



Se abren las piscinas municipales al aire libre

Los centros deportivos municipales con recintos de verano se abrieron el pasado 2 de junio, con una jornada de puertas abiertas y se cerrarán próximo 2 de septiembre. Se recomiendan los bonos de 10 baños y el Abono Deportivo de Verano y consultar los descuentos para familias numerosas.



[> Dirección General de Deportes](#)

[> Ayuntamiento de Madrid](#)

[+info](#)



El agua protagonista de las actividades deportivas

El programa deportivo municipal de verano presenta seis interesantes propuestas de cursos diseñados para aprender a practicar modalidades acuáticas y atendiendo a personas de todas las edades, desde los tradicionales cursos de natación hasta el curso intensivo para ocupar las vacaciones de los más jóvenes.

[+info](#)

Psicomotricidad para educar jugando

El Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano, denominado "Psicoverano" se desarrolla en los centros deportivos municipales de Moratalaz y La Elipa, con el objetivo pedagógico de acercar a los más pequeños a las prácticas deportivas favoreciendo su desarrollo personal de atendiendo sus características motrices, cognitivas, afectivas y de socialización, a través de situaciones de juego.



[+info](#)



Plan de calidad: la seguridad y la higiene

El funcionamiento de las piscinas está regido por la “Ordenanza Reguladora de las condiciones higiénicas sanitarias, técnicas y de seguridad en las piscinas”. Conocer las medidas que se ponen en marcha para garantizar la máxima calidad del agua y de los recintos es la clave para exigir el baño más agradable.

[+info](#)

Recomendaciones básicas para un baño seguro

Todos las temporadas de verano el Ayuntamiento de Madrid desarrolla una campaña de concienciación a los usuarios de las piscinas municipales para evitar o disminuir la accidentalidad en estos recintos que ofrecen un servicio en los tres meses de 1.600.000 asistencias. Estas son las recomendaciones para el baño seguro.



[+info](#)



Se abren las piscinas municipales al aire libre

Los centros deportivos municipales con recintos de verano se abrieron el pasado 2 de junio, con una jornada de puertas abiertas y se cerrarán próximo 2 de septiembre. Se recomiendan los bonos de 10 baños y el Abono Deportivo de Verano y consultar los descuentos para familias numerosas.

Como en años anteriores, los madrileños disponen de diversas tarifas para acceder a las piscinas y sus servicios destacando el abono deportivo de verano por el que, además de entrar a darse un baño, se pueden utilizar las pistas de Atletismo, Patinaje y Tenis de Mesa, contemplando, además, la gratuidad de las reservas en pistas de Tenis e incluyendo la cuota de inscripción en todas las actividades dirigidas de verano, así como la retirada de cinco entradas para la Tarde Noche más Joven.

Los usuarios que tengan prevista una menor asistencia a los recintos de verano y sus unidades deportivas, también podrán optar por el bono multiuso de 10 sesiones, en todos los grupos de edad, que durante la temporada de invierno se utiliza indistintamente en piscinas, sauna o musculación

Por otra parte, los usuarios que disfruten del abono anual, dispondrán de los mismos servicios que se ofrecen en el abono deportivo de verano.

Estos precios están sujetos a descuentos del 50 % y del 90 % para las categorías general y especial de familia numerosa. Además, las personas con discapacidad podrán utilizar su carné de deporte especial, que les permitirá el acceso gratuito a estos recintos.





ÁREA DE GOBIERNO DE VICEALCALDÍA
ÁREA DE COORDINACIÓN INSTITUCIONAL

Dirección General de Deportes



El agua protagonista de las actividades deportivas

El programa deportivo municipal de verano presenta seis interesantes propuestas de cursos diseñados para aprender a practicar modalidades acuáticas y atendiendo a personas de todas las edades, desde los tradicionales cursos de natación hasta el curso intensivo para ocupar las vacaciones de los más jóvenes.

Curso de Natación Estival

Junio, julio y agosto / Infantil y adultos

Aprendizaje de la natación en sesiones de treinta minutos, de lunes a viernes, incluyendo en los cursos infantiles niños de 4 y 5 años en algunos de los centros deportivos.

Curso polideportivo

julio y agosto / Infantil

Aprendizaje básico de diferentes deportes con sesiones diarias de una hora como mínimo y de cuatro como máximo. En los cursos de duración superior a una hora se incluyen treinta minutos de natación.

Actividades Acuáticas

julio y agosto / Infantil

El objetivo es iniciar a niños que ya saben nadar en la práctica de modalidades acuáticas como Waterpolo, Salvamento y socorrismo, Natación con equipo ligero o Natación sincronizada y conocer actividades recreativas como Acuaerobic y Acuavoley. Las sesiones son de una hora diaria, de lunes a viernes (excepto festivos).

Actividades Deportivas

Julio / Adultos

Clases de diferentes modalidades deportivas: Aeróbic, Acondicionamiento físico-deportivo, Tenis o Pádel, programadas en dos o tres sesiones semanales de cuarenta y cinco minutos a una hora, cada una.

Acuagim

Julio y Agosto / Adultos

Iniciación a esta modalidad de acondicionamiento físico en el agua con sesiones de cuarenta y cinco minutos, en grupos de dos o tres sesiones a la semana.



