN

100 m LIBRES SUAVES

A		OBJETIU	COORDINACIÓ	ESTILOS	DISTÀNCIA	MATERIAL
NIVEL AVANZADO				CROL, ESPALDA, BRAZA	1100 m	TABLA + PULLBOY
CALENTAMIENTO						
100 m	CROL					
100 m	ESPALDA					
100 m	BRAZA					
PARTE PRINCIPAL						
50 m	CROL CON EL BRAZO DERECHO CON LA TABLA					
50 m	CROL CON EL BRAZO IZQUIERDO CON LA TABLA					
50 m	DE PIERNAS DE CROL					
100 m	CROL					
DESCANSO DE 20 SEGUNDOS						
50 m	BRAZOS DE BRAZA CON PULL-BOY					
50 m	PIERNAS DE BRAZA					
50 m	PATADA INVERTIDA DE BRAZA					
100 m	BRAZA					
DESCANSO DE 20 SEGUNDOS						
50 m	ESPALDA SOLO CON EL BRAZO DERECHO					
50 m	ESPALDA SOLO CON EL BRAZO IZQUIERDO					
50 m	PIERNAS DE ESPALDA					
100 m	ESPALDA					
DESCANSO DE 20 SEGUNDOS						
FINAL DE LA SESIÓN						
50 m	ESTILO LIBRE					

E		OBJETIU	MEJORA DE LA RESISTENCIA DE BRAZOS Y PIERNAS	ESTILOS	DISTÀNCIA	MATERIAL
NIVEL EXPERTO				CROL, ESPALDA, BRAZA, MARIPOSA	2100 m	TABLA Y PULL BOY
CALENTAMIENTO						
200 m	CROL					
150 m	ESPALDA					
100 m	BRAZA					
50 m	ESPALDA DOBLE					
PARTE PRINCIPAL						
50 m	PIERNAS DE CROL CON TABLA EN LAS MANOS					
150 m	3 SERIES DE 50 m DE PIERNAS DE CROL-ESPALDA-BRAZA SIN TABLA CON LOS BRAZOS EN PROLONGACIÓN CON EL CUERPO					
100 m	PIERNAS DE CROL LATERALES CON TABLA. CAMBIANDO DE LADO CADA 25 m					
100 m	PUNTO MUERTO DE MARIPOSA					
100 m	ESPALDA DOBLE					
100 m	PIERNAS DE MARIPOSA EN POSICIÓN DORSAL Y DOBLE BRAZADA DE ESPALDA (DOS BRAZADAS ,DOS PATADAS)					
200 m	8 SERIES DE 25 m ESPALDA ALTERNA					
200 m	4 SERIES DE 25 m MARIPOSA Y 25 M ESPALDA DOBLE CON 20 SEGUNDOS DE DESCANSO POR SERIE					
200 m	BRAZOS DE CROL CON PULL BOY Y RESPIRACIÓN BILATERAL					
100 m	BRAZOS ESPALDA CON PULL BOY					
100 m	BRAZOS DE ESPALDA DOBLE CON PULL BOY					
FINAL DE SESIÓN						
200 m	LIBRES SUAVES					

- Busquem l'excel·lència en una activitat com els curssets infantils de natació, conduïda per professionals qualificats que segueixin el pla d'objectius i continguts que Mes Gavarres ha desenvolupat per a aquesta fi. Per aconseguir això els nostres tècnics han de sotmetre's a una avaluació interna on es valoren una sèrie de ítems:

mes Observació Directa de Capacitats (Activitats Aquàtiques)				
TECNIC:				
DATA:		GRUP/CURSET:		HORARI:
Nº	ASPECTES A OBSERVAR	SI	NO	OBSERVACIONS
PRESENCIA				
1	Porta l'uniforme polit regularment - Sense taques ni arrugues. - Disposat de banyador si es precisa introduir-se a l'aigua. - Porta sacacorpallà. - El calçar es l'adequat per a la piscina	☐	☐	
PUNTUALITAT				
3	Està a piscina abans de l'inici de la classe - El temps necessari per preparar la classe. - Es tindrà en compte l'hora de cada tècnic.	☐	☐	
4	Té preparat el material per tota la sessió i per tots els alumnes - Els curssetistes no s'han d'esperar.	☐	☐	
ACOLLIDA DELS CURSETISTES				
5	Els rep al lloc de trobada: vestuaris, dutxes, porta piscina...	☐	☐	
6	Té preparada i passa llista als assistents	☐	☐	
DEFINICIÓ DE LA SESSIÓ				
7	Segueix i respecta els objectius i continguts de la sessió adaptant-se a l'edat i a cada grup	☐	☐	
ESCALFAMENT				
8	Inicia la sessió amb un escalfament adient - Adaptat a la classe. - Progressiu en dificultat i intensitat.	☐	☐	
PART PRINCIPAL				
9	Fa referència als aspectes bàsics de seguretat: - Les maneres d'entrar a l'aigua. - No empenyer. - No córrer per la platja de piscina. Indicadors de fatiga (hiperventilació, vermellor...).	☐	☐	
10	Utilitza al joc com una eina més d'aprenentatge i	☐	☐	

mes Observació Directa de Capacitats (Activitats Aquàtiques)				
no només al final de la sessió				
SEGURETAT				
11	Té controlat visualment el grup en tot moment	☐	☐	
COMUNICACIÓ				
12	Fa explicacions clares i concises, amb un llenguatge entenedor	☐	☐	
13	Utilitza el llenguatge gestual adequadament (no només per ensenyar exercicis sinó per expressar sensacions) - Les mans, la cara i el cos.	☐	☐	
TIPUS D'INFORMACIÓ				
14	Utilitza feedbacks correctius (informació qualitatva) - No abusar d'expressions tipus: "Ajaja!", "Bé, molt bé!" - Que no dones informació. - Afegir explicacions de COM ho estan fent.	☐	☐	
15	Utilitza Feedbacks positius - Sempre destaca el que han fet bé. - Dona explicacions sempre en estil afirmatiu: "heu fet molt millor", "prova d'aquesta manera". - Evita parlar en negatiu.	☐	☐	
16	Fa correccions individuals i grupals	☐	☐	
ACOMIADAMENT				
17	S'interessa per les sensacions/estat dels usuaris - Com esteu? Com us senteu? - Us ha agradat?...	☐	☐	
18	Recorda els continguts treballats i destaca els més importants	☐	☐	
TABULACIÓ - sumatori respostes				
		SI		NO
Observacions (desenvolupament dels punts a comentar):				

4. PÀDEL. Lligues i tornejos

El pàdel és una activitat que avui en dia qualsevol persona sense patologies greus pot practicar, és motivant i fàcil d'iniciar-se sense tenir molta tècnica o una molt bona condició física.

Hem creat un calendari de lligues i tornejos, per tal de dinamitzar l'ús de les pistes i aconseguir més gent activa amb aquesta àrea del centre. A més és una activitat que poden participar persones que no siguin abonades al centre, augmentant la seva promoció i difusió.

- Lliga durant tot l'any
- Tornejos, Americanes, etc...

Aquest tipus de lligues fomenten també la socialització entre els socis, aconseguint gent més implicada i fidel amb l'esport i l'activitat física que és el nostre principal objectiu com a centre d'esport i salut.

5. ACTIVITATS D'ESTIU : INTENSIVS NATACIÓ / CAMPUS ESTIU

Per tal de poder seguir amb els cursos extraescolar de natació i tenir un seguiment de l'activitat aquàtica de forma anual, oferim diferents **cursos intensius de natació**, tant per a nens com per adults. També oferim la possibilitat que els nens segueixin amb l'activitat de natació de manera diària amb el Campus d'Estiu.

El **Campus Estiu** es realitza de 09:00-13:00h de dilluns a divendres. On els nens tenen la opció de gaudir de la pràctica de diferents esports tant en el medi terrestre com en el medi aquàtic d'una forma divertida.

El Campus d'estiu és un casal esportiu on, mitjançant l'activitat física, la iniciació a diferents esport, i de manera més específica al pàdel i la natació, volem desenvolupar les habilitats del nen/a a nivell motriu, psíquic i social, aprenent i adquirint tot una sèrie de valors implícits a l'esport com el respecte, l'amistat i el treball en equip

Totes les activitats del campus estan relacionades amb les habilitats i destreses de diferents esports i jocs tradicionals

Totes aquestes activitats estan planificades per objectius i dirigides pels nostres tècnics esportius.

CURSOS INTENSIVS NATACIÓ

JULIOL I AGOST
De 3 a 14 anys

De 3 i 4 anys
(2 DIES/SETMANA)
DIMARTS I DIJOUS 17:30 h.
(SOCI: 37,60€, NO SOCI: 59€)

De 5 i 6 anys (3 DIES/SETMANA)
DILLUNS, DIMECRES I DIVENDRES 17:30 h.
(SOCI: 45,70€ NO SOCI: 67€)

De 7, 8 i 9 anys (3 DIES /SETMANA)
DILLUNS, DIMECRES I DIVENDRES 18:30 h.
(SOCI: 35€ NO SOCI: 46€)

De 10 a 14 anys (3 DIES/SETMANA)
DILLUNS, DIMECRES I DIVENDRES 18:30 h.
(SOCI: 35€ NO SOCI: 46€)

CASAL MULTIESPORTIU

NATACIÓ
PÀDEL
JOC amb PILOTA
JOC D'EQUIP
SORTIDES

De 5 a 12 anys

PERIODES/ QUINZENES:

- 25 de Juny al 8 de Juliol
- 9 de Juliol al 22 de Juliol
- 23 de Juliol al 5 d'Agost
- 6 d'agost al 19 d'Agost
- 20 d'Agost al 2 de setembre

ACTIVITATS INCLOSES:
Natació, pàdel, multi esports, excursions.
Torn matí de 08:45 a 9:00 (recollida). Campus de 09:00 a 13:00 de dilluns a divendres. (festius no inclosos).

Inscripcions i informació
Preinscripcions gratuïtes de l'1 al 31 de Maig.
Formalització de les inscripcions de: l'1 al 22 de Juny.
Reunió informativa el 15 de Juny a les 20:00 hores.

Preus:
Preu per setmana: Socis: 50,50€ / no socis: 53,50€
Preu per mes: Socis: 191,90€ / no socis: 203,30€
Preu per 1 dia puntual: 15 €

6 . Comunicació, xarxes i multimèdia

Som conscients que en l'actualitat hem de ser “visibles” a través d'eines tan potents com les xarxes socials. Disposem d'una **web** que actualitzem periòdicament, on tothom, clients i no clients, pot accedir a informació rellevant sobre la nostra instal·lació i els nostres serveis. També es poden descarregar els horaris de les activitats dirigides, la normativa del centre, etc.

