

# BAUTISMO DE MERGULLO INFANTIL CONCELLO DE FENE

Para nenos/as de 10 a 16 anos

GRATUÍTO

Sábado, 11 de xuño de 2016  
Na piscina municipal de Centieiras

- De 17:00 a 17:45 h.

- De 17:45 a 18:30 h.

## Actividades:

- Utilización do equipo lixeiro (máscara, tuba e aletas)
- Sinais submariñas
- Explicación e exercicios co equipo pesado que será levado polo monitor (regulador, chaleco flotabilidade, botella).
- Forma de respiración axeitada, relaxación, normas básicas de seguridade.

## Requisitos para participar no Bautismo

- Saber nadar
- Permiso paterno

Prazas: 15 prazas en cada quenda (30 en total)

Cota: GRATUÍTA.

## Inscricións:

- No pavillón polideportivo da Xunqueira (San Valentín)
- Do 25 de maio ao 9 de xuño.
  - De luns a venres: de 8:30 a 14:30 h.
  - Mércores: De 16:30 a 19:00 h.



## **MATERIAL PRECISO A LEVAR:**

- Bañador
- Gorro
- Chanclas
- Camiseta para meter na auga

**A ORGANIZACIÓN PROPORCIONARÁ TODO O MATERIAL DEPORTIVO  
NECESARIO,**

ORGANIZA:

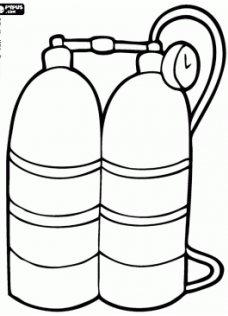


**FENE  
DEPORTES**

COLABORA:



# BAUTISMO DE MERGULLO MAIORES 16 ANOS CONCELLO DE FENE



Sábado 11 e Domingo 12 de xuño de 2016

Sábado: Na piscina municipal de Centieiras de 18:30 a 21:00 horas

Domingo: Na praia de Chanteiro de 10:00 a 13:00 horas distribuídos en dous grupos (1,5 h. cada grupo)

## Actividades sábado, 11 de xuño:

- Utilización do equipo lixeiro (máscara, tuba e aletas)
- Explicación e exercicios co equipo pesado
- Forma de respiración axeitada, relaxación, normas básicas de seguridade.
- Señais submariñas

Actividades domingo, 12 de xuño (no caso de que as condicións do mar o permitan, en caso contrario cambiarase a data para outro domingo)

- ⓐ Preparación do material
- ⓑ Paseo subacuático, cada alumno/a cun monitor.
- ⓒ Limpeza e recollida do material

## Requisitos para participar no Bautismo

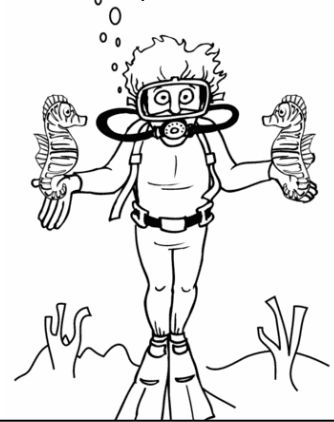
- Saber nadar
- Permiso paterno (no caso de ter menos de 18 anos)

Nº Prazas: 12

Cota: 6,25 €

## Inscripcións:

- No pavillón polideportivo da Xunqueira (San Valentín)
- Do 2 ao 12 de xuño.
  - De luns a venres: de 8:30 a 14:30 h.
  - Mércores: De 16:30 a 19:00 h.



## **MATERIAL PRECISO A LEVAR:**

- Bañador
- Gorro
- Chanclas
- Camiseta para meter na auga o sábado

**A ORGANIZACIÓN PROPORCIONARÁ TODO O MATERIAL DEPORTIVO NECESARIO, INCLUIDOS OS TRAXES DE NEOPRENO PARA O MAR**

**ORGANIZA:**  **FENE  
DEPORTES**

**COLABORA:**  CLUB DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS  
"NAUTILUS"