

VERANO 2018

# PISCINAS MUNICIPALES

CAMPUS, CURSOS DE NATACIÓN

Y POLIDEPORTIVOS



**NUEVO CALENDARIO  
DE APERTURA DE PISCINAS**

*Del 12 de mayo al 16 de septiembre, desde las 11 a las 21 horas*

**M21** 88.6 FM  
m21radio.es

**010**Líneamadrid

M-16368-2018

V E R A N O 2 0 1 8

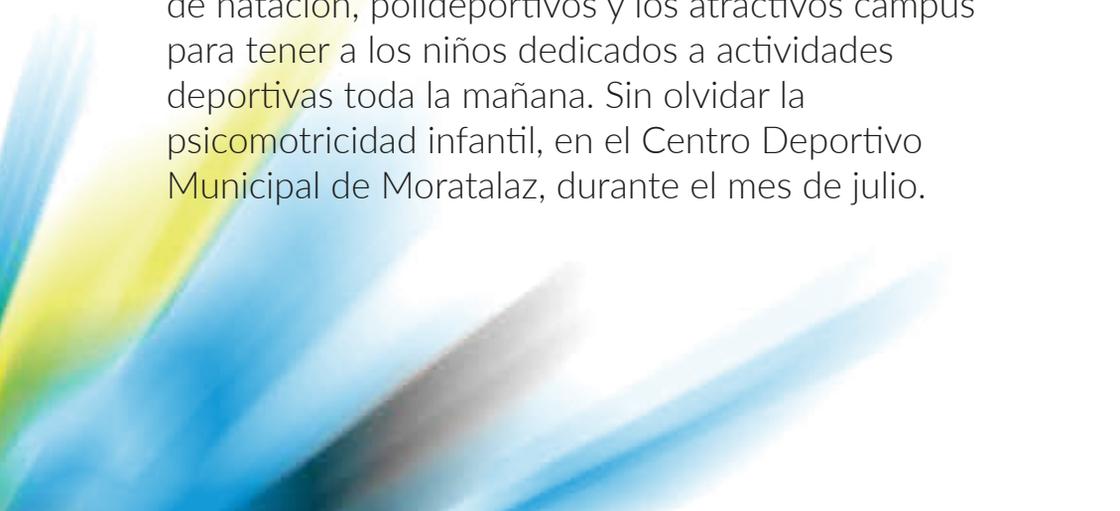
# PISCINAS MUNICIPALES

CAMPUS, CURSOS DE NATACIÓN

Y POLIDEPORTIVOS

Del 12 de mayo, con jornada de **entrada gratuita** todo el día para unirnos a las fiestas de nuestro patrón San Isidro, hasta el 16 de septiembre, en horario de 11 a 21 horas, estarán abiertas las piscinas municipales de verano.

La Dirección General de Deportes y los distritos también han diseñado un programa deportivo-recreativo para la época estival: cursos de natación, polideportivos y los atractivos campus para tener a los niños dedicados a actividades deportivas toda la mañana. Sin olvidar la psicomotricidad infantil, en el Centro Deportivo Municipal de Moratalaz, durante el mes de julio.



# SEGURIDAD EN LAS PISCINAS

---



**Para preservar la calidad** de los servicios prestados en los recintos con piscinas al aire libre, durante toda la temporada se desarrolla un riguroso plan de Seguridad e Higiene, que cumple con todo lo dispuesto en las ordenanzas y los reglamentos vigentes, concerniendo tanto al estado de los vasos de piscina, como a sus playas y a los espacios auxiliares.



**Antes del inicio de la temporada** de verano, los Centros Deportivos Municipales analizan el estado del agua y examinan las zonas de baño, sus servicios adyacentes y accesos. Además, se revisan salas de depuración, duchas y áreas complementarias, como bares, cafeterías, merenderos, quioscos, praderas y otras zonas naturales. Durante el funcionamiento de las piscinas de verano, se realizan tareas de mantenimiento para lograr unas condiciones óptimas de higiene. En todos los recintos se realizan limpiezas en profundidad en zonas de playas, equipamientos complementarios y vestuarios.