Curso Intensivo

Julio y Agosto/ Infantil

Dirigidos a niños y jóvenes de 6 a 17 años. En estos cursos se imparten conocimientos y prácticas de natación y diferentes actividades deportivas al aire libre. Su duración es de quince días con sesiones diarias de cinco horas, de lunes a viernes (excepto festivos)

GRUPOS DE EDAD EN LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Infantiles: De 4 a 13 años

Jóvenes: De 14 a 17 años

Adultos: De 18 a 64 años

Mayores de 65 años



Psicomotricidad para educar jugando

El Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano, denominado "Psicoverano" se desarrolla en los centros deportivos municipales de Moratalaz y La Elipa, con el objetivo pedagógico de acercar a los más pequeños a las prácticas deportivas favoreciendo su desarrollo personal de atendiendo sus características motrices, cognitivas, afectivas y de socialización, a través de situaciones de juego.

Desarrollado por el área de Medicina del Deporte, este servicio también persigue reforzar el aprendizaje de hábitos y comportamientos sociales, higiénicos y de seguridad, en general, y de modo particular los relacionados con las actividades al aire libre y el medio acuático: cambiarse de ropa, uso de crema protectora, beber con frecuencia, uso previo y tras el baño de la ducha, actitudes seguras fuera y dentro del agua, y otras actividades.

Pueden inscribirse los niños y niñas nacidos en 2002 y 2003 en los Centros Deportivos Municipales de Moratalaz y La Elipa habiéndose establecido grupos de 30 alumnos y elegido las quincenas del 2 al 13 y del 16 al 27 de julio, en horario de las 10,30 a las 12,30 horas, de lunes a viernes.

La actividad será impartida por Técnicos especialistas en Psicomotricidad lo que garantiza un resultado óptimo de este programa que se desarrolla durante todo el año en otros centros y por el que hay que abonar una Tarjeta de inscripción de 10,40 euros (si el alumno no está ya inscrito en otra actividad dirigida) y 18,70 euros por la quincena.





Plan de calidad: la seguridad y la higiene

El funcionamiento de las piscinas está regido por la Ordenanza Reguladora de las Condiciones Higiénicas Sanitarias, Técnicas y de Seguridad en las Piscinas. Conocer las medidas que se ponen en marcha para garantizar la máxima calidad del agua y de los recintos es la clave para exigir el baño más agradable.

Los meses previos a la apertura, en los centros deportivos con recintos de piscina, se realiza un acondicionamiento y una adecuación de sus instalaciones a las normativas vigentes, examinándose las características, conservación y limpieza del vaso y del agua, los accesos y espacios adyacentes a la zona de baño, las salas de depuración, las duchas, los toboganes y las áreas complementarias, entre otras, zonas verdes, bares y cafeterías, quioscos y merenderos.

También son revisadas las áreas de trabajo, como almacenes, botiquines y otras dependencias y las necesidades de personal para prestar servicios durante toda la temporada.

Durante la temporada se desarrolla un plan específico para garantizar la seguridad e higiene de los usuarios, a través de tres aspectos básicos: la vigilancia, la asistencia sanitaria y la calidad.

La puesta en marcha de este plan comprende diversas actuaciones, con la presencia de personal de vigilancia en todas las instalaciones y la atención de médicos, ATS y socorristas, responsables de desarrollar un protocolo de actuación que responda a los posibles incidentes que puedan producirse.

Junto con estas medidas, los recintos deportivos al aire libre observan la aplicación rigurosa de la Ordenanza Reguladora de las Condiciones Higiénico-Sanitarias, Técnicas y de Seguridad de las Piscinas, tanto en las zonas de baño como en los espacios auxiliares, garantizando la calidad y seguridad de los servicios deportivos municipales destinados a la recreación acuática.

Además de lo establecido en esta normativa, para garantizar la calidad del agua, en los vasos de piscina se realizan cuatro análisis diarios de agua, controlando diversos parámetros físico-químicos y microbiológicos, entre otros, cloro, ph, y turbidez, exponiéndose los resultados en carteles colocados a la entrada de las instalaciones. Todos estos controles quedan anotados en los registros oficiales del centro deportivo.

En cumplimiento de la ordenanza municipal, los recintos se someten a limpiezas en profundidad, tanto al cierre, en zonas de playas, equipamientos complementarios y vestuarios, como antes de la apertura, dentro de los vasos de piscina y en otros espacios destinados a uso público. Durante su horario de funcionamiento, estas actuaciones son reforzadas siempre que sea necesario.

Por último, para ofrecer a todos los ciudadanos un tiempo de ocio saludable y seguro, el Ayuntamiento de Madrid realiza cada verano una campaña de divulgación en la que se proporcionan diferentes consejos y recomendaciones sobre el baño y la exposición al sol, así como las normas básicas de utilización de las piscinas al aire libre y sus instalaciones complementarias.





Recomendaciones básicas para un baño seguro

Todos las temporadas de verano el Ayuntamiento de Madrid desarrolla una campaña de concienciación a los usuarios de las piscinas municipales para evitar o disminuir la accidentalidad en estos recintos que ofrecen un servicio en los tres meses de 1.600.000 asistencias. Estas son las recomendaciones para la estancia segura:

EL SOL: Es un elemento natural 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 sus mejores aliados.

EL BAÑO: Es obligatorio ducharse antes del baño, el cual debe iniciarse con precaución, equilibrando gradualmente la temperatura del cuerpo y del agua. Además, hay que tener en cuenta que el calor puede producir colapsos e insolaciones, por ello hay que beber líquidos en abundancia.

LA DIGESTIÓN : Antes del baño no se debe beber ni comer y, si se hace, se deben respetar dos horas, como mínimo, para que se haga 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 se 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 el cuerpo de la crema protectora contra el sol y para graduar la temperatura del cuerpo con la del agua de la piscina.