Entre les conegudes xarxes socials  **Facebook** e  **Instagram** ens segueixen prop de 3000 persones. Aquí podran trobar articles relacionats amb l'esport i la salut escrits pels nostres tècnics, anuncis de diferents promocions per captar clients i/o fidelitzar els que ja tenim.

7- Serveis complementaris



Bar cafeteria restaurant a la instal·lació



Lloguer de taquilles fixes



Aparcament gratuït

8- Altres

És molt important en un centre esportiu, a més a més de tenir un bon equip tècnic que estigui en contacte amb els clients, facilitar a aquests clients eines i informació per aconseguir una bona “cultura esportiva” i coneixements de totes les possibilitats, activitats i serveis que poden trobar al nostre centre esportiu. Amb aquesta filosofia proposarem dos tipus de xerrades i/o accions amb un calendari anual.

Les xerrades/accions INFORMATIVES: El client rep informació d'un tema en concret relacionat amb l'esport, la salut i el benestar.

Les xerrades/accions FORMATIVES: A diferència de les informatives, amb aquestes accions pràctiques aconseguirem que els nostres clients puguin ser una mica més autònoms, puguin millorar amb les activitats dirigides i/o entrenaments que realitzen, potenciant la seva motivació per continuar amb aquesta pràctica.

9-Conseqüències del COVID

La pandèmia del COVID-19 ha tingut efectes molt rellevants en el bienni 2020-2021, amb el tancament de la instal·lació en tres períodes (del 14 de març al 14 de juny de 2020, del 30 d'octubre al 22 de novembre del 2020 i del 8 de gener al 8 de febrer de 2021). Aquest fet, conjuntament amb les diferents restriccions durant aquest període, ha tingut com a conseqüències una clara davallada en el número d'abonats i en la xifra d'ingressos.

10- Plantilla i estructura de personal de la instal·lació.

PLANTILLA MES GAVARRES DESEMBRE 2021	
NOM	CÀRREC
Hernández, Carlos	Director
Jodar, Cristian	Cap de manteniment
González, Estefanía	Recepció-Administració
Angerri, Elisabet	Recepció
Suñé, Cristina	Recepció
Comas, Maria	Directora tècnica
Adrià, Francesc	Tècnic esportiu
Agulló, Francesc	Tècnic esportiu
Carrera, Marc	Tècnic esportiu
Fuentes, Sonia	Tècnic esportiu
Garcia, Carolina	Tècnic esportiu
Giner, Ferran	Tècnic esportiu
Luis, Sergi	Tècnic esportiu
Martín, Ivan	Tècnic esportiu
Medina, Raquel	Tècnic esportiu
Navarro, Judith	Tècnic esportiu
Prieto, Juan Carlos	Tècnic esportiu
Riera, Mariona	Tècnic esportiu
Escribano, Dolores	Neteja
Hernández, Guillermo	Neteja
Pérez, Daniel	Neteja
Barrasa, José Luis	Tècnic esportiu-Socorrista
Tomàs, Jordi	Socorrista
Darío, Paul	Operari de manteniment

11- Reglament intern

NORMATIVA GENERAL D'ÚS PISCINA COBERTA MANCOMUNADA

HORARI D'OBERTURA I TANCAMENT DE LA INSTAL·LACIÓ:
DIES LABORABLES DE 07.00 A 22:30.
DISSABTES DE 09.00 A 20.00, DIUMENGES I FESTIUS DE 09.00 A 14.00.

- Aquest horari pot ser modificat per causes d'interès general i en el període d'estiu, vacances de Nadal i/o vigílies de festius., s'informarà d'aquests canvis als usuaris mitjançant comunicació interna.
- Els usuaris deixaran de fer l'activitat i ús de les instal·lacions 30' abans del tancament del centre per poder tenir temps d'utilitzar els vestidors i canviar de roba.

Per accedir a l'interior de la instal·lació és imprescindible dur la identificació vigent d'abonat o cursetista, o comprovant de pagament d'entrada puntual.

El identificació d'abonat és personal i intransferible. El seu préstec a una altra persona comporta la baixa del titular. En cas de pèrdua o robatori s'haurà de comunicar a la instal·lació havent d'abonar en efectiu la identificació d'abonat.

Els usuaris han de respectar la modalitat de quota a la que estan adscrits i respectar els horaris de les diferents activitats, tant si es tracta d'abonats com de cursetistes.

Tots els usuaris han de tenir un comportament cívica i respectuós amb el personal i la resta d'usuaris.

Els danys i/o desperfectes ocasionats a la instal·lació i/o material, en fer-ne mal ús, comportarà la seva reposició i poden suposar la pèrdua del dret d'ésser abonats. Pel que fa als grups, l'entitat és responsable del possible mal ús per part dels seus components.

L'edat mínima per accedir a la instal·lació és de 14 anys. Els menors d'aquestes edats que vulguin fer-ne ús només podran accedir a la instal·lació quan vagin acompanyats d'una persona adulta i/o quan participin en una activitat dirigida adreçada a la seva edat.

La instal·lació no es responsabilitza dels objectes perduts o oblidats. Els objectes que s'hagin recuperat es guardaran a recepció durant un màxim de 15 dies.

No està permès fumar en tot el centre.

No es permet entrar amb aliments, bosses, llaunes o ampolles de vidre a les sales o espais esportius.

Queda expressament prohibida l'entrada d'animals en tot el recinte.

Cal utilitzar calçat i roba adient per a cada activitat i espai esportiu.

La instal·lació disposa d'una assegurança que cobreix els accidents que es produeixin, sense negligència manifesta de l'usuari a la instal·lació, seguint els tràmits corresponents des de la recepció del centre.

Hi ha a disposició de l'usuari una bústia de suggeriments i fulls de reclamació oficials.

1. SERVEIS I ESPAIS ESPORTIUS

Mes Gavarres Esport i Salut, disposa inicialment dels següents espais d'ús lliure pels abonats: 1 sala de fitness, 2 sala d'activitats dirigides, 1 sala de ciclisme indoor, 1 piscina de 25 x 12,5 m, 1 piscina auxiliar, 3 pistes de Pàdel, zona exterior recreativa i solarium, Bar/Cafeteria.

2. NORMATIVA ADMINISTRATIVA

Per tal de formalitzar la inscripció cal facilitar la següent documentació:

1 fotocòpia del DNI, passaport o targeta de residència.

1 fotocòpia de la llibreta d'estalvis on consti el número de compte corrent del titular o una autorització del mateix (en el cas de no ser la mateixa persona).

Omplir el Qüestionari d'Aptitud per a l'Exercici Físic (Q-AEF). En el cas que el Q-AEF demostrï alguna anomalia, serà obligatori aportar un informe mèdic de capacitat per poder realitzar exercici físic.

3. FORMES DE PAGAMENT

L'import de la inscripció i la primera quota mensual cal abonar-los en el moment de l'alta. Els pagament successius es carregaran a l'entitat bancària corresponent.

4. DEVOLUCIONS

Els rebuts retornats pel banc, hauran d'abonar-se a la recepció del centre, dins el termini corresponent i amb el recàrrec en concepte de despeses de devolució.

En el moment de formalitzar l'alta com abonat, no es poden tenir rebuts pendents de pagament. En el cas de que n'hi hagi, cal liquidar-los prèviament.

5. ENTRADA PUNTUAL

L'adquisició d'una entrada puntual d'un dia permet utilitzar els espais d'ús lliure una sola vegada. Queden condicionades per l'aforament de la instal·lació, esdeveniments esportius i altres activitats puntuals (art.5.3.).

6. ALTRES SOL·LICITUDS

L'abonat pot canviar de modalitat d'abonament sempre i quan ho comuniqui abans del dia 20 del mes en curs.

Per acollir-se a la modalitat de quota familiar és imprescindible un mateix domicili i el mateix compte de domiciliació bancària del cap de família.

Les baixes (definitiva o temporal) s'hauran de tramitar abans del dia 20 del mes anterior ja sigui per e-mail o butlleta a lliurar a recepció.

Es considera baixa definitiva el no abonament de dos mesos, comportant la pèrdua de la plaça d'abonat i la matrícula (art.7.12. c).

L'actualització de les quotes, que seran aprovades per la Mancomunitat, s'aplicaran l'1 de gener de cada any.

La instal·lació es compromet a respectar el que disposa la Llei de protecció de dades de caràcter personal.

7. NORMATIVA PER A GRUPS, CLUBS I/O ENTITATS

Per a que un grup pugui accedir a la instal·lació haurà de venir acompanyat per un o més responsables majors d'edat que l'entitat designi.

Els acompanyants dels grups són responsables dels nens/es i del seu comportament dins la instal·lació.

Els grups i acompanyants s'esperaran als vestidors fins que el monitor els vagi a buscar per entrar a la piscina.

No està permès accedir a la zona de peus nets amb calçat de carrer.

No està permesa la utilització de la resta d'espais de la instal·lació a excepció que s'hagi arribat a un acord amb la direcció del centre.

8. NORMATIVA DE LA SALA D'ACTIVITATS DIRIGIDES

És d'obligat compliment:

Arribar a les sessions puntual.

L'ús de la tovallola per posar sobre els matalassets i eixugar-se bé la suor. Portar calçat esportiu i roba adient per a l'activitat a realitzar.

No es permet:

L'entrada als menors de 14 anys, excepte en aquelles activitats adreçades a la seva edat.

Entrar a la sala amb bosses ni vestit de carrer.

Menjar a la sala ni portar recipients de vidre. La beguda ha d'anar amb un recipient tancat hermèticament.

Durant el desenvolupament de les activitats no es permeten altres usos de la sala.

9. NORMATIVA DE LA SALA DE FITNESS

És d'obligat compliment:

L'ús de la tovallola per posar entre les màquines o matalassets i el cos, i eixugar-se bé la suor.

Portar calçat esportiu i roba adient per a l'activitat a realitzar, en cap cas, es pot entrar a la sala amb el tors nu.

Desar al seu lloc el material esportiu un cop utilitzat. En el cas del pes lliure, descarregar les barres i desar els discs en el seu suport corresponent.

En el cas d'estar totes les màquines d'entrenament cardiovascular ocupades, el temps màxim d'utilització serà de 15 minuts.

En les pauses de recuperació entre sèries, cedir la màquina si hi ha altres persones esperant.

No es permet:

L'entrada als menors de 14 anys, excepte en aquelles activitats adreçades a la seva edat (art. 13). Entrar a la sala amb bosses ni vestit de carrer.