**Para controlar el agua**, diariamente se efectúan cuatro análisis, vigilando diversos parámetros físico-químicos y microbiológicos, como el cloro, el ph y la turbidez. Los resultados obtenidos se exponen diariamente en los carteles colocados a la entrada de los recintos, quedando también anotados en los registros oficiales de cada Centro Deportivo Municipal.



**En el área médico-sanitaria**, todos los Centros Deportivos disponen de médicos, ATS y socorristas que desarrollan un protocolo de actuación para prevenir los posibles incidentes que puedan producirse.

De forma complementaria, el Ayuntamiento de Madrid realiza una campaña de información, en la que se proporcionan diferentes recomendaciones y consejos sobre el baño, la exposición al sol y la correcta utilización de los equipamientos deportivos utilizados durante los meses de verano.

# PRECIOS ENTRADA PISCINAS 2018

---



## ENTRADAS PISCINA VERANO

Adulto: 4,50€  
Jóven: 3,60€  
Infantil: 2,70€  
Mayores de 65 y  
titulares de la tarjeta  
madridmayor.es: 1,35€



## BONOS MULTIUSO DE 10 SESIONES

Adulto: 40€  
Joven: 32€  
Infantil: 24€  
Mayores de 65 y  
titulares de la tarjeta  
madridmayor.es: 12€

(Válido para piscina,  
musculación o sauna)



## ABONO DEPORTE MADRID TOTAL

Adulto: 47,45€  
Joven: 38€  
Infantil: 28,50€  
Mayores de 65 y  
titulares de la tarjeta  
madridmayor.es: 14,25€

Nota: Las personas desempleadas tendrán una reducción del 70% en la entrada de piscina de verano de lunes a viernes no festivos durante el tiempo de apertura de la piscina

## RECOMENDACIONES BÁSICAS

---

### Seguridad e higiene en las piscinas

**EL SOL:** Es un elemento natural y bueno para la salud pero, tomado en exceso, puede ser muy perjudicial. Lo ideal es tomar el sol, graduando poco a poco los tiempos de exposición y utilizar una buena crema protectora. Los niños son más sensibles que los adultos y las zonas de sombra, son sus mejores aliados. El calor puede producir colapsos e insolaciones, por ello, hay que beber líquidos en abundancia.

**EL BAÑO:** Es obligatorio ducharse antes del baño, el cual debe iniciarse con precaución, equilibrando gradualmente la temperatura del cuerpo y del agua.

**LA DIGESTIÓN:** Antes del baño, no se debe beber ni comer y, si se hace, se deben respetar 2 horas, como mínimo, para realizar la digestión. Después de la misma, hay que evitar las aguas frías.

**LA HIGIENE:** En caso de padecer algún tipo de enfermedad infecciosa, hay que esperar a su curación para volver a utilizar la piscina. Se debe exigir una percha individual en los vestuarios y utilizar las papeleras, los cubos de la basura y los ceniceros. En las zonas de playa se debe utilizar calzado exclusivo para este lugar o, si lo prefiere, ir descalzo. Hay que cuidar la limpieza de los aseos y de los servicios. Antes del baño, es obligatorio el uso de la ducha, útil para limpiar la crema protectora contra el sol y para graduar la temperatura del cuerpo con la del agua de la piscina.

# PROGRAMA DEPORTIVO - RECREATIVO MUNICIPAL VERANO 2018

---

## **ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

Cursos semanales, quincenales o mensuales organizados por grupos de edad: **pre-infantiles** (3 a 5 años), **infantiles** (6 a 14 años), **jóvenes** (15 a 26 años), **adultos** (27 a 64 años) y **mayores** (a partir de 65 años y titulares de la tarjeta madridmayor.es).  
Aeróbic, Acondicionamiento Físico-Deportivo, Acuagim, Tenis, Pádel, Ciclo Sala, Combinada con Natación, etc.

