



CLUB NATACIÓN
BAHÍA DE CÁDIZ



BOLETÍN

SEPTIEMBRE 2024

clubnatacionbahiadecadiz.wordpress.com



COMIENZA LA TEMPORADA

24-25 DEL CNBC

SEPTIEMBRE, séptimo mes del calendario romano y PARA NOSOTROS, DEPORTISTAS Y ENTRENADORES, al igual que para estudiantes y docentes, EL COMIENZO DEL AÑO

Con el COMIENZO DE TEMPORADA, desde el CNBC planteamos NUEVOS PROYECTOS y RETOS

NUEVOS PROYECTOS

Queremos que todos los socios nos sintamos plenamente integrados y partícipes del CNBC, por eso mensualmente os mandaremos información detallada sobre el Club bajo el titular '**NOSOTROS**', sobre nuestros nadador@s bajo el titular '**EQUIPO**' y os informaremos de las citas más importantes del mes en la sección '**AGENDA**'.

Por último, destinaremos un punto a **CURIOSIDADES/HECHOS HISTÓRICOS** para motivar a todos nuestros nadadores y que podamos cada día aprender un poco más sobre este apasionante deporte en la sección '**¿SABÍAS QUÉ...?**'

RETO: PROGRAMA DE TALENTOS 'NADADORES DE FUTURO'.

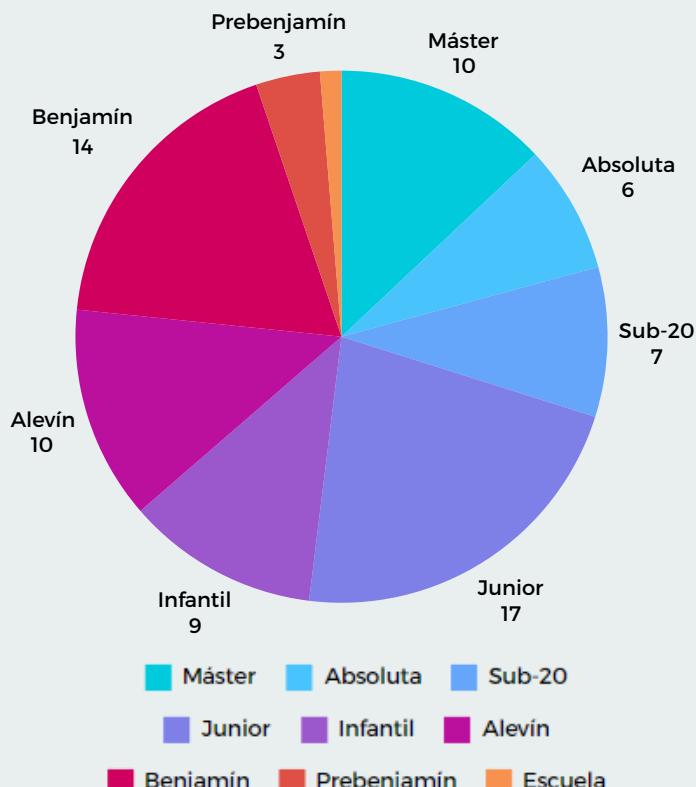
Queremos que todos l@s niñ@s de la provincia de Cádiz tengan la oportunidad de nadar en el CNBC. Para ellos hemos lanzado el **PROGRAMA DE TALENTOS 'NADADORES DE FUTURO'**, a través de comunicación a colegios y AMPAS de la provincia y difusión por redes y web del Club, también lo hemos anunciado a través del programa de radio 'SER DEPORTIVO CÁDIZ'.

Este programa está DIRIGIDO A NIÑOS NACIDOS ENTRE 2012 Y 2018 y ofrecemos las siguientes ventajas:

- Primer trimestre gratuito (octubre-diciembre) y regalo del gorro del club
- Licencia federativa a cargo del nadador solo tras el primer trimestre.
- Oportunidad de participar en competiciones locales.



NOSOTROS



Somos un total de 77 nadadores.

Estamos a pocos pasos de alcanzar el objetivo de los 100 nadadores.

Lograrlo nos permitirá consolidarnos como un club de referencia en la provincia y contar con dos entrenadores a tiempo completo. ¡Necesitamos tu compromiso y energía para hacerlo realidad! 🤝❤️

Juntos, vamos a llevar el club a lo más alto. ¡A por todas, equipo!

AGENDA



- 1er TRIMESTRE DEL AÑO. CAPTACIÓN NUEVOS NADADORES
- 21.09.24.
 - JOAQUÍN PAVÓN Y DAVID RODRÍGUEZ, convocados por la FEDERACIÓN ANDALUZA DE NATACIÓN-1º Jornada de Tecnificación.
- 19.10.24.
 - 1ª ETAPA INFANTIL-JUNIOR-SUB 20-ABSOLUTO
- 26.10.24.
 - 1ª ETAPA MÁSTER-LOS BARRIOS
 - 1ª ETAPA ALEVÍN-BENJAMÍN-PREBENJAMÍN

¿SABÍAS QUE...?



Si bien el agua es un medio 'hostil', todo comenzó NADANDO. Que todo empezara en el vientre materno, rodeados de agua, hace que la natación sea uno de los deportes más reconfortantes.



SEPTIEMBRE 2024

NUESTRO DEPORTE AYUDA A NUESTRO CEREBRO. Para nadar necesitamos sincronizar nuestras piernas y brazos, lo que hace que pongamos a funcionar todo nuestro cerebro: los dos hemisferios y los cuatro lóbulos, lo que incrementa la cognición, favorece la generación de más enlaces neuronales y logra un cerebro más activo. Por eso, las capacidades académicas y de psicomotricidad de los nadadores destacan sobre las de aquellas personas que no hacen deporte.

El estilo de nado más antiguo es la BRAZA y el más difícil de aprender la MARIPOSA, ya que requiere mayor coordinación de movimientos.

Llevar CORRO nos hace NADAR MÁS RÁPIDO, al igual que usar bañadores súper ajustados. El TITANIC fue el primer trasatlántico en tener piscina.

GRACIAS POR VUESTRO APOYO, CONFIANZA Y COMPROMISO. ¡¡¡EN EL CNBC, TODOS SUMAMOS!!!

