

# BAUTISMO DE MERGULLO ADAPTADO

**Sábados 9 e 16 de xuño de 2018**

Na piscina municipal de Centieiras de 17:00 a 19:00 horas

Bautismo que se realizará durante **dous sábados consecutivos** no que poden participar persoas **con calquera tipo de discapacidade**, xa que se realizan **adaptacións** no material, técnicas e de loxística para poder practicar o mergullo coa máxima seguridade.

## ACTIVIDADES:

- ▣ Utilización do equipo lixeiro (máscara **ADAPTADA** con tuba e aletas)
- ▣ Forma de respiración axeitada, relaxación, normas básicas de seguridade.
- ▣ Sinais submariñas
- ▣ Xogos adaptados ás necesidades específicas de cada participante.

**Nº PRAZAS:** 8.

**COTA:** 6,25 €

## INSCRICIÓNS:

- No pavillón polideportivo da Xunqueira (San Valentín)
- Do 7 de maio ao 6 de xuño.
  - De luns a venres: de 9:00 a 13:30 h.
  - Mércores: De 16:30 a 19:00 h.

## **MATERIAL PRECISO A LEVAR:**

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

Xornadas impartidas por **mergulladores certificados e con adestramento específico** para mergullarse con persoas discapacitadas.