



CENTRO NATACIÓN  
**HELIOS**

Programa  
de **Escuelas  
Deportivas**

**CURSO 2010/11**

Octubre 2010 - Junio 2011



- Psicomotricidad
- Iniciación deportiva
- Ajedrez
- Baloncesto
- Escalada deportiva
- Fútbol-Sala
- Halterofilia infantil
- Patinaje
- Piragüismo
- Tenis
- Tenis de mesa
- Pádel adultos
- Tenis adultos

Información | **976 52 02 55** |  
Telefónica

## Descripción:

La psicomotricidad es una disciplina que trabaja los campos del razonamiento y el movimiento, y está especialmente dirigida a niños de 3 a 5 años, ya que les ayudará a mejorar su comportamiento general, facilitará sus aprendizajes escolares y les iniciará en la actividad deportiva a través del juego. Como complemento opcional, los niños reciben una clase semanal de natación.

**Objetivos:** Con esta actividad trataremos de que el niño obtenga:

- El conocimiento de su propio cuerpo. El control del equilibrio.
- El control de la respiración. El dominio de la relajación.
- Eficacia en las coordinaciones generales y parciales.
- Una correcta estructuración espacio-temporal.

Del 16 de octubre al 18 de junio

<b>PS1</b>	S	11.00 a 11.45 h.
	S	12.00 a 12.30 h. (nat.)
<b>PS2</b>	S	12.00 a 12.45 h.
	S	13.00 a 13.30 h. (nat.)

### Cuota Trimestral (3 pagos/curso)

Socios/Abonados:	63 € / caitu: 60 €
Resto Usuarios:	85 € / caitu: 81 €
<b>Matrícula:</b>	12 €





# Escuela de Iniciación Deportiva

nacidos en 2003, 2004 y 2005

## Descripción:

El programa informativo incluye sesiones de cualidades físicas básicas, comunes a todos los deportes, así como sesiones específicas de iniciación a los distintos deportes que se practican en el Centro: baloncesto, fútbol, escalada deportiva, tenis y tenis de mesa, aplicando una metodología lúdica. Además, como complemento, los niños reciben una clase semanal de natación.

## Objetivos:

- Desarrollo inicial de cualidades físicas básicas.
- Identificación de los segmentos y elementos del cuerpo.
- Aprender a relacionarse y convivir.
- Familiarizarse con los distintos deportes del Centro.
- Desarrollo adecuado de habilidades y destrezas deportivas.
- Mejora de aspectos coordinativos.
- Conocimiento de aspectos básicos teóricos de los deportes.

Del 13 de octubre al 18 de junio

<b>ID1</b>	X	18.00 a 18.45 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b>
	S	11.00 a 11.45 h./12.00 a 12.30 h. (nat.)	
<b>ID2</b>	X	18.45 a 19.30 h.	Socios/Abonados: 85 € / caitu: 81 €
	S	12.00 a 12.45 h./13 a 13.30 h. (nat.)	Resto Usuarios: 120 € / caitu: 114 €
			<b>Matrícula:</b> 12 €

## Calendario Iniciación deportiva 2010/11

\*Sin natación por Trofeo Helios Promesas (día a confirmar)

OCTUBRE 2010						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

NOVIEMBRE 2010						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

DICIEMBRE 2010						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ENERO 2011						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

FEBRERO 2011						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

MARZO 2011						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ABRIL 2011						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

MAYO 2011						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

JUNIO 2011						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## Objetivos:

- Iniciación al ajedrez.
- Desarrollo de habilidades cognitivas asociadas al ajedrez.
- Técnicas de aperturas, medio juego y finales.
- Participación en Juegos Escolares.

### De 5 a 16 años

Grupo	Días	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/curso)	
AJ1	Viernes	19.00 a 20.00 h.	Socios / Abonados:	63 €
AJ2	Sábados	10.00 a 11.00 h.	Resto Usuarios:	90 €
AJ3	Sábados	11.00 a 12.00 h.	<b>Matrícula:</b>	12 €



## E.D. Baloncesto

Del 29 de sept. al 5 de junio

## Objetivos:

- Introducción del niño a la actividad física y deportiva a través del baloncesto.
- Desarrollo de la psicomotricidad.
- Iniciación al baloncesto con material e instalación adaptados a su edad.
- Mejora de los fundamentos técnicos y tácticos a través de una metodología basada en el juego.
- Captación de niños para los equipos del club. Continuación de su formación integral (deportiva y humana) mediante la pertenencia del niño a los equipos de la sección.

Grupo	Días	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/curso)	BA1	BA2
BA1	Domingo	10.30 a 11.45 h.	Socios / Abonados:	57 €	69 €
BA2*	Miércoles	18.00 a 19.15 h.	Resto Usuarios:	84 €	105 €
	Domingo	10.30 a 11.45 h.	<b>Matrícula:</b>	12 €	12 €

\*Sábados: competiciones escolares

BA1: nacidos en los años de 2001 a 2005 a.i. / BA2: nacidos en los años de 2001 a 2004 a.i.

# E.D. Escalada deportiva

Del 20 de sept. al 20 de junio

## Objetivos:

- Iniciación y especialización de la escalada deportiva.
- Desarrollo de las técnicas básicas de seguridad.
- Conocimiento y respeto al medio natural.
- Desarrollo del compañerismo y relaciones sociales.
- Participación en competiciones de Juegos Escolares.
- Promoción a la Escuela de Tecnificación de Escalada Deportiva.

## De 7 a 15 años

Grupo	Días	Edades	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/cursο)	
ES1	L-X	hasta 12 años	18.30 a 19.30 h.	Socios / Abonados:	66 €
ES2	L-X	de 13 a 15 años	19.30 a 20.30 h.	Resto Usuarios:	96 €
ES3*	M-J	de 16 a 20 años	18.00 a 20.00 h.	<b>Matrícula:</b>	12 €

\*ES3: Escuela de Tecnificación de Escalada Deportiva.

Para deportistas/abonados de Helios, de 16 a 20 años.

Objetivo: Formar escaladores tanto en la faceta deportiva como en la escalada en roca con sus distintas variantes.

Más información en sección de Montaña o por e-mail: [montana@cnhelios.com](mailto:montana@cnhelios.com)



# E.D. Fútbol Sala



Presentación  
grupos FU1-FU2  
17 de Septiembre  
18 horas

## Objetivos:

- Iniciación a la práctica del fútbol a través del fútbol-sala.
- Desarrollo de las actividades psicomotrices.
- Aprendizaje de la técnica, con entrenamientos guiados.
- Iniciación a la competición escolar.

Grupo	Días	Edades	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/curso)	FU1 FU2	FU3
FU1	M-J	nacidos en 2003	18.00 a 19.00 h.	Socios / Abonados:	48 €	30 €
FU2*	L-X	nacidos en 2004	18.00 a 19.00 h.	Resto Usuarios:	84 €	57 €
FU3	V	nacidos en 2005	18.00 a 19.00 h.	<b>Matrícula:</b>	12 €	12 €

\*Sábados: competiciones escolares



# E.D. Halterofilia Infantil

De 10 a 16 años

## Objetivos:

- Promocionar la halterofilia como deporte.
- Dar a conocer el entrenamiento de fuerza en edad infantil.
- Iniciación a la competición en Juegos Escolares.

**3 días/semana:** lunes, miércoles y viernes

<b>HA1</b>	18.00 a 19.00 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b>	
		Socios / Abonados:	39 €
		Resto Usuarios:	69 €
		<b>Matrícula:</b>	12 €

# E.D. Patinaje

De 5 a 12 años

## Objetivos:

- Iniciación al patinaje artístico.
- Desarrollo de la psicomotricidad infantil.
- Incorporación al equipo de exhibiciones.

**1 día/semana:** sábados

**PA1** 11.00 a 12.00 h.

### Cuota Trimestral (3 pagos/cursos)

Socios / Abonados: 36 €

Resto Usuarios: 66 €

**Matrícula:** 12 €



## E.D. Piragüismo

Del 1 de octubre al 20 de junio

**Imprescindible  
saber nadar**



## Objetivos:

- Iniciación al piragüismo.
- Desarrollo de las actividades físicas y técnicas.
- Iniciación a la competición.

**3 días/semana:** miércoles, viernes y sábados. De 10 a 15 años.

**PI1** | X-V | 18.30 a 20.30 h.  
| S | 11.00 a 13.00 h.

### Cuota Trimestral (3 pagos/cursos)

Socios / Abonados: 33 €

Resto Usuarios: 69 €

**Matrícula:** 12 €

# E.D. Tenis

Del 1 de octubre a 19 de junio

## Clases Particulares Tenis:

- Mínimo 4 clases.
- Solicitar presupuesto al Coordinador de Tenis y Pádel.



## MINITENIS (TEM)

**Objetivos:** Aprendizaje global de los golpes básicos del tenis: derecha, revés, volea, remate y servicio. Aceptación de las reglas en los juegos pre-deportivos que posibilitan el desarrollo de las cualidades motóricas, fisiológicas y emocionales del niño.

## INICIACIÓN (TEI)

**Objetivos:** Los golpes básicos del tenis: derecha, revés, volea, remate y servicio y sus referencias técnicas: empuñaduras, fases de los golpes, juego de pies. Conocimiento de las fases del juego: fondo, servicio-resto y volea. Confrontaciones amistosas con otros clubes.

<b>TEM1</b>	Sábado	10.00 a 11.00 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b>	<b>TEM1-4</b>	<b>TEM5-6</b>
<b>TEM2/TEI1</b>	Sábado	11.00 a 12.00 h.			
<b>TEM3/TEI2</b>	Sábado	12.00 a 13.00 h.			
<b>TEM4/TEI3</b>	Sábado	13.00 a 14.00 h.	Socios / Abonados:	60 €	90 €
<b>TEM5/TEI4</b>	Sábado	16.30 a 17.30 h.	Resto Usuarios:	90 €	132 €
	Domingo	10.30 a 11.30 h.		<b>TEI1-3</b>	<b>TEI4-5</b>
<b>TEM6/TEI5</b>	Sábado	17.30 a 18.30 h.	Socios / Abonados:	72 €	108 €
	Domingo	11.30 a 12.30 h.	Resto Usuarios:	102 €	150 €
			<b>Matrícula:</b>	12 €	12 €

**Mini Tenis:** de 4 a 6 años.      **Iniciación:** de 7 a 18 años.

### Inscripción Tenis y Pádel de nuevos alumnos:

**Lugar:** Sección de Tenis.

**Socios/Abonados:** del 7 al 13 de Septiembre.

**Horario:** de lunes a viernes de 18 a 20 h.

**Resto usuarios:** del 14 al 20 de Septiembre.

### Procedimiento para la renovación de plaza:

Los alumnos interesados en la renovación de plaza entregarán al Coordinador de Tenis y Pádel la hoja de inscripción debidamente cumplimentada, del 2 al 6 de septiembre.

### Pago del primer recibo:

Con fecha 30 de septiembre se girará por el banco el importe correspondiente a la matrícula, más el primer trimestre (octubre a diciembre), en la cuenta indicada en la hoja de inscripción.

### Devolución de recibos:

En caso de devolución del recibo, se perderá automáticamente el derecho a la reserva de la plaza inicialmente asignada. Los recibos devueltos generan unos gastos bancarios que serán a cargo del usuario.

## AVANZADO (TEV)

**Objetivos:** Control de todas la variables del juego: dirección, profundidad, potencia de los golpes, altura y efecto de la bola, aplicación táctica de cada golpe según la posición en la pista y del rival. El control del juego: la agresividad y la decisión en el ataque y la contención y recursos en la defensa. Confrontaciones amistosas con otros clubes.

<b>TEV1</b>	M -J	18.30 a 19.30 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b> Socios / Abonados: 90 € Resto Usuarios: 132 € <b>Matrícula:</b> 12 €	<b>TEV1-3</b>	<b>TEV4</b>
<b>TEV2</b>	M -J	19.30 a 20.30 h.			
<b>TEV3</b>	M -J	20.30 a 21.30 h.			
<b>TEV4</b>	M -J	17.00 a 18.30 h.			

**Avanzado:** de 9 a 18 años.

## COMPETICIÓN (TEC)

**Objetivos:** Trabajo de la condición física, periodización del entrenamiento, análisis del juego mediante vídeo, desarrollo y afianzamiento de la técnica específica de juego, consolidación del patrón de juego según superficie de juego, cualidades y objetivos del jugador, participación en el circuito de Torneos FAT y en los campeonatos de Aragón por equipos del Club.

<b>TEC1</b>	L, X y V	17.00 a 18.30 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b> Socios / Abonados: 144 € Resto Usuarios: 198 € <b>Matrícula:</b> 12 €
<b>TEC2</b>	L, X y V	18.30 a 20.00 h.	
<b>TEC3</b>	L, X y V	20.00 a 21.30 h.	

**Competición:** de 9 a 18 años. (más 30 min. diarios de Preparación Física obligatoria)



# Tenis para adultos

## 1 día/semana: 90 minutos

<b>TEA1</b>	Sábados	09.30 a 11.00 h.	<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b> Socios / Abonados: 99 € Resto Usuarios: 129 € <b>Matrícula:</b> 12 €
<b>TEA2</b>	Martes	17.00 a 18.30 h.	
<b>TEA3</b>	Jueves	17.00 a 18.30 h.	
<b>TEA4</b>	Viernes	19.00 a 20.30 h.	
<b>TEA5</b>	Viernes	20.30 a 22.00 h.	

## 1 día/semana: 60 minutos

<b>TEA6</b>	Martes	19.30 a 20.30 h.	<b>Socios / Abonados:</b> 78 € <b>Resto Usuarios:</b> 108 € <b>Matrícula:</b> 12 €
<b>TEA7</b>	Martes	20.30 a 21.30 h.	
<b>TEA8</b>	Jueves	19.30 a 20.30 h.	
<b>TEA9</b>	Jueves	20.30 a 21.30 h.	

## 2 días/semana: 90 minutos

<b>TEA10</b>	Martes y Jueves	17.00 a 18.30 h.	<b>Socios / Abonados:</b> 150 € <b>Resto Usuarios:</b> 192 € <b>Matrícula:</b> 12 €

## 2 días/semana: 60 minutos

<b>TEA11</b>	Martes y Jueves	19.30 a 20.30 h.	<b>Socios / Abonados:</b> 126 € <b>Resto Usuarios:</b> 168 € <b>Matrícula:</b> 12 €
<b>TEA12</b>	Martes y Jueves	20.30 a 21.30 h.	



## Clases Particulares

- Grupos 3 y 4 alumnos.
- Horarios no coincidentes con los cursillos de pádel.
- Mínimo 4 clases.
- Solicitar presupuesto al Coordinador de Tenis y Pádel.

**Nivel 1:** Jugadores que no han tenido contacto con deportes de raqueta (frontón, squash, tenis...).

**Nivel 2:** Jugadores que han tenido contacto con deportes de raqueta o han realizado cursillos de pádel de nivel iniciación.

**Nivel 3:** Jugadores que han realizado cursillos de pádel de nivel avanzado.

## 1 día/semana: sábado

<b>PAD1</b>	nivel 3	09.30 a 10.30 h.
<b>PAD2</b>	nivel 2	10.30 a 11.30 h.
<b>PAD3</b>	nivel 1	11.30 a 12.30 h.
<b>PAD4</b>	nivel 1	12.30 a 13.30 h.

<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b>	
Socios / Abonados:	84 €
Resto Usuarios:	114 €
<b>Matrícula:</b>	12 €

## 2 días/semana: PAD5,6 y7: lunes y miércoles / PAD8,9 y 10: martes y jueves.

<b>PAD5/8</b>	nivel 2	18.30 a 19.30 h.
<b>PAD6/9</b>	nivel 3	19.30 a 20.30 h.
<b>PAD7/10</b>	nivel 3	20.30 a 21.30 h.

<b>Cuota Trimestral (3 pagos/curso)</b>	
Socios / Abonados:	129 €
Resto Usuarios:	171 €
<b>Matrícula:</b>	12 €

## Calendario Tenis y Pádel 2010 / 2011

OCTUBRE 2010								NOVIEMBRE 2010								DICIEMBRE 2010								
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		
				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4	5		
4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14		6	7	8	9	10	11	12		
11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21		13	14	15	16	17	18	19		
18	19	20	21	22	23	24		22/29	23/30	24	25	26	27	28		20	21	22	23	24	25	26		
25	26	27	28	29	30	31										27	28	29	30	31				
ENERO 2011								FEBRERO 2011								MARZO 2011								
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		
					1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6				
3	4	5	6	7	8	9		7	8	9	10	11	12	13		7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16		14	15	16	17	18	19	20		14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23		21	22	23	24	25	26	27		21	22	23	24	25	26	27		
24/31	25	26	27	28	29	30		28								28	29	30	31					
ABRIL 2011								MAYO 2011								JUNIO 2011								
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		
				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5			
4	5	6	7	8	9	10		2	3	4	5	6	7	8		6	7	8	9	10	11	12		
11	12	13	14	15	16	17		9	10	11	12	13	14	15		13	14	15	16	17	18	19		
18	19	20	21	22	23	24		16	17	18	19	20	21	22		20	21	22	23	24	25	26		
25	26	27	28	29	30			23/30	24/31	25	26	27	28	29		27	28	29	30					

# E.D. Tenis de mesa

## INICIACIÓN:

### Objetivos:

- Introducción de los niños al tenis de mesa.
- Enseñanza de las técnicas básicas y reglamento.
- Iniciación a la competición en Juegos Escolares.



De 7 a 16 años.

Grupo	Días	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/curso)	
TM1	L-V	18.30 a 19.45 h.	Socios / Abonados:	36 €
			Resto Usuarios:	66 €
			<b>Matrícula:</b>	12 €

## COMPETICIÓN:

**Objetivo:** Preparación para la competición.

De 10 a 16 años.

Grupo	Días	Horario	Cuota Trimestral (3 pagos/curso)	
TM2	L y V X	18.30 a 19.45 h. 19.30 a 20.45 h.	Socios / Abonados:	54 €
			Resto Usuarios:	93 €
			<b>Matrícula:</b>	12 €

# E.D. Natación y Waterpolo

nacidos en 2001, 2002 y 2003

## Objetivos:

- Perfeccionamiento y mejora de los estilos.
- Perfeccionamiento de la técnica de waterpolo.
- Incremento progresivo de las cargas de entrenamiento.
- Iniciación al entrenamiento por series.
- Iniciación a las competiciones.

Más información de la actividad e inscripciones en Programa de Actividades Acuáticas 2010-2011

**Natación:** lunes, miércoles y viernes.

18.00 a 19.00 h.

45 min. de natación y  
15 min. de preparación física.

**Waterpolo:** martes y jueves.

18.00 a 19.00 h.

45 min. de waterpolo y  
15 min. de preparación física.

## 1. INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Las plazas de cada escuela son limitadas y se asignarán por riguroso orden de inscripción hasta completar los grupos ofertados por cada escuela deportiva. Para formalizar la inscripción es necesario que la hoja de inscripción lleve la autorización por parte del responsable de la escuela deportiva.

El horario en que se puede formalizar la inscripción es de lunes a viernes, de 9.30 a 12, y de 16 a 19 horas, a partir del 2 de septiembre, para los SOCIOS/ABONADOS de Helios, y a partir del 7 de septiembre para los NO SOCIOS, excepto Tenis y Pádel que tienen distintas fechas de inscripción (ver hojas).

Las secciones deportivas podrán modificar las características de las respectivas escuelas deportivas en caso de necesidad. La información técnica específica de cada escuela será facilitada por las propias secciones deportivas, en los horarios que éstas establezcan.

## 2. DOMICILIACIÓN BANCARIA

Con la excepción del primer pago, que se realizará en efectivo, el resto de pagos se girarán por domiciliación bancaria, pasándose el cargo el día 10 del mes precedente al periodo que se renueva.

## 3. BAJA EN LA ACTIVIDAD

Si bien las escuelas deportivas tienen una duración anual, se podrá causar baja en las mismas, siempre y cuando se notifique por escrito en las oficinas del Centro, con 30 días de antelación al inicio del trimestre en el que se desee causar baja.

El no aprovechamiento de la Escuela no da derecho a la devolución del importe del mismo.

## 4. RECIBOS DEVUELTOS

Los recibos devueltos generan unos gastos bancarios que serán a cargo del usuario. Antes de proceder a la devolución a través de la entidad bancaria, deberán ponerse en contacto con las oficinas del C.N. Helios.

## 5. PASES DE ACOMPAÑANTE

A cada participante no socio menor de 14 años se le proporcionará un único pase de acompañante mayor de 18 años. Los precios de los pases extras de acompañante (para socios y no socios) vendrán marcados por la Junta Directiva.

## 6. ANULACIÓN DE GRUPOS

En caso de que algún grupo no llegase al número mínimo de inscritos, se procederá a la anulación del mismo. Los inscritos en grupos anulados podrán inscribirse en grupos donde queden plazas vacantes, o bien podrán solicitar la devolución de la cuota ya abonada.

## 7. CALENDARIO DE CLASES

Salvo aquellas escuelas en las que vienen especificadas fechas concretas de inicio y final, las escuelas deportivas comenzarán el primer día lectivo del mes de octubre, finalizando en el mes de junio, considerándose el calendario escolar 2010-11 a efectos de final de curso y de festividades.



### Escuelas Deportivas por edades

	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
E.D. PSICOMOTRICIDAD														
E.D. INICIACIÓN DEPORTIVA														
E.D. AJEDREZ														
E.D. BALONCESTO														
E.D. ESCALADA DEPORTIVA														
E.D. FÚTBOL														
E.D. HALTEROFILIA INFANTIL														
E.D. NATACIÓN														
E.D. PATINAJE														
E.D. PIRAGÜISMO														
E.D. TENIS														
E.D. TENIS DE MESA														
E.D. WATERPOLO														

Entidad colaboradora:



Club miembro de:



CENTRO NATACIÓN  
**HELIOS**

FUNDACIÓN  
**HELIOS**

Parque Macanaz, s/n • 50018 Zaragoza • Tel. 976 52 02 55 • Fax: 976 52 92 48

[www.cnhelios.com](http://www.cnhelios.com) • E-mail: [cnhelios@cnhelios.com](mailto:cnhelios@cnhelios.com)