



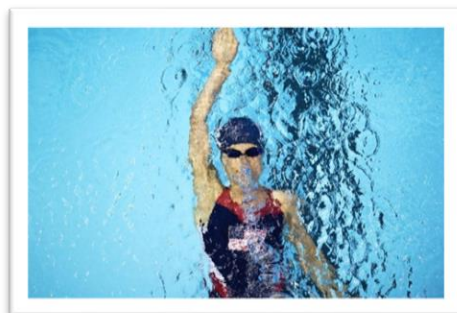
FEDERACIÓN NAVARRA DE NATACIÓN
NAFARROAKO IGERIKETA FEDERAZIOA



NATACIÓN JUNIOR (*cuatrimestral jóvenes de 15 a 23 años*)

Oferta para jóvenes en una franja de edad de entre 15 y 23 años (inclusive) que tengan un nivel suficiente de desplazamiento siendo capaces de realizar al menos un largo a la piscina sin dificultad, a crol o braza y boca arriba a espalda, que deseen adquirir técnica mejorando su estado físico en compañía de un grupo de edad afín al suyo.

Curso para llegar a dominar todo tipo de desplazamientos, propulsiones, saltos, apneas, giros y respiraciones con diferentes coordinaciones simétricas para poder realizar los cuatro estilos de natación. Buscamos un dominio específico total en el agua.



NOVEDAD

OBJETIVO :

ESPECIFICACIÓN MOTRIZ
EXPERIMENTACIÓN DEPORTIVA
MEJORA TÉCNICA
MEJORA FÍSICA

BERRIA