Entrar a la sala amb xancles de piscina.

Menjar a la sala ni portar recipients de vidre. La beguda ha d'anar amb un recipient tancat hermèticament.

Manipular cap dels components de l'equipament disponible de la sala.

Demandar als tècnics de la sala que guardin objectes personals dels usuaris. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució, o per qualsevol raó aliena.

10. NORMATIVA DE LES PISCINES

És d'obligat compliment:

Arribar a les sessions puntual (activitats - curssets).

L'ús de banyador, casquet de bany i xancles.

Dutxar-se abans d'entrar a l'aigua.

Circular caminant per la platja de la piscina. Respectar els espais destinats a les diferents activitats (natació lliure, activitat dirigida, ús lliure).

Un cop utilitzat el material esportiu, desar-lo al seu lloc.

Avisar immediatament el socorrista o el tècnic aquàtic en cas de trobar-se malament.

No es permet:

L'entrada als menors de 14 anys no acompanyats, excepte en aquelles activitats adreçades a la seva edat o si van acompanyades.

L'ús de l'espai en horari destinat a altres activitats dirigides o curssets.

Entrar a la piscina amb bosses ni vestit de carrer, excepte les persones autoritzades per la instal·lació.

Menjar a la piscina ni portar recipients de vidre. La beguda ha d'anar amb un recipient tancat hermèticament. Utilitzar cap tipus de sabó o gel a les dutxes del recinte de la piscina.

En el recinte de la piscina –tant dins com fora de l'aigua –cap tipus de joc o activitat perillosa, com pot ésser córrer, saltar, empènyer, enfonsar algú o practicar jocs que puguin comportar un risc físic. Una sessió podrà no impartir-se per impossibilitat de substitució, o per qualsevol raó aliena.

11. NORMATIVA DELS VESTIDORS

És d'obligat compliment:

Portar sabatilles de bany per les zones de peus nets. Eixugar-se a la zona de les dutxes.

Utilitzar les papereres per llençar-hi els papers, ampolles. Utilitzar els armariets d'ús puntual per desar la bossa i els objectes personals.

Avisar al personal de la instal·lació en cas de pèrdua de la clau o de problemes amb el pany dels armariets.

No es permet:

Deixar tancat l'armariet en acabar l'activitat i marxar de la instal·lació.

Dur a terme cap operació d'higiene personal o estètica (depilar-se, tallar-se les ungles, tenyir-se, ...) en tot el recinte.

La instal·lació no es fa responsable dels objectes personals perduts al vestidor.

12 NORMATIVA DEL SOLÀRIUM I ZONA EXTERIOR

No es permet:

Menjar ni portar recipients de vidre. La beguda ha d'anar amb un recipient tancat hermèticament.

Cap tipus de joc o activitat perillosa, és un espai destinat a la relaxació.

LA DIRECCIÓ DEL CENTRE PODRÀ, QUAN HO CONSIDERI NECESSARI, MODIFICAR AQUESTA NORMATIVA, EL NOMBRE DE SESSIONS, EL SEU CONTINGUT I HORARI.

AQUESTA NORMATIVA ÉS D'OBLIGAT COMPLIMENT PER A TOTS ELS USUARIS DEL CEM MES GAVARRES I EL PERSONAL DEL CENTRE VETLLARÀ PER A QUE ES COMPLEIXI.

EL NO COMPLIMENT D'AQUESTA NORMATIVA POT SUPOSAR LA SUSPENSIÓ TEMPORAL O PERMANENT DEL DRET

12- Pla d'utilització de les instal·lacions

- Descripció de les zones:

- **Sala de fitness:** en aquesta sala és on es troben totes les màquines per tal de dur a terme l'a condicionament físic.
Aquesta sala es compona en tres parts:

- 1- **Zona cardiovascular:** cintes de córrer, el·líptiques, bicicletes i les arc training.
 - 2- **Zona pes lliure:** es treballa tota la part muscular amb pes lliure.
 - 3- **Zona de pes articulat:** on es treballa tota la part de força amb màquines específiques.
- **Sala d'activitats dirigides 1:** En aquesta sala es realitzen totes les activitats dirigides per un monitor titulat. Hi ha classes cardiovasculars, classes de tonificació, classes mixtes i de prevenció/relax.
 - **Sala d'activitats dirigides 2:** Sala on es realitzen activitats dirigides i entrenaments personals funcionals.
 - **Sala de ciclisme indoor:** aquesta sala te 25 bicicletes. És una activitat cardiovascular on al ritme de la música marca la intensitat de l'activitat. També està dirigida per un tècnic amb una formació específica.
 - **Zona de piscines:** el centre te 3 vasos de piscina, el primer de 25m per 6 carrils que es bàsicament la piscina per a la practica de la natació. El segon, una piscina mes petita de 12,5m per la practica de les activitats dirigides i la natacions per a nens petits i nadons. I per últim el vas de la zona de el Spa, on ens trobem el jacuzzi.
 - **Pistes de pàdel:** Disposem de 3 pistes de pàdel. S'ha de fer reserva prèvia per a poder jugar. El cost de lloguer varia en funció de si la persona és abonat al centre o no.

13- Resum anual d'accessos de clients

ACCESSOS PER DIES DE LA SETMANA-2020

Mes	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Total
2020-01	1.897	2.094	2.453	2.627	2.041	931	506	12.549
2020-02	2.599	2.339	2.577	2.237	2.086	1.271	454	13.563
2020-03	1.299	1.187	1.288	936	657	228	256	5.851
2020-06	565	608	140	437	417	152	109	2.428
2020-07	1.094	1.233	1.496	1.374	1.348	320	288	7.153
2020-08	1.446	1.094	1.120	1.010	1.038	385	351	6.444
2020-09	1.240	1.458	1.524	1.066	845	337	260	6.730
2020-10	1.346	1.408	1.405	1.676	1.276	440	319	7.870
2020-11	529	266	276	249	251	100	49	1.720
2020-12	1.090	1.147	1.339	1.149	771	240	303	6.039
Totals	13.105	12.834	13.618	12.761	10.730	4.404	2.895	70.347

ACCESSOS PER DIES DE LA SETMANA-2021

Mes	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Total
2021-01	205	176	0	0	0	83	75	539
2021-02	921	859	916	761	828	246	193	4.724
2021-03	1.503	1.230	1.447	1.054	900	317	186	6.637
2021-04	970	1.044	1.171	1.038	889	200	141	5.453
2021-05	2.078	1.477	1.540	1.381	1.258	549	382	8.665
2021-06	1.508	1.692	1.751	992	1.181	474	233	7.831
2021-07	1.376	1.367	1.578	1.561	1.582	628	276	8.368
2021-08	2.003	1.612	1.387	1.150	1.269	483	326	8.230
2021-09	1.734	1.584	2.015	1.791	1.356	553	323	9.356
2021-10	1.861	1.613	1.911	1.531	2.157	911	306	10.290
2021-11	2.483	2.472	2.161	1.422	1.788	767	407	11.500
2021-12	1.433	1.457	1.727	1.757	1.577	537	260	8.748
Totals	18.075	16.583	17.604	14.438	14.785	5.748	3.108	90.341

ACCESSOS PER HORES-2020

Mes	<= 05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Total
2020-01	0	51	488	762	1.397	1.329	765	623	488	358	720	676	1.294	1.752	1.183	465	182	16	0	12.549
2020-02	0	77	519	942	1.575	1.427	789	646	530	378	785	707	1.385	1.955	1.255	412	171	9	1	13.563
2020-03	0	30	298	408	569	624	336	255	218	157	298	283	609	867	616	192	69	22	0	5.851
2020-06	0	26	100	194	316	254	242	172	159	98	152	165	175	161	116	76	20	2	0	2.428
2020-07	0	101	271	524	919	900	507	453	409	165	271	348	690	761	546	220	66	2	0	7.153
2020-08	0	79	296	545	904	809	498	396	294	141	247	340	608	654	372	212	47	2	0	6.444
2020-09	0	42	264	553	899	689	435	384	284	204	277	392	713	771	555	237	31	0	0	6.730
2020-10	0	36	321	591	971	660	610	373	316	236	366	471	950	1.092	640	220	16	1	0	7.870
2020-11	0	8	81	125	171	157	125	79	71	61	109	101	232	245	142	12	1	0	0	1.720
2020-12	0	46	319	501	735	596	475	356	228	175	313	378	599	760	518	37	3	0	0	6.039
Totals	0	496	2.957	5.145	8.456	7.445	4.782	3.737	2.997	1.973	3.538	3.861	7.255	9.018	5.943	2.083	606	54	1	70.347

ACCESOS PER HORES-2021

Mes	<= 05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Total
2021-01	0	11	34	49	102	76	81	53	21	14	32	28	13	3	8	14	0	0	0	539
2021-02	0	33	274	393	639	459	337	226	176	148	241	276	505	558	439	20	0	0	0	4.724
2021-03	0	41	271	602	846	647	391	291	286	223	324	363	806	938	564	41	3	0	0	6.637
2021-04	0	34	233	489	570	483	302	221	214	204	245	279	793	866	478	40	2	0	0	5.453
2021-05	0	44	400	780	1.048	838	522	382	382	304	301	444	1.096	1.273	707	122	16	6	0	8.665
2021-06	0	42	354	779	897	735	451	362	335	262	292	437	914	1.004	628	243	83	13	0	7.831
2021-07	0	41	256	665	959	783	524	451	434	303	390	451	943	1.131	682	276	76	3	0	8.368
2021-08	0	41	348	715	1.148	804	503	454	331	264	406	399	858	1.005	573	297	75	9	0	8.230
2021-09	0	47	395	834	1.185	995	482	454	320	285	532	505	982	1.110	813	343	60	14	0	9.356
2021-10	0	60	385	788	1.241	1.057	585	513	307	318	493	598	1.210	1.463	823	355	75	19	0	10.290
2021-11	0	78	463	788	1.447	1.087	669	540	435	338	513	632	1.421	1.643	917	404	94	31	0	11.500
2021-12	0	52	403	663	1.152	920	612	535	347	323	344	521	884	995	618	307	58	14	0	8.748
Totals	0	524	3.816	7.545	11.234	8.884	5.459	4.482	3.588	2.986	4.113	4.933	10.425	11.989	7.250	2.462	542	109	0	90.341

