



## NATACIÓN INFANTIL

(Entre 3 y 12 años)

**Duración de la clase:** 30 minutos

De septiembre a junio  
De 16.30 a 18.00

**Martes y jueves:**

Socio 30€ no socio 51€

**Lunes miércoles y viernes**

Socio 40€ no socio 61€

**Lunes a viernes**

Socio 45€ no socio 71€

Posibilidad de bonos trimestrales  
Descuentos por hermanos

## NATACIÓN ADULTOS

**HORARIOS ENSEÑANZA:**

9.00-10.00/12.00-13.00/14.45-15.45/19.00-20.00

**Martes y jueves:**

Socio 12€ no socio 29€

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 31€ no socio 56€

**Lunes a viernes**

Socio 40€ no socio 68€

**HORARIOS MANTENIMIENTO:**

8.00-9.00/9.00-10.00/12.00-13.00  
14.45-15.45/19.00-20.00/20.00-21.00

**Martes y jueves:**

Socio 10€ no socio 25€

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 15€ no socio 36€

**Lunes a viernes**

Socio 24€ no socio 52€



El abono de las clases debe realizarse entre los días 20 y 30 de cada mes, anterior al periodo contratado. A día 1 se dará de baja inmediata a todas las reservas no pagadas.

## NATACION JÓVENES

(A partir de los 12 años hasta los 17 años)

Plazas limitadas. Requisito: realizar prueba acceso

**Horario:** 18.00 a 19.00

**Martes y jueves:**

Socio 10€ no socio 25€

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 15€ no socio 36€

**Lunes a viernes**

Socio 20€ no socio 46€

## AQUAGYM

**Horario:**

Lunes miércoles y vienes: 19.30 a 20.20

Martes y jueves: 15.45 a 16.30

**Lunes miércoles y viernes**

Socio 20 € no socio 46 €

**Martes y jueves**

Socio 10 € no socio 30 €

## AQUAEROBIC

**Horarios:**

De septiembre a junio: 9.00-9.50

10.00-10.50 solamente martes, jueves y viernes

11.30-12.20 solamente lunes, miércoles y viernes

12.30-13.20 / 13.30-14.20

Julio: consultar horarios

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 15€ no socio 46€

**Lunes a viernes**

Socio 17€ no socio 51€

## NATACION EMBARAZADAS

**Horarios:** 9.00-10.00/12.00-13.00/14.45-15.45/19.00-20.00

**Martes y jueves:**

Socio 10€ no socio 31€

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 25€ no socio 46€

**Lunes a viernes**

Socio 35€ no socio 61€

## MATRONATACIÓN

(Desde los 6 meses hasta los 2 años)

**Horarios:**

De septiembre a junio: 11.20-11.50/16.00-16.30

Julio: 10.45-11.15/12.30-13.00/16.00-16.30/18.00-18.30

Agosto: 10.45-11.15/12.30-13.00/16.00-16.30/17.30-18.00

**Martes y jueves:**

Socio 30€ no socio 41€

**Lunes, miércoles y viernes**

Socio 40€ no socio 51€

**Lunes a viernes**

Socio 45€ no socio 61€

## HORARIO DE ESCUELA Y TECNIFICACION

De 8:30 a 14:00 de mañana y de 16:30 a 19:00 de tarde  
[informacion@cnmetropole.com](mailto:informacion@cnmetropole.com)

## GRUPO DE ENTRENO

**\*Natación:**

de Lunes a Viernes

Socios 12€ No Socios: 28€

**\*Natación Sincronizada:**

de Lunes a Viernes

Socios: 17€ No Socios: 39€

**\*Waterpolo:**

de Lunes a Viernes

Socios: 17€ No Socios: 39€

**\*Saltos:**

de Lunes a Viernes

Socios: 17€ No Socios: 39€

**Nota 1:**

Serán admitidos por el Entrenador según las aptitudes de los aspirantes.

**Nota 2:**

Para estas actividades es imprescindible la licencia federativa y certificación médica.

**Nota 3:**

Las cuotas serán mensuales entre Octubre y Junio ambos inclusive.

## ARTES MARCIALES BUJUTSU(SGTD)

Martes y jueves de 20.00 a 21.30

Sábados 11.30 a 13.00

Mayores de 14 años y adultos

Socios 25 € no socios 37€

## JUDO/JIU-JITSU

Lunes, miércoles y viernes en horario de tarde a partir de las 17.30

Martes, en horario de tardes a partir de las 17.00.

Cuota de mantenimiento 11€

**Alumnos menores de 13 años**

Familia con 1 alumno (por persona)

Socios 28 € no socio 39 €

Familia con 2 alumnos (por persona)

Socios 24 € no socios 35 €

Familia con tres alumnos (por persona)

Socios 21 € no socio 32 €

Alumnos con dos disciplinas

Socios 39 € no socio 49 €

**Alumnos mayores de 13 años**

Socios 34 € no socio 47 €

Alumnos con dos disciplinas

Socios 47 € no socios 57 €

**Cinturón negro colaborador**

Cuota especial

Socios 28 € no socio 34 €

## BAILES DE SALÓN

**Todos los niveles**

Martes y jueves de 19.30 a 21.00

Socios 20€ no socios 30€

## BAILE DE SALSA

**Todos los niveles**

Lunes y jueves de 21.00 a 22.30

Socios 20 € No socio 30 €

## SEVILLANAS E INICIACIÓN AL FLAMENCO

**Viernes** a las 19.30

socios 17€ no socios 28€

## YOGA / HATHA YOGA / YOGA INTEGRAL / RELAJACION

Martes y jueves de 10.00 a 11.30

Socios 30 € no socios 45€

(Para más información llamar al 673112348)

