

### GYMKANA ACUATICA.

**Miércoles 29 de diciembre de 2021.**

Horario: de 17'30 a 19'30 horas.

Edad: 6-16 años.

Plazas ofertadas: 30 niños/as

Descripción: Juegos y pruebas recreativas divertidas, refrescantes y novedosas, realizadas en el medio acuático para los niños, tematizando el espectáculo con la navidad. Una gran fiesta del agua orientada a la motivación y diversión de los niños.

### INICIACION AL WATERPOLO.

**Jueves 30 de diciembre de 2021.**

- 1ª sesión: 16'30 a 17'30 horas.
- 2ª sesión: 17'30 a 18'30 horas.

Plazas: 14 niños/as por sesión.

Edad: 8-11 años para la 1ª sesión y de 12-15 años para la 2ª sesión.

Descripción: Actividades y juegos dirigidos a la iniciación al waterpolo que permitan adquirir un dominio de las habilidades básicas acuáticas mediante la realización de este deporte.

### II SAN SILVESTRE MARTEÑA 2021.

**Viernes 31 de diciembre de 2021.**

Horario: 11'00 horas.

Lugar: salida y meta Avda. Pierre Cibié y circuito urbano por determinar.

Distancia aproximada: 3 kilómetros, prueba no competitiva.

#### PREMIOS:

**MEJOR DISFRAZ ADULTO MASCULINO Y FEMENINO: VALE 50 € MATERIAL DEPORTIVO.**

**MEJOR DISFRAZ NIÑO Y NIÑA: VALE 50 € MATERIAL DEPORTIVO.**

**GRUPO DISFRAZADO MAS NUMEROSO: VALE 200 € MATERIAL DEPORTIVO.**

**CLUB DEPORTIVO CON MAYOR NUMERO DE DEPORTISTAS FEDERADOS QUE PARTICIPAN: VALE 500 € MATERIAL DEPORTIVO.**

**INFORMACION E INSCRIPCIONES: 953 21 00 60**

**ACTIVIDADES PISCINA CUBIERTA: 953 21 00 61**



*Excmo. Ayuntamiento de Martos - Concejalía de Deportes*

# ACTIVIDADES DEPORTIVAS NAVIDAD 2021

### JUEGOS DIVERTIDOS.

**Sábado 18 de diciembre de 2021.**

Lugar: Parque Infantil Blas Infante.

Horario: 11'00 a 12'00 horas.

Edades: 3 a 8 años.

### GRAN PRIX ACUATICO.

**Lunes 20 de diciembre de 2021.**

Horario: de 19'00 a 21'00 horas.

Edad: 16 años en adelante.

Plazas ofertadas: 4 equipos de hasta 6 personas cada equipo y 12 plazas individuales para formar dos equipos más el día de las pruebas.

Descripción: juegos y pruebas recreativas divertidas, refrescantes y novedosas, realizadas en el medio acuático y por equipos, tematizando el espectáculo con la navidad. Cada equipo realizará 10 pruebas otorgando a cada prueba una puntuación que determinará el equipo campeón al finalizar estas pruebas.

**PREMIO: VALE DE MATERIAL DEPORTIVO POR IMPORTE DE 120 €/EQUIPO**

### INICIACION ACUATICA 4-5 AÑOS.

**Martes 21 de diciembre de 2021.**

Horario: de 17'00 a 18'00 horas.

Plazas ofertadas: 12 niños/as de 4-5 años.

Zona: vaso pequeño de chapoteo – Piscina Municipal Cubierta

Descripción: Sesión de promoción para el aprendizaje acuático de los niños/as destacando la adaptación al medio acuático mediante la realización de actividades lúdicas con la ayuda de los monitores.

### MATRONACIÓN.

**Martes 21 de diciembre de 2021.**

Horario: de 18'00 a 19'00 horas.

Plazas: 15 bebés de 6 meses a 3 años acompañados cada uno por un adulto (padre/madre).

Zona: vaso pequeño – Piscina Municipal Cubierta

Descripción: desarrollo de actividades acuáticas con bebés previas a la natación formal, cuyo objetivo fundamental es estimular al bebé dentro del agua mediante actividades lúdicas, acompañados de la madre o el padre cuya compañía es fundamental para favorecer la confianza del bebé en este medio.

### TORNEO DE NAVIDAD DE NATACION.

**Miércoles 22 de diciembre de 2021.**

Horario: entre las 18'00 y las 20'30 horas.

Plazas ofertadas: 16 por categoría (se incluye la posibilidad de realizar rondas previas y final si existen un elevado número de inscritos).

**Descripción:** Competición de carreras de natación divididas por diferentes categorías:

- 6-7 años: 25 metros (un largo de piscina, con salida desde el agua) (18:15h)
- 8-9 años: 25 metros (un largo de piscina, con salida desde arriba) (18:30h)
- 10-12 años: 50 mts (dos largos de piscina, con salida desde arriba) (19:00h)
- 13-16 años: 75 mts (tres largos de piscina, con salida desde arriba) (19:30h)
- Adultos: 100 metros (4 largos de piscina, con salida desde arriba) (20:00h)

**PREMIOS: 3 primeros clasificados masculino y femenino de cada categoría.**

### AQUAGYM NAVIDEÑO:

**Jueves 23 de diciembre de 2021:**

- Primera sesión: 17'30-18'30 horas.
- Segunda sesión: 18'30-19'30 horas.

Plazas ofertadas: 40 (20 por sesión).

Zona: vaso pequeño de chapoteo.

Descripción: Modalidad de fitness acuático con numerosos ejercicios centrados en la tonificación muscular, con la ventaja de la ingravidez que aporta el medio acuático y ambientada con música y bailes navideños.

### HIDROHIT.

**Lunes 27 de diciembre de 2021.**

Horario: de 18'30 a 19'30 horas.

Plazas ofertadas: 20 personas adultas.

Zona: vaso pequeño de chapoteo y vaso grande – Piscina Municipal Cubierta.

Descripción: entrenamiento interválico de alta intensidad, adaptando los esfuerzos al medio acuático y aprovechando al mismo tiempo los beneficios que supone el entrenamiento en el agua.

### TORNEO SOLIDARIO DE BALONCESTO

**Martes 28 de diciembre de 2021.**

Pabellón Municipal de la Juventud.

**ORGANIZA: C.B. MARTOS**

**PATROCINA: CONCEJALIA DE DEPORTES – EXCMO AYUNTAMIENTO DE MARTOS**

### VOLEY-ACUATICO.

**Martes 28 de diciembre de 2021.**

Horario: 1ª sesión: menores de 17'30 a 18'30 horas.

2ª sesión: adultos de 18'30 a 19'30 horas.

Plazas ofertadas:

- 24 niños/as por inscripción individual.
- 24 adultos: de 4 a 6 equipos de 4 personas (pueden inscribirse individualmente o por equipos).

Lugar: Niños/as: vaso pequeño de chapoteo – Piscina Municipal Cubierta.

Adultos: vaso grande – Piscina Municipal Cubierta.