

Joan Antoja · Anna M. Matas

Ilustraciones de Anna Baquero

Locos por los deportes

Natación



ANAYA

1.ª edición: febrero 2021

© Del texto: Joan Antoja i Mas / Anna M. Matas i Ros, 2021

© De la ilustración: Anna Baquero, 2021

© De la traducción: Núria Riera i Fernández, 2021

© Grupo Anaya, S. A., 2021

Juan Ignacio Luca de Tena, 15. 28027 Madrid

www.anayainfantilyjuvenil.com

e-mail: anayainfantilyjuvenil@anaya.es

ISBN: 978-84-698-8468-0

Depósito legal: M-31279-2020

Impreso en España - Printed in Spain



Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

Joan Antoja i Mas / Anna M. Matas i Ros

Locos por los deportes

Natación

Ilustraciones de Anna Baquero



ANAYA



La **natación** es uno de los deportes más completos y saludables que existen, porque permite que se muevan casi todos los músculos del cuerpo.

Se puede practicar a cualquier edad. Hay niños y niñas que aprenden a nadar antes que a caminar.

¡Te invitamos a descubrir este deporte!



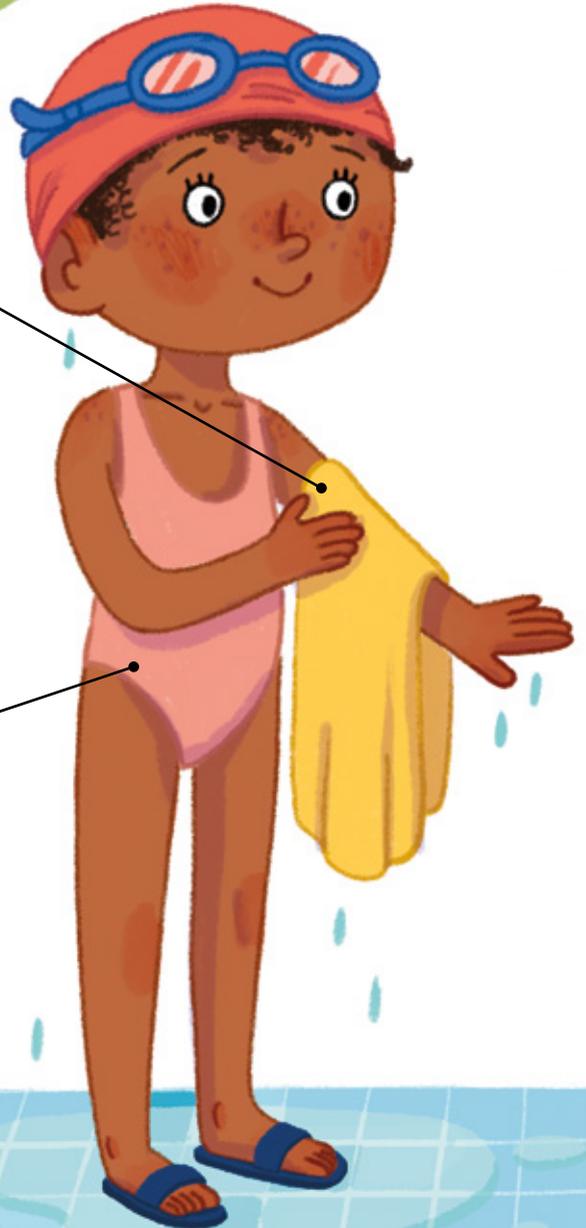
¿QUÉ NECESITAS?

TOALLA

Está fabricada con un tejido que seca muy bien la piel mojada.

BAÑADOR

Debe ajustarse al cuerpo para poder nadar rápido.



GORRO

Recoge las orejas y el pelo y ayuda a nadar más deprisa. Suele ser de silicona.



GAFAS

Protegen los ojos del cloro y permiten ver mejor dentro del agua.

CHANCLETAS

Son un calzado ideal y ligero para andar por la piscina.

¿CÓMO SE PRACTICA?

Los cuatro **estilos** más conocidos en natación son:

CROL

Los brazos se mueven hacia delante por encima del agua, primero uno y después el otro.



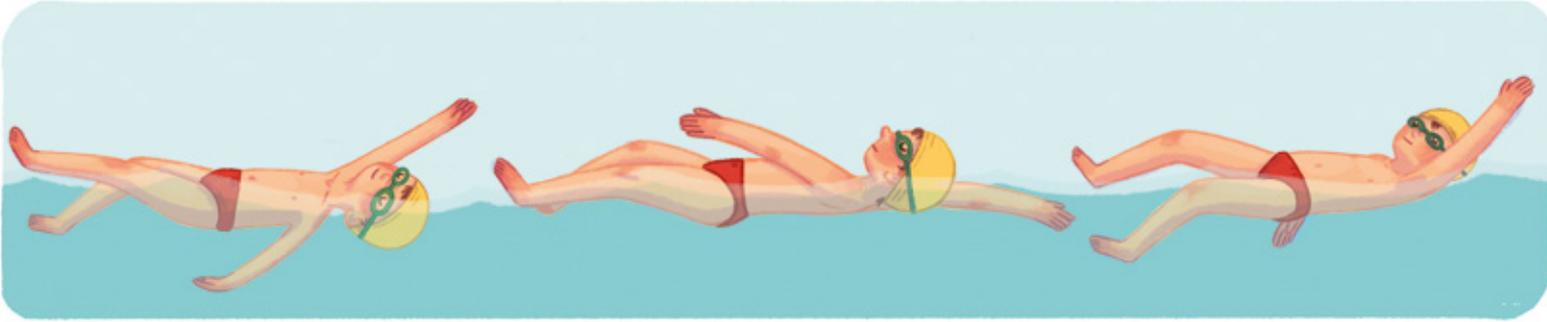
BRAZA

Los brazos y las piernas se doblan y estiran para avanzar hacia delante.



ESPALDA

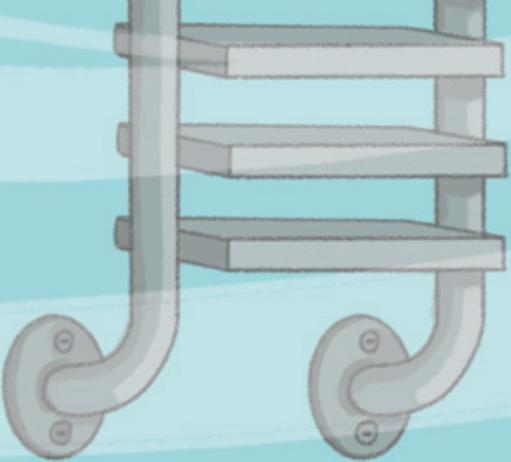
Se parece al crol, pero con el cuerpo boca arriba y nadando hacia atrás.



MARIPOSA

Los brazos se mueven hacia delante al mismo tiempo por encima del agua.





Conoce la natación de forma divertida
y descubre, además, los valores más
esenciales de este deporte, como
la disciplina, el esfuerzo y la constancia.
¡Serás un experto!

Títulos de la colección:



1568021 ISBN 978-84-698-8568-0



ANAYA

www.anayainfantilyjuvenil.com