

CLÍNICAS

de Natação em Águas Abertas



SAMIR BAREL
NATAÇÃO



TREINAMENTO DE 1 DIA

Cronograma de atividades

Manhã

Teoria + Prática

ZONAS de

Treinamento

Cronograma de atividades

Tarde

Teoria + Prática

TÉCNICA E

FUNDAMENTOS do
nado CRAWL

Separação de GRUPOS

na prática

Iniciante

Intermediário

Avançado

Mínimo 10 atletas

Máximo 40 atletas

OBS: Os temas das aulas podem ser alterados de acordo com a necessidade do contratante

INVESTIMENTO

20 atletas – Curso ministrado por 1 profissional

R\$ 285,00 por pessoa

Profissionais com CREF ou Estagiários E.F.: R\$220,00 por pessoa

21 a 40 atletas - Ministrado por 2 profissionais

R\$ 220,00 por pessoa

Profissionais com CREF ou Estagiários E.F.: R\$160,00 por pessoa

*Despesas de hospedagem, transporte e alimentação do(s) profissional(is)
por conta do contratante*



Vamos juntos?

Samir Barel – Treinador

+55-19-99928-2434

samirbotelhobarel@gmail.com