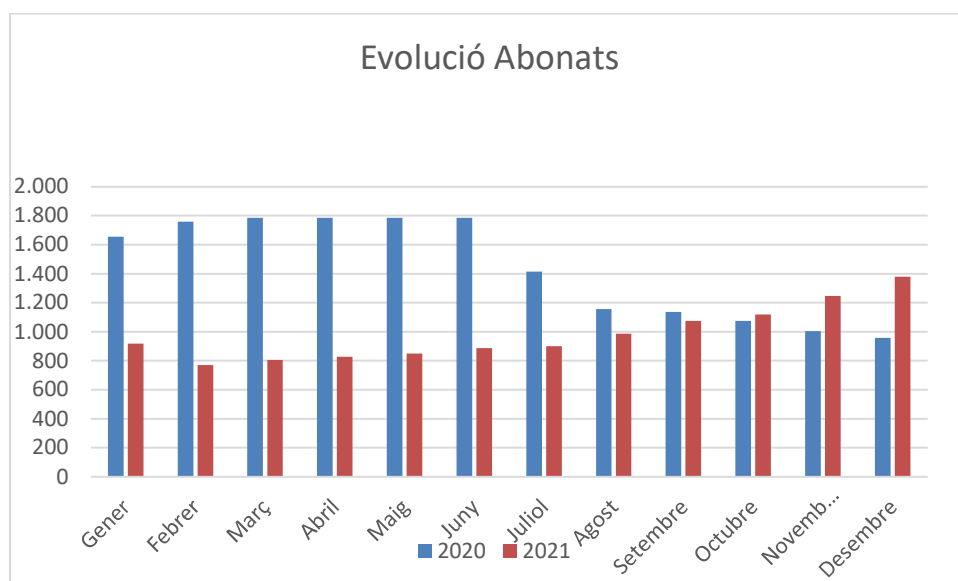
14- Anàlisi d'usuaris i serveis

Tal com es diu al punt 9 de la present Memòria, els tancaments per la pandèmia COVID-19 han tingut clars efectes en el número d'abonats i en les xifres d'ingressos.

- Evolució Abonats:

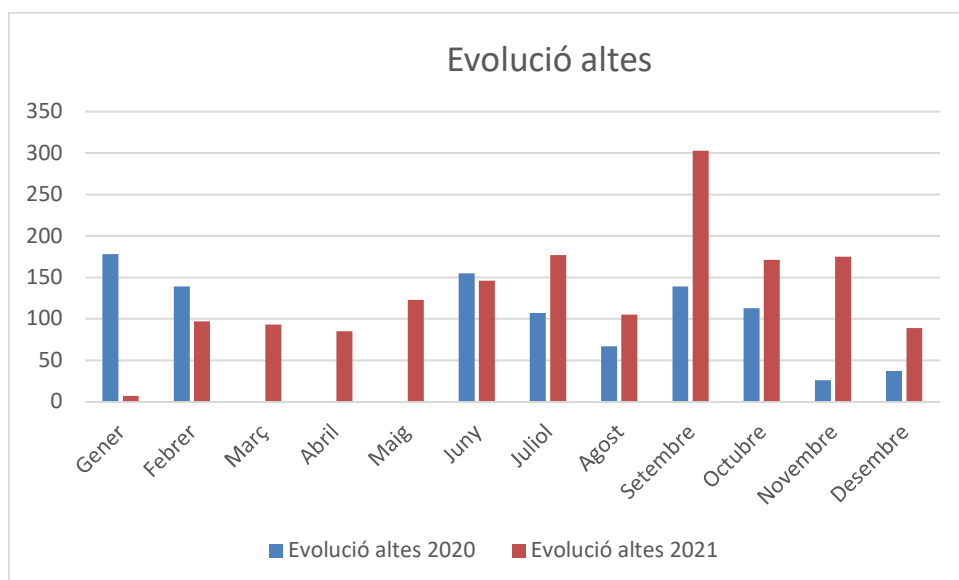
Evolució abonats per any		
	2020	2021
Gener	1.655	918
Febrer	1.759	769
Març	1.786-Tancat ½ mes	805
Abril	Tancat	828
Maig	Tancat	849
Juny	Tancat ½ mes	888
Juliol	1.414	901
Agost	1.157	986
Setembre	1.137	1.074
Octubre	1.074	1.119
Novembre	1.003	1.246
Desembre	957	1.379

De mitjans de març a mitjans de juny 2020, tancat per Covid
També hi ha altres tancaments de durada inferior al novembre de 2020 i al gener de 2021



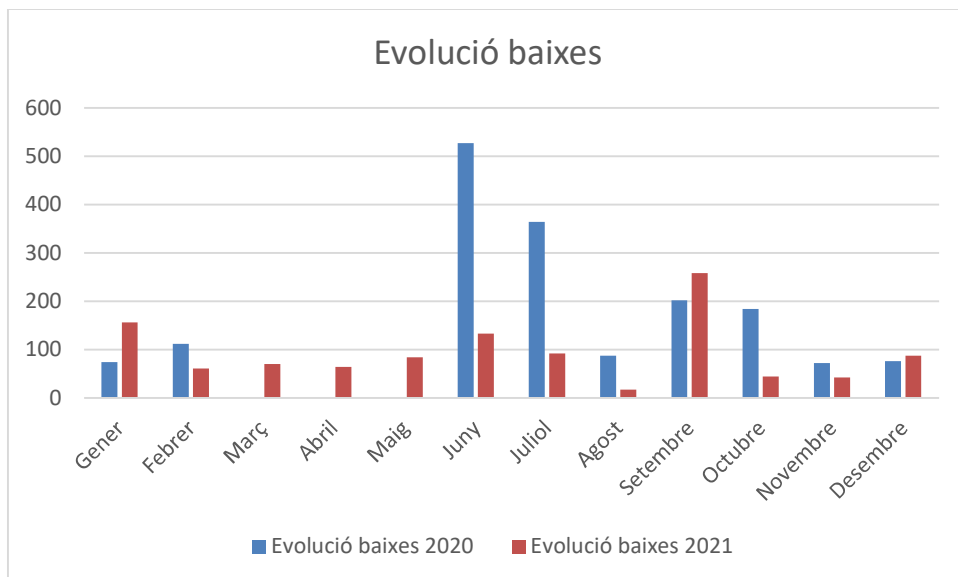
- **Evolució d'altres:**

Evolució altes		
	2020	2021
Gener	178	7
Febrer	139	97
Març	0	93
Abril	0	85
Maig	0	123
Juny	155	146
Juliol	107	177
Agost	67	105
Setembre	139	303
Octubre	113	171
Novembre	26	175
Desembre	37	89



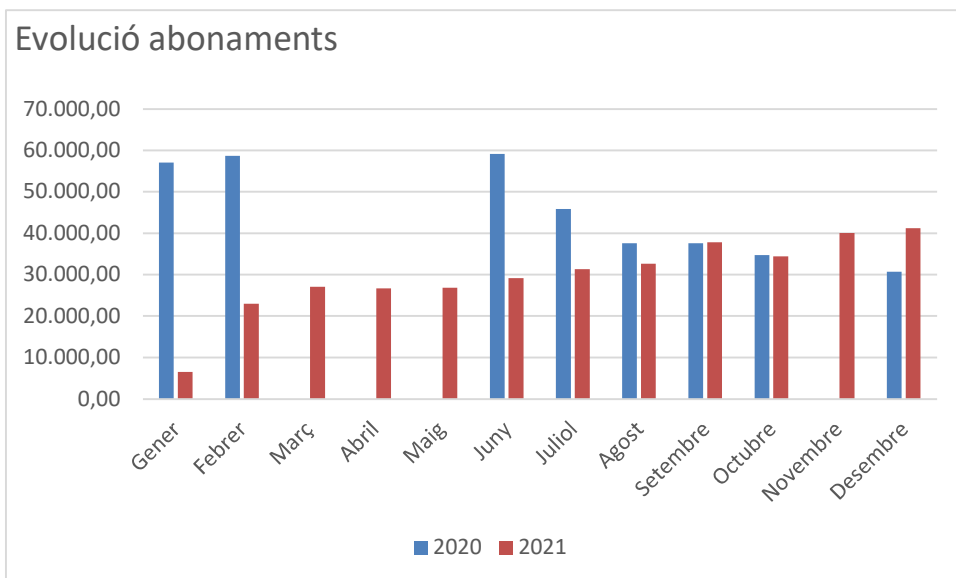
- **Evolució de baixes:**

Evolució baixes		
	2020	2021
Gener	74	156
Febrer	112	61
Març	0	70
Abril	0	64
Maig	0	84
Juny	527	133
Juliol	364	92
Agost	87	17
Setembre	202	258
Octubre	184	44
Novembre	72	42
Desembre	76	87



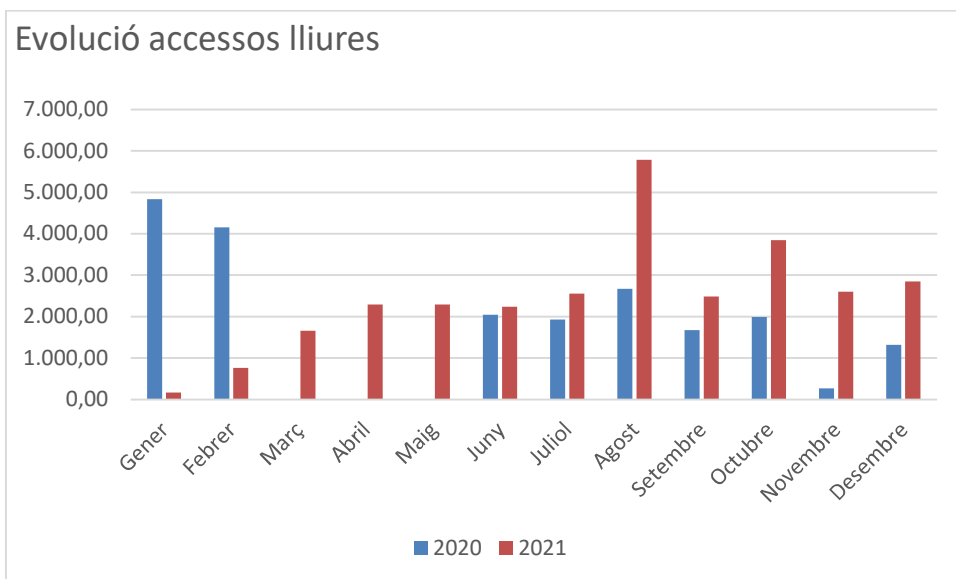
- **Evolució d'abonaments:**

Evolució abonaments		
	2020	2021
Gener	57.069,67	6.500,00
Febrer	58.632,01	22.950,02
Març	0,00	27.033,46
Abril	0,00	26.701,87
Maig	0,00	26.846,36
Juny	59.143,68	29.162,19
Juliol	45.838,82	31.288,35
Agost	37.564,97	32.666,59
Setembre	37.561,24	37.824,71
Octubre	34.689,75	34.383,12
Novembre	0,00	40.008,00
Desembre	30.678,27	41.171,65
TOTAL	361.178,41	356.536,32



