



Reial Club Marítim
de Barcelona

Rem



Let's Row

Cursos d'iniciació al rem

2017

CURSOS ADULTS

El club organitza cursos d'iniciació que es realitzen en dos caps de setmana. L'activitat es fa a bord de ioles, les quals són àmplies i redueixen els problemes d'equilibri. Després de quatre caps de setmana el primer pas a *outrigger* és ja possible. * Mínim 3 persones per curs

HORARI: D'11.00 a 13.00 hores

CALENDARI DE CURSOS (quatre dies de curs)

Gener/Febrer: 28-29 gener i 4-5 febrer

Febrer: 18-19 i 25-26 febrer

Març: 18-19 i 25-26 març

Abril: 15-16 i 22-23 abril

Maig: 20-21 i 27-28 maig

Juny: 17-18 i 24-25 juny

Juliol: 15-16 i 22-23 juliol

Agost/Setembre: 26-27 agost i 2-3 setembre

Setembre/Octubre: 30 set.-1 oct. i 7-8 octubre

Novembre: 4-5 i 11-12 novembre

Desembre: 2-3 i 9-10 desembre

PREU: 90€ (no socis) // 55€ (socis)

EQUIPAMENT

Roba còmoda

Calçat esportiu

Una tovallola i una muda de recanvi

El club té vestuaris a disposició dels participants dels cursos.

INSCRIPCIÓ

- Omplir el **formulari d'inscripció**
- Presentar una còpia de la **targeta de la seguretat social**: per email a caprem@maritimbarcelona.org o a la secretaria del Marítim
- Abonar l'**import**: el primer dia de curs a la secretaria del club o per transferència bancària (en aquest cas cal entregar el comprovant de la transferència a caprem@maritimbarcelona.org o a la secretaria del club)

Caixa de Catalunya IBAN/Núm. compte: ES28 0182 3511 40 0100000180

Beneficiari: Reial Club Marítim de Barcelona

Concepte: REM + NOM I COGNOM ALUMNE

