

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS UMA DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDADES INFANTILES Y JUVENILES

1. Escuela de Natación Infantil:

La Escuela de Natación Infantil ofrece clases de natación para niños de todas las edades y niveles, desde la iniciación hasta el perfeccionamiento. Las sesiones están diseñadas para enseñar y mejorar las habilidades acuáticas básicas, como la flotación, la respiración y los movimientos de nado, a la vez que se promueve la seguridad en el agua. Con un enfoque lúdico y pedagógico, los técnicos buscan crear un ambiente acogedor y divertido, donde los niños desarrollen confianza y disfruten aprendiendo a nadar.

2. Aprende en la UMA Natación Infantil:

Aprender a nadar es un proceso que implica desarrollar habilidades tanto físicas como mentales, comenzando por la familiarización con el agua y avanzando hacia técnicas de nado. El aprendizaje será gradual y divertido, comenzando con ejercicios de familiarización como patear, caminar en el agua y sumergir la cabeza, para luego avanzar hacia la coordinación de movimientos y estilos de natación.