- Evolució d'ingrés accés lliure:

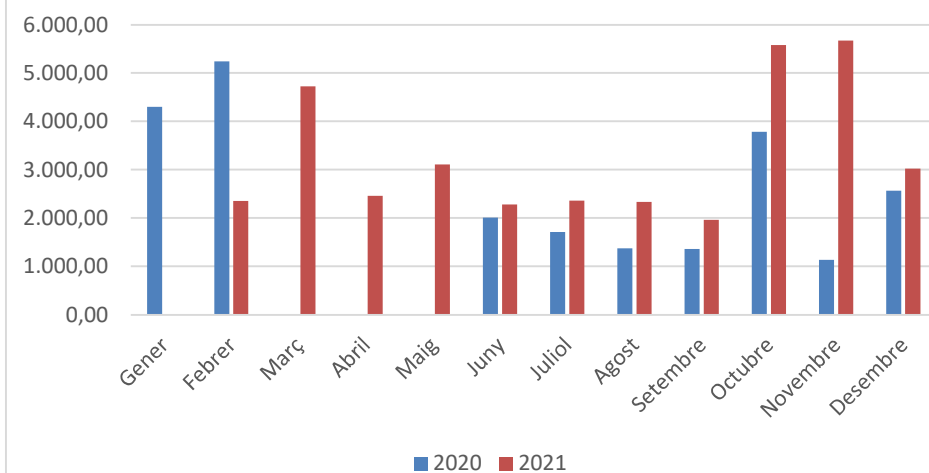
Evolució accessos lliures		
	2020	2021
Gener	4.833,30	168,05
Febrer	4.153,85	760,89
Març	0,00	1.661,34
Abril	0,00	2.290,09
Maig	0,00	2.295,22
Juny	2.042,58	2.237,48
Juliol	1.930,57	2.555,89
Agost	2.669,30	5.785,60
Setembre	1.672,73	2.484,81
Octubre	1.991,83	3.843,95
Novembre	266,67	2.598,95
Desembre	1.318,32	2.846,85
TOTAL	20.879,15	29.529,12



- Evolució d'ingrés cursos natació extraescolar:

Evolució cursos extraescolars infantils		
	2020	2021
Gener	4.298,98	0,00
Febrer	5.240,41	2.356,44
Març	0,00	4.726,54
Abril	0,00	2.457,39
Maig	0,00	3.110,67
Juny	2.007,18	2.282,61
Juliol	1.708,89	2.360,16
Agost	1.375,02	2.334,92
Setembre	1.358,49	1.962,23
Octubre	3.786,73	5.581,41
Novembre	1.133,47	5.674,58
Desembre	2.563,13	3.020,95
TOTAL	23.472,30	35.867,90

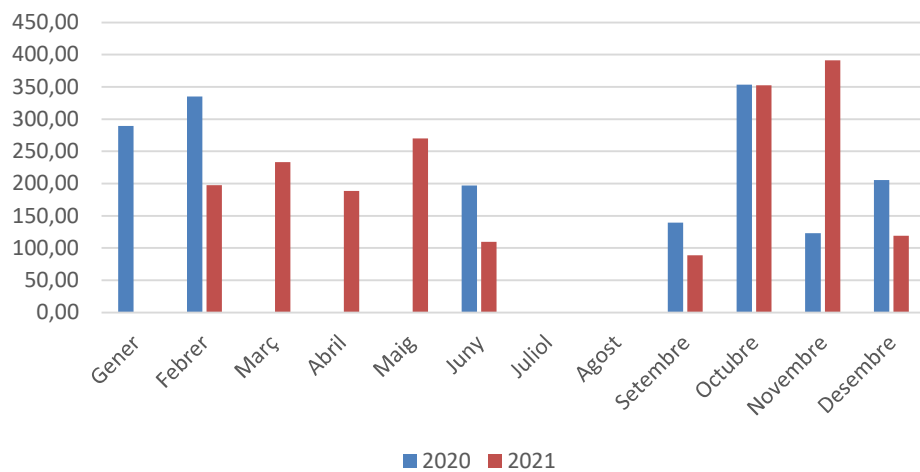
Evolució cursos de natació extraescolars infantils



- **Evolució d'ingrés dels cursos d'adults:**

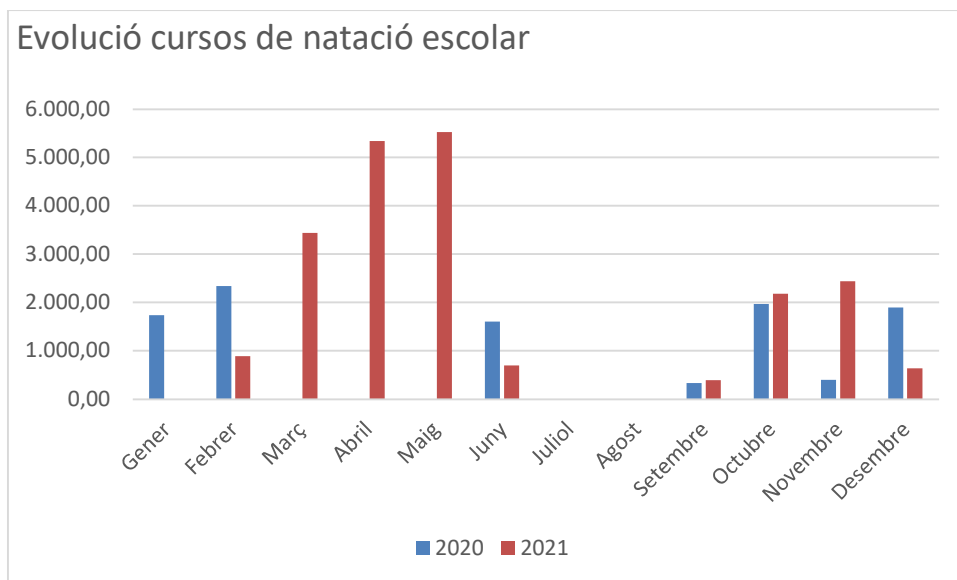
Evolució cursos adults		
	2020	2021
Gener	289,61	0,00
Febrer	334,95	197,49
Març	0,00	233,16
Abril	0,00	188,73
Maig	0,00	270,24
Juny	197,17	109,80
Juliol	0,00	0,00
Agost	0,00	0,00
Setembre	139,32	88,84
Octubre	353,40	352,31
Novembre	123,18	391,33
Desembre	205,30	118,93
TOTAL	1.642,93	1.950,83

Evolució cursos de natació adults



- **Evolució d'ingrés dels cursos de natació escolar:**

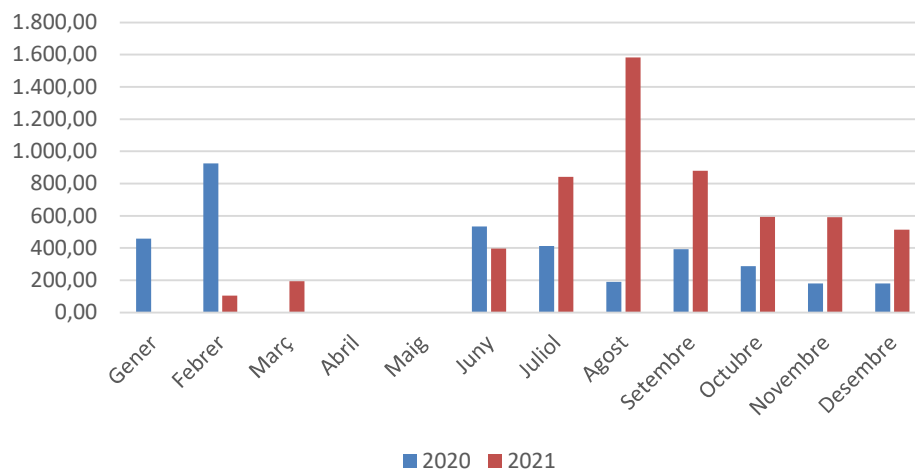
Evolució cursos natació escolar		
	2020	2021
Gener	1.736,26	0,00
Febrer	2.335,40	887,45
Març	0,00	3.434,73
Abril	0,00	5.336,89
Maig	0,00	5.524,03
Juny	1.606,34	694,68
Juliol	0,00	0,00
Agost	0,00	0,00
Setembre	330,61	390,94
Octubre	1.968,87	2.178,75
Novembre	396,61	2.436,24
Desembre	1.896,65	635,78
TOTAL	10.270,74	21.519,49



- Evolució d'ingrés en el servei d'entrenament personal:

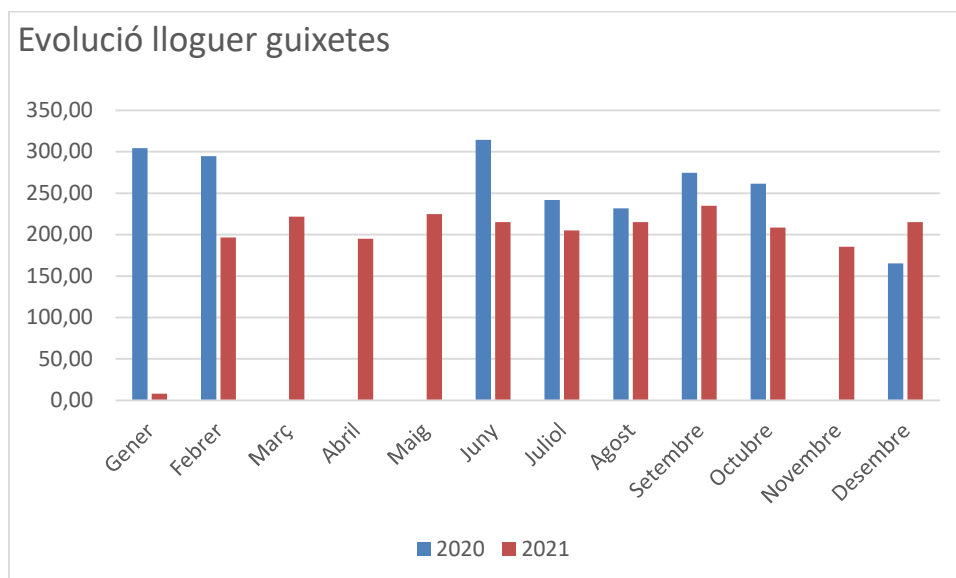
Evolució entrenaments personals		
	2020	2021
Gener	457,68	0,00
Febrer	925,09	104,79
Març	0,00	193,66
Abril	0,00	0,00
Maig	0,00	0,00
Juny	533,94	397,11
Juliol	412,18	841,49
Agost	189,64	1.582,98
Setembre	392,12	879,43
Octubre	287,83	593,10
Novembre	179,34	590,88
Desembre	180,72	513,75
TOTAL	3.558,54	5.697,19

Evolució entrenaments personals



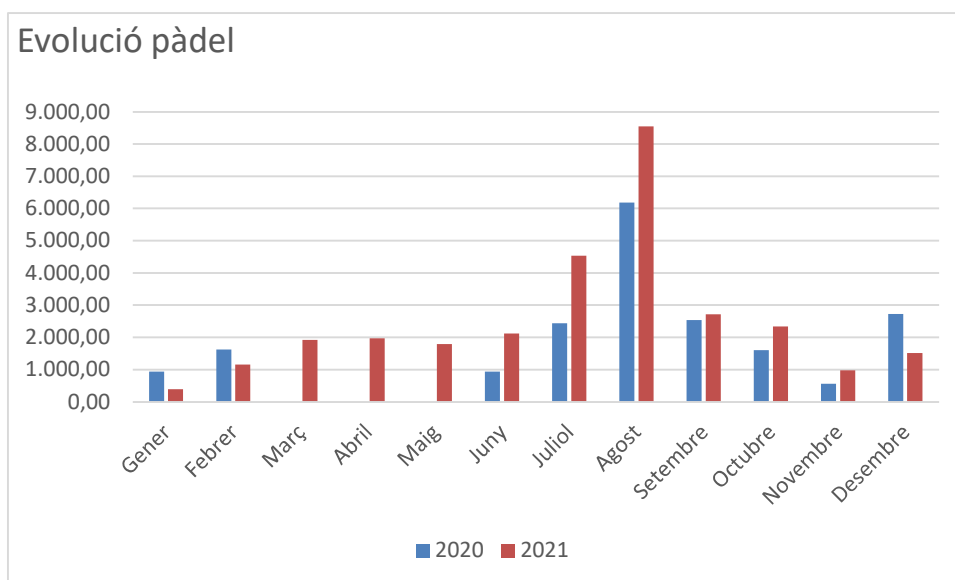
- Evolució d'ingrés de lloguer de guixetes:

Evolució lloguer guixetes		
	2020	2021
Gener	304,43	8,26
Febrer	294,51	196,70
Març	0,00	221,67
Abril	0,00	195,22
Maig	0,00	224,95
Juny	314,36	215,07
Juliol	241,59	205,14
Agost	231,65	215,05
Setembre	274,61	234,90
Octubre	261,36	208,47
Novembre	0,00	185,31
Desembre	165,46	215,06
TOTAL	2.087,97	2.325,80



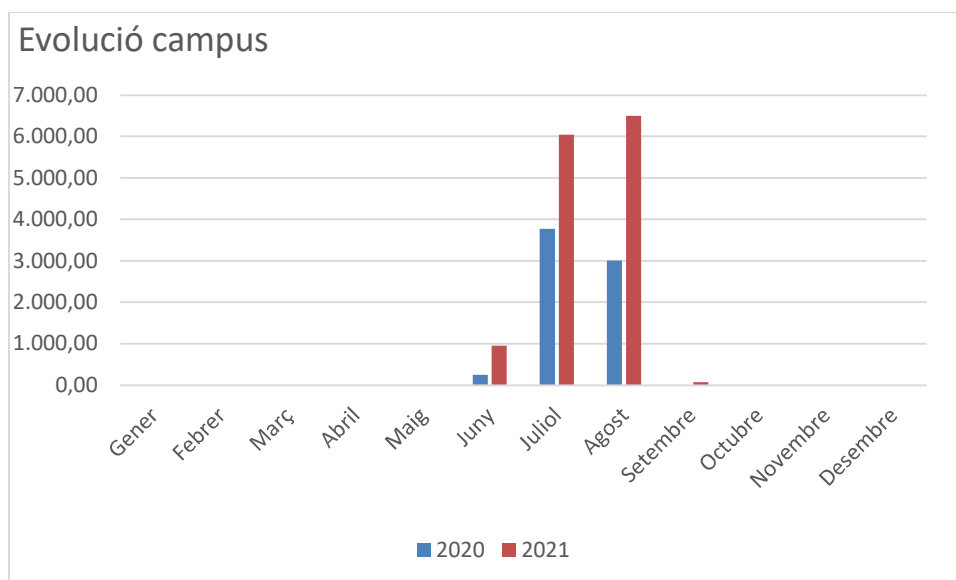
- Evolució d'ingrés Pàdel:

Evolució pàdel		
	2020	2021
Gener	935,55	387,13
Febrer	1.620,43	1.157,10
Març	0,00	1.921,97
Abril	0,00	1.975,89
Maig	0,00	1.790,17
Juny	939,20	2.123,41
Juliol	2.433,53	4.535,67
Agost	6.185,58	8.547,72
Setembre	2.535,62	2.713,23
Octubre	1.600,67	2.339,35
Novembre	558,98	980,53
Desembre	2.728,93	1.516,61
TOTAL	19.538,49	29.988,78



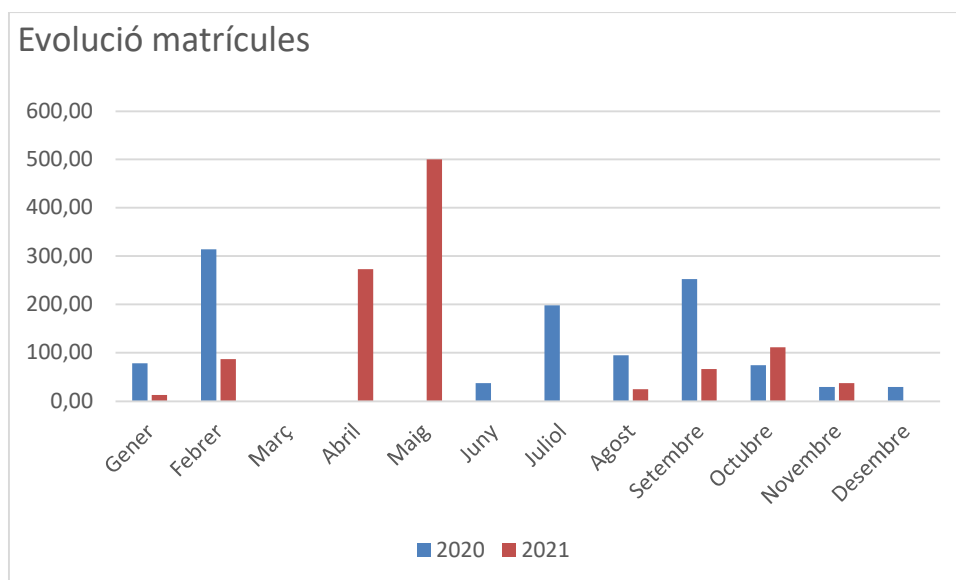
- Evolució d'ingrés Campus:

Evolució campus		
	2020	2021
Gener	0,00	0,00
Febrer	0,00	0,00
Març	0,00	0,00
Abril	0,00	0,00
Maig	0,00	0,00
Juny	247,61	954,94
Juliol	3.772,78	6.044,03
Agost	3.003,97	6.497,85
Setembre	0,00	74,38
Octubre	0,00	0,00
Novembre	0,00	0,00
Desembre	0,00	0,00
TOTAL	7.024,36	13.571,20



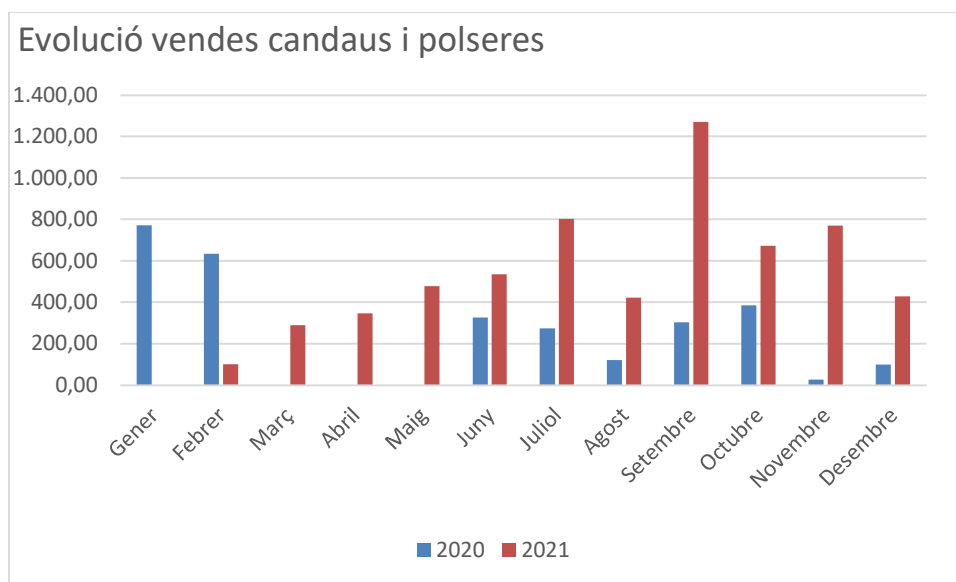
- **Evolució d'ingrés Matrícoles:**

Evolució matrícules		
	2020	2021
Gener	78,53	12,40
Febrer	314,09	86,78
Març	0,00	0,00
Abril	0,00	272,74
Maig	0,00	500,03
Juny	37,20	0,00
Juliol	198,35	0,00
Agost	95,06	24,80
Setembre	252,08	66,13
Octubre	74,40	111,58
Novembre	28,93	37,20
Desembre	28,93	0,00
TOTAL	1.107,57	1.111,66



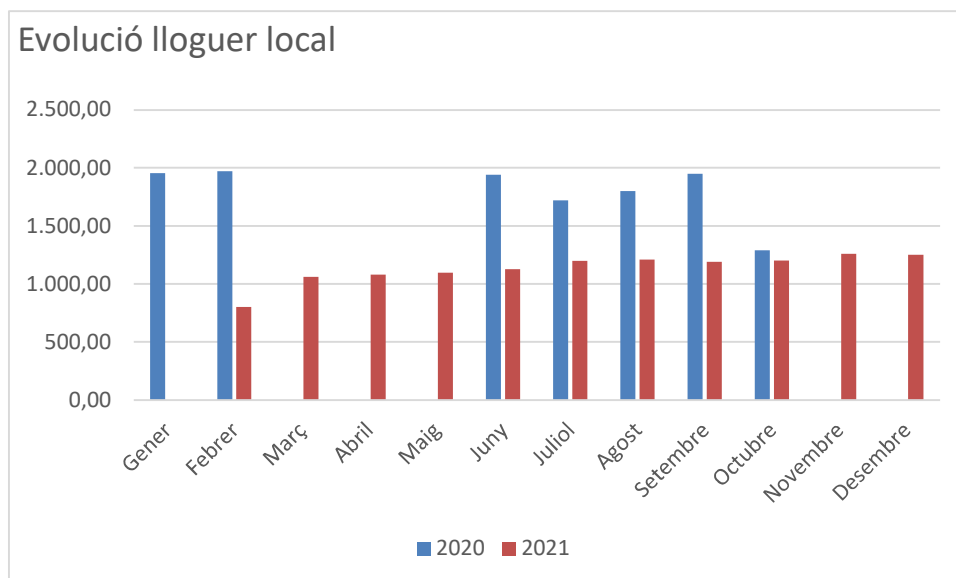
- **Evolució d'ingrés Candaus i polseres:**

Evolució vendes candaus i polseres		
	2020	2021
Gener	770,59	0,00
Febrer	633,07	101,37
Març	0,00	289,03
Abril	0,00	346,78
Maig	0,00	477,13
Juny	326,56	534,37
Juliol	272,95	802,03
Agost	120,71	421,63
Setembre	302,37	1.271,04
Octubre	385,55	671,68
Novembre	25,94	768,92
Desembre	99,63	427,57
TOTAL	2.937,37	6.111,55



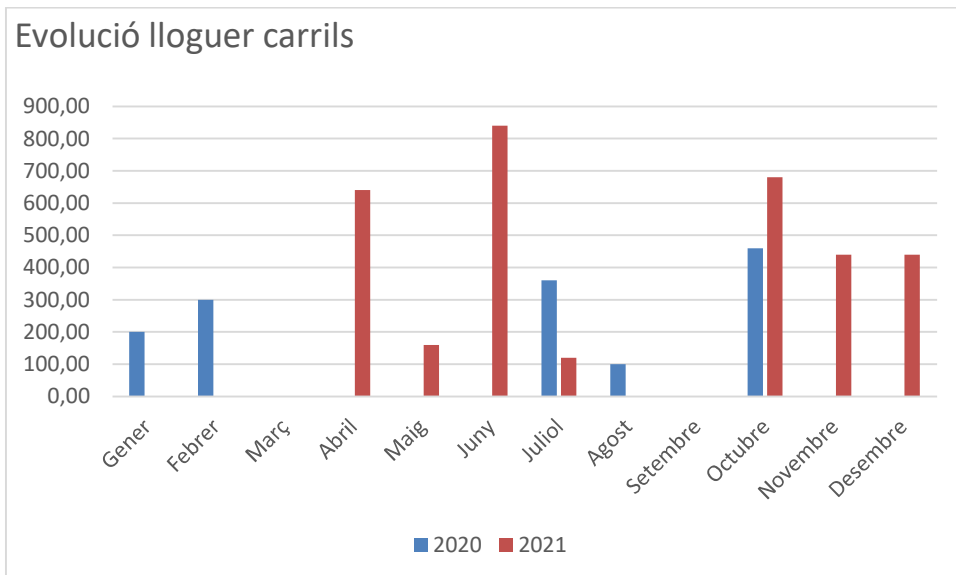
- Evolució d'ingrés Lloguer de locals:

Evolució lloguer local		
	2020	2021
Gener	1.955,76	0,00
Febrer	1.970,85	801,17
Març	0,00	1.060,25
Abril	0,00	1.080,74
Maig	0,00	1.095,61
Juny	1.940,73	1.125,78
Juliol	1.720,15	1.199,51
Agost	1.800,76	1.210,15
Setembre	1.950,15	1.190,28
Octubre	1.288,53	1.201,70
Novembre	0,00	1.260,15
Desembre	0,00	1.250,27
TOTAL	12.626,93	12.475,61



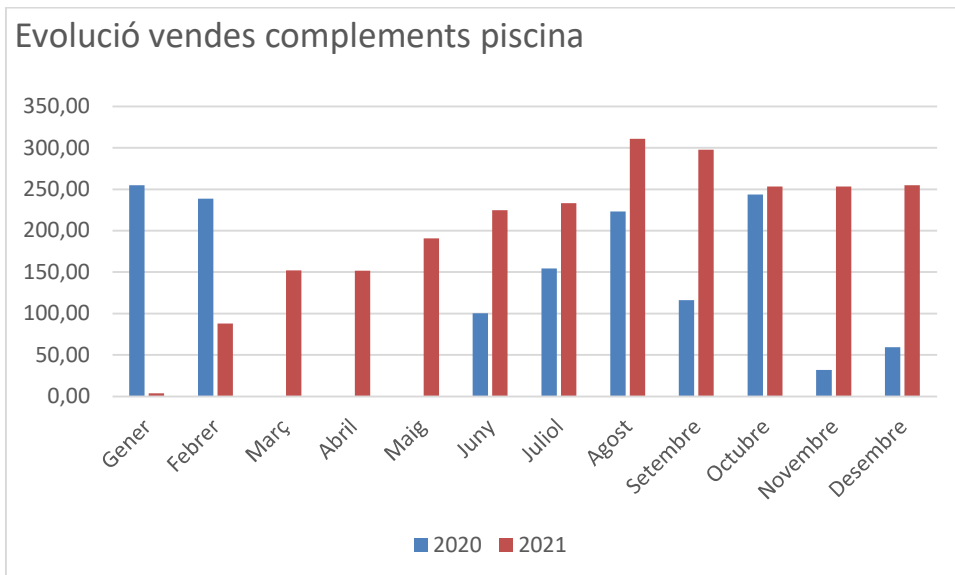
- Evolució d'ingrés Lloguer de carrils:

Evolució lloguer carrils		
	2020	2021
Gener	200,00	0,00
Febrer	300,00	0,00
Març	0,00	0,00
Abril	0,00	640,00
Maig	0,00	160,00
Juny	0,00	840,00
Juliol	360,00	120,00
Agost	100,00	0,00
Setembre	0,00	0,00
Octubre	460,00	680,00
Novembre	0,00	440,00
Desembre	0,00	440,00
TOTAL	1.420,00	3.320,00



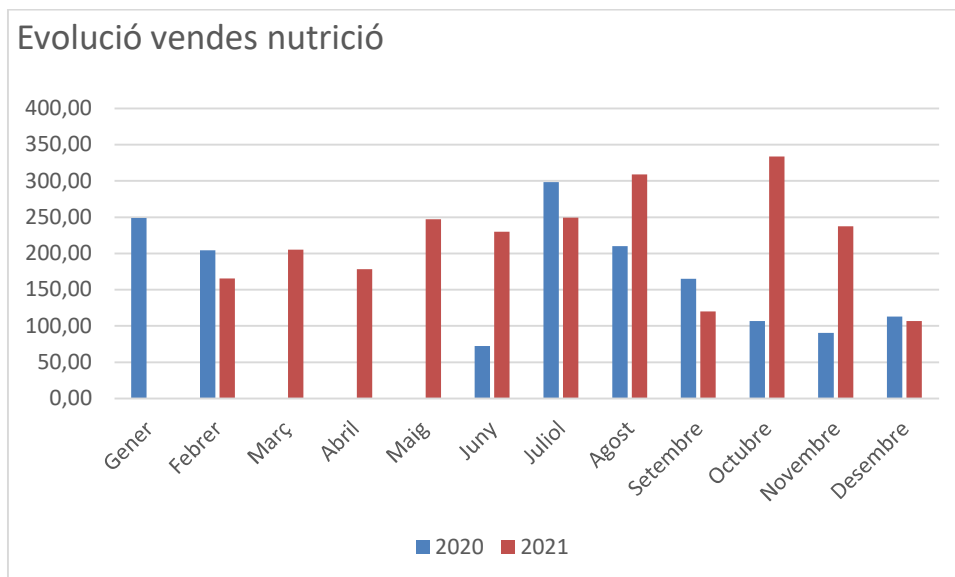
- Evolució vendes complements de piscina:

Evolució vendes complements piscina		
	2020	2021
Gener	254,77	3,80
Febrer	238,77	88,11
Març	0,00	152,23
Abril	0,00	151,87
Maig	0,00	190,91
Juny	100,23	224,73
Juliol	154,45	233,17
Agost	223,02	311,03
Setembre	116,22	297,74
Octubre	243,78	253,48
Novembre	32,00	253,41
Desembre	59,39	254,85
TOTAL	1.422,63	2.415,33



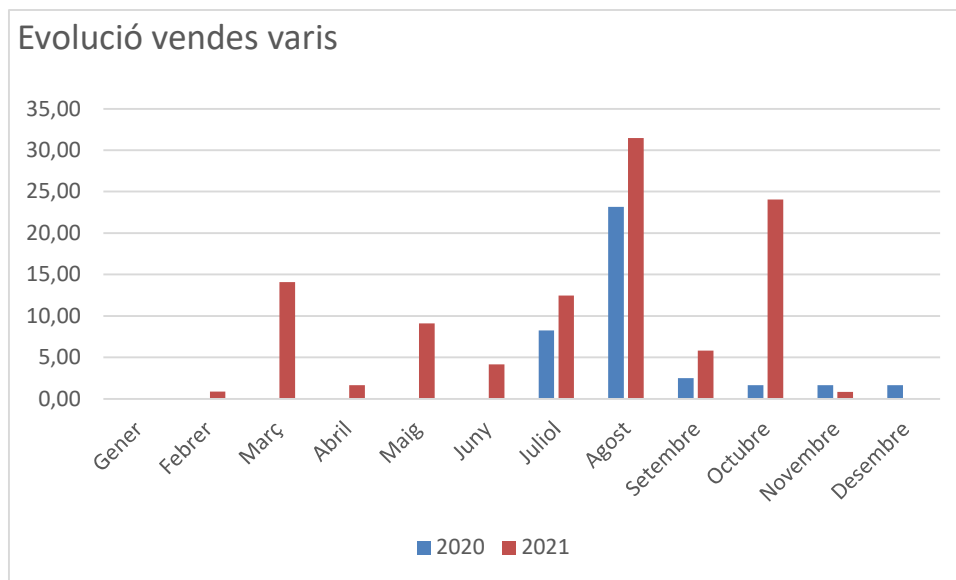
- Evolució vendes de nutrició:

Evolució vendes nutrició		
	2020	2021
Gener	249,04	0,00
Febrer	204,10	165,60
Març	0,00	204,99
Abril	0,00	178,43
Maig	0,00	247,33
Juny	72,12	230,10
Juliol	298,37	249,13
Agost	209,85	308,74
Setembre	164,86	120,15
Octubre	106,67	333,61
Novembre	90,62	237,44
Desembre	113,09	106,73
TOTAL	1.508,72	2.382,25



- Evolució de vendes varis:

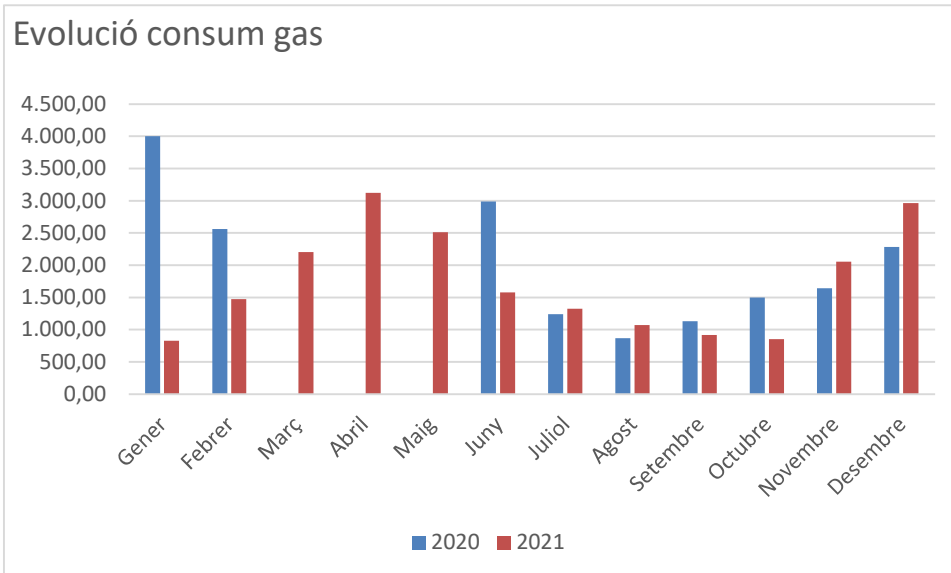
Evolució vendes varis		
	2020	2021
Gener	0,00	0,00
Febrer	0,00	0,88
Març	0,00	14,07
Abril	0,00	1,66
Maig	0,00	9,09
Juny	0,00	4,15
Juliol	8,26	12,45
Agost	23,14	31,45
Setembre	2,49	5,81
Octubre	1,66	24,03
Novembre	1,66	0,83
Desembre	1,66	0,00
TOTAL	38,87	104,42



15-Anàlisi costos consums.

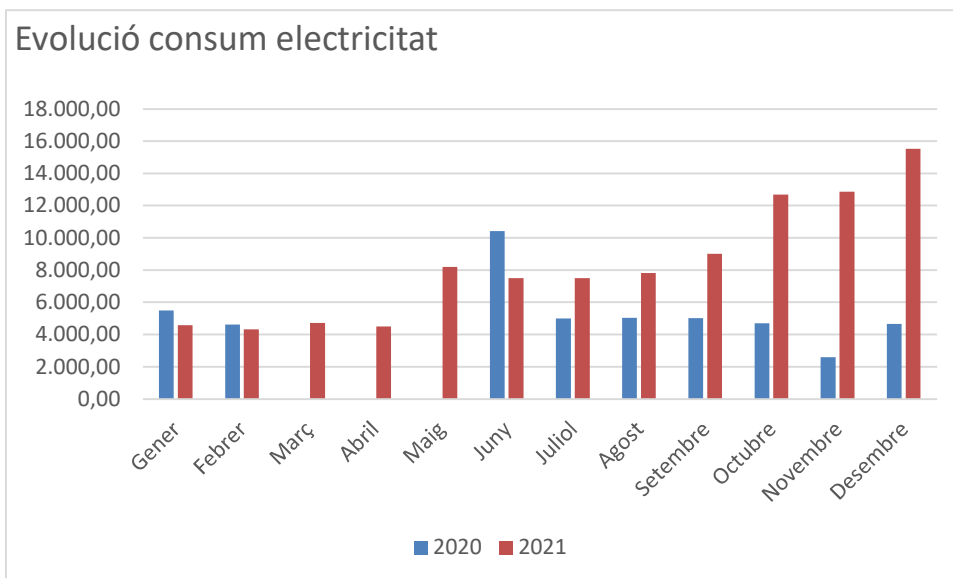
- Consum gas:

Evolució consum gas		
	2020	2021
Gener	4.000,00	828,91
Febrer	2.559,72	1.472,42
Març	0,00	2.202,81
Abril	0,00	3.120,74
Maig	0,00	2.508,86
Juny	2.988,88	1.577,32
Juliol	1.239,33	1.321,70
Agost	867,25	1.070,18
Setembre	1.130,35	917,44
Octubre	1.500,00	852,85
Novembre	1.642,56	2.053,66
Desembre	2.280,42	2.963,18
TOTAL	18.208,51	20.890,07



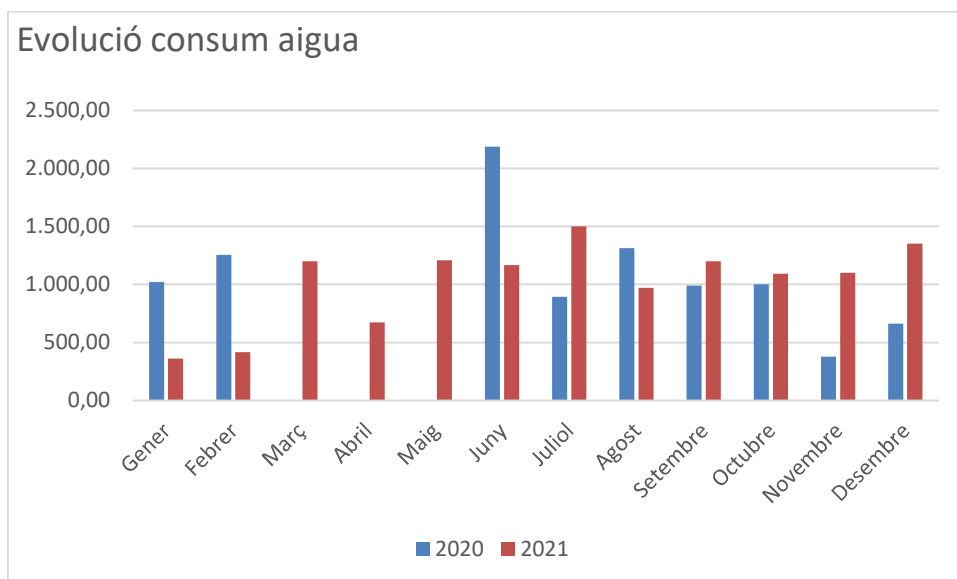
- Consum electricitat:

Evolució consum electricitat		
	2020	2021
Gener	5.500,00	4.573,50
Febrer	4.624,35	4.322,44
Març	0,00	4.714,85
Abril	0,00	4.500,00
Maig	0,00	8.200,00
Juny	10.423,14	7.500,00
Juliol	4.984,09	7.500,00
Agost	5.038,07	7.811,81
Setembre	5.016,24	9.000,00
Octubre	4.690,26	12.673,09
Novembre	2.587,61	12.861,61
Desembre	4.652,07	15.524,70
TOTAL	47.515,83	99.182,00



- Consum aigua:

Evolució consum aigua		
	2020	2021
Gener	1.019,14	361,02
Febrer	1.254,34	416,36
Març	0,00	1.200,00
Abril	0,00	673,36
Maig	0,00	1.208,08
Juny	2.186,19	1.166,13
Juliol	893,33	1.500,00
Agost	1.313,47	970,60
Setembre	991,35	1.200,00
Octubre	1.000,00	1.093,08
Novembre	376,14	1.100,00
Desembre	661,55	1.352,33
TOTAL	9.695,51	12.240,96



16- Tarifes 2020-2021

HORARI COMPLET

Abonaments mensuals	2on familiar		Matrícules	
Infantil (<15)	22,00 €	17,60 €	Infantil (<15)	25,00 €
Jove I (15-19)	35,00 €	28,00 €	Jove I (15-19)	35,00 €
Jove II (20-24)	41,00 €	32,80 €	Jove II (20-24)	45,00 €
Adult (25-64)	46,00 €	36,80 €	Adult (25-64)	60,00 €
Gent Gran (>64)	28,00 €	22,40 €	Gent Gran (>64)	35,00 €

CAP DE SETMANA

Abonaments mensuals	2on familiar		Matrícules	
Infantil (<15)	15,00 €	12,00 €	Infantil (<15)	20,00 €
Jove I i II (15-24)	22,00 €	17,60 €	Jove I (15-19)	25,00 €
Adult (25-64)	35,00 €	28,00 €	Jove II (20-24)	35,00 €
Gent Gran (>64)	22,00 €	17,60 €	Adult (25-64)	40,00 €
			Gent Gran (>64)	25,00 €

ENTRADA PUNTUAL

Infantil (<15) i Gent Gran (>64)	6,27 €	
Joves i adults (15-64)	8,78 €	
Bono 10 entrades inf/G.gran	43,88 €	Caducitat Bonos: 3 mesos
Bono 10 entrades jove-adult	62,88 €	Caducitat Bonos: 3 mesos

BAIXA MANTENIMENT

	Horari complet	Cap de setmana
Infantil (<15)	7,52 €	3,76 €
Jove I (15-19)	11,00 €	6,00 €
Jove II (20-24)	15,00 €	6,00 €
Adult (25-64)	10,00 €	8,78 €
Gent Gran (>64)	7,52 €	6,00 €

PÀDEL

Abonat 1 hora	2,85 €	Abonat 1,5 hores	4,00 €
No abonat 1 hora	5,00 €	No abonat 1,5 hores	7,00 €
Llum pista	5,00 €	Abonat 2 hores	5,00 €
		No abonat 2 hores	9,00 €

CURSOS DE NATACIÓ TRIMESTRALS

	Dies/setmana	Abonat	No abonat
Nadons (6-36 mesos)	1	75,00 €	110,00 €
Petits (3 a 5 anys)	1	50,00 €	76,00 €
	2	80,00 €	102,00 €
Infantil (6 a 14)	1	35,00 €	65,00 €
	2	65,00 €	100,00 €
Adult (15 a 64)	1	50,00 €	70,00 €
	2	80,00 €	110,00 €
Gent Gran (>64)	1	40,00 €	65,00 €
	2	70,00 €	100,00 €

