

## ¡Al agua, patos!

Clases de natación para las pequeñas y los pequeños del hogar.



ABRIL 2026 | BRÚJULA DE COMPRA

**P**ara niñas y niños la natación es diversión y descubrimiento; para madres y padres, tranquilidad al verles disfrutar con seguridad de un deporte saludable.

Las escuelas de natación son el espacio para aprender a nadar con las técnicas adecuadas a la vez que se fomenta la convivencia y el respeto por las normas y al equipo. Deben contar con una licencia de funcionamiento, según la alcaldía, municipio o estado en el que se encuentren.

## Beneficios de nadar

### ■ Ejercitarse

Es una actividad de bajo impacto que fortalece y mejora la resistencia; practicarla desde temprana edad favorece una vida activa y saludable.

### ■ Pulmones más fuertes

Las técnicas de respiración utilizadas en la natación favorecen el desarrollo y la adaptación del sistema respiratorio.

### ■ Corazón más sano

Nadar con regularidad mantiene la presión y el colesterol saludables y reduce el riesgo de arteriosclerosis desde la infancia.

### ■ Control