## **CURSOS DE NATACIÓN**

**Julio y Agosto**

**Infantiles, jóvenes y adultos**

Aprendizaje de la Natación, en sesiones de 30 minutos.

## **CAMPUS**

**Julio. Mínimo 2 horas al día y 5 días.**

**Infantiles y jóvenes** (consultar edades en los centros deportivos)

Iniciación y perfeccionamiento.

## **CURSOS POLIDEPORTIVOS**

**Julio, de lunes a viernes, entre una y seis horas diarias (según CDM)**

**Infantiles y jóvenes**

Varias actividades deportivas y de carácter recreativo (modalidades acuáticas, juegos alternativos y otros deportes, etc.).

## **PSICOMOTRICIDAD INFANTIL**

**Julio.**

**Dirigida a niños y niñas nacidos entre los años 2011 y 2014.**

Juegos, de variadas actividades de movimiento, con aprendizaje de nuevos comportamientos sociales y mejora de los hábitos higiénicos y de seguridad.

Centro Deportivo Municipal de Moratalaz (Valdebernardo, s/n.)

**Teléfono:** 91 772 71 00

**Fechas 1º Ciclo:**

del 2 al 13 de julio (10 jornadas)

**Fechas 2º Ciclo:**

del 16 al 27 de julio (10 jornadas)

# PISCINAS AL AIRE LIBRE

Centros Deportivos con recintos de verano

<b>USERA</b>			<b>ARGANZUELA</b>
<b>Moscardó*</b> Andrés Arteaga, 5 915 003 940	<b>San Fermín</b> San Mario, 18 917 922 102	<b>Orcasitas</b> Rafaela Ibarra, 52 914 692 374	<b>Peñuelas</b> Arganda, 25 914 732 491
<b>HORTALEZA</b>		<b>FUENCARRAL - EL PARDO</b>	
<b>Luis Aragonés</b> El Provencio, 20 913 003 612	<b>Hortaleza</b> Estación de Hortaleza, 11-13 913 821 965	<b>Santa Ana</b> Pº Alamedillas, 5 913 721 138	<b>Vicente del Bosque</b> Monforte de Lemos, 13 913 147 943
<b>CIUDAD LINEAL</b>	<b>VICÁLVARO</b>	<b>MONCLOA - ARAVACA</b>	
<b>Concepción</b> José del Hierro, 5 914 039 020	<b>Vicálvaro*</b> Pº del Polideportivo,3 917 769 874	<b>Franco Rodríguez</b> Numancia, 11 914 599 871	<b>Casa de Campo</b> Pº Puerta del Ángel, 7 914 630 050
<b>VILLA DE VALLECAS</b>	<b>PUENTE DE VALLECAS</b>		
<b>Cerro de Almodóvar*</b> C/ Cerro Almodovar,9 913 314 047 (abierta sólo piscina infantil)	<b>Palomeras</b> Tranvía de Arganda,4 917 774 901	<b>Vallecas*</b> Arroyo del Olivar, 51 913 030 608	<b>Entrevías*</b> Ronda Sur, 4 917 854 214
<b>MORATALAZ</b>		<b>LATINA</b>	<b>VILLAVERDE</b>
<b>La Elipa*</b> Alcalde Garrido Juaristi,17 914 303 511	<b>Moratalaz*</b> Valdebernardo, 2 917 727 100	<b>Aluche</b> Avda. General Fanjul,14 917 062 868	<b>Plata y Castañar</b> Pº Plata y Castañar, 7 915 05 15 32

\*Piscinas que abren en diferentes fechas. Consultar en el propio centro.

**ÁREA DE GOBIERNO DE CULTURA Y DEPORTES**  
Dirección General de Deportes