## PILATES

**Lunes, miércoles y viernes:**

10.00, 11.05, 12.30, 14.20, 15.25

**Martes y jueves:** 17.00

**1 día/semana:**

socios 28€ no socios 40€

**2 días /semana:**

socios 55€ no socio 70€

(Para más información llamar al 630363217)

## TAI-CHI CHUAN

**Martes y jueves** de 11:30 a 12:30

Socios 30€ no socios 40€

## ZUMBA FITNESS

Lunes y miércoles de 11.30 a 12.30

Miércoles de 20.30 a 21.30

**1 día/semana:**

socios 20 € no socios 30 €

**2 días /semana:**

socios 30 € no socio 45 €

## ENTRENAMIENTO PERSONAL

Precios (por persona)

**Individual**

1 sesión x semana 125 €/mes

2 sesiones x semana 250 €/mes

1 sesión x mes 35 €/mes (Planificación del entrenamiento)

**2 Personas**

1 x semana 65€/mes

2 x semana 125€/mes

**Grupos Semiprivados (3 PERSONAS)**

1 sesión x semana 45 €/mes

2 sesiones x semana 85€/mes





### CURSILLO DE VERANO

INSCRIPCIONES A PARTIR DEL 12 DE MAYO  
PARA SOCIOS Y 9 DE JUNIO PARA NO SOCIOS

#### \*NATACIÓN

De 5 a 14 años: de Lunes a viernes

#### HORARIOS:

Mañana: 11.00 a 11.35 / 11.45 a 12.20  
Tarde: 16.30 a 17.05 / 17.15 a 17.50 /  
18.00 a 18.35

#### Precio Socios

Dos días: 25€  
Tres días: 35€  
Cinco días: 40€

#### Descuentos por hermanos solamente en actividad de diario

2 hermanos 30 euros por hermano  
3 hermanos 24 euros por hermano  
+ De tres hermanos 20 euros por hermano

#### Precio no socios

Dos días: 56€  
Tres días: 66€  
Cinco días: 71€

#### Descuentos por hermanos solamente en actividad de diario

2 hermanos 61 euros por hermano  
3 hermanos 51 euros por hermano  
+ De tres hermanos 46 euros por hermano

#### \*NATACION SINCRONIZADA

De 7 a 9 años de Lunes a Viernes

#### HORARIOS

Julio: 11:15

Mes Socios: 25€ no Socios: 50€  
½ mes Socios: 10€ no Socios: 20€

#### \*WATERPOLO

De 6 a 12 años de Lunes a Viernes

#### HORARIOS:

Julio: 11:15

Mes Socios: 25€ no Socios: 50€  
1/2 mes Socios: 10€ no Socios: 20€

#### \*SALTOS

De 5 a 14 años de Lunes a Viernes

#### HORARIOS

Julio: 10:15 a 11:00

Mes Socios: 35€ no Socios: 71€  
1/2 mes Socios: 20€ no Socios: 46€

#### Descuentos familiares para los cursillos de verano

Imprescindible presentar dni de los  
hermanos o libro de familia para  
acogerse a los descuentos.

#### Socios de 5 a 15 años

2 hermanos 30€  
3 hermanos 24€  
+de 3 hermanos 20€

#### Socios de 3 a 5 años

2 hermanos 35€  
3 hermanos 30€  
+de 3 hermanos 25€

#### No socios de 5 a 15 años

2 hermanos 61€  
3 hermanos 51€  
+de 3 hermanos 46€

#### No socios de 3 a 5 años

2 hermanos 76€  
3 hermanos 66€  
+de 3 hermanos 61€

### CAMPUS DE VERANO

Para niños de entre 5 y 12 años

#### INSCRIPCIONES CAMPUS VERANO:

Se admiten inscripciones a partir del 05  
de Mayo

\*Horario: Julio y Agosto de 08.45 a 15.00

#### Actividades base

Natación, inglés, talleres e iniciación  
deportiva

#### Actividades a elegir

Elija al consultar su mejor opción,  
cuales son las actividades específicas  
que desea para sus hijos.

#### PRECIOS

Totalmente modulares. Nos adaptamos  
por mes o semana, a sus específicas ne-  
cesidades.

*Tenemos a su disposición  
diferentes tipos de bonos, al  
igual que podemos prepararle  
el programa personalizado  
de entrenamiento que  
requiera. Solicite información.  
¡Estamos a su disposición!*



### INFORMACIÓN

Teléfono: 928 244 346  
email: informacion@cnmetropole.com  
Web: www.cnmetropole.com



SERVICIO DE FISIOTERAPIA, OSTEOPATÍA Y PODOLOGÍA  
DEL CLUB NATACIÓN METROPOLE

1 HORA PARKING GRATIS  
HORARIO DE LUNES A VIERNES:  
9:00 a 20:00

CITA PREVIA 928 291 470

Natación · Natación Sincronizada · Waterpolo · Saltos · Aquaerobic · Aquagym · Natación Embarazadas · Matronatación  
Judo · Bujutsu · Jiu-Jitsu · Tai-Chi Chuan · Defensa Personal · Yoga · Pilates · Baile de Salón · Sevillanas ·  
Ludoteca · Campus de Verano · Entrenamientos Personales · Tecnificación · Zumba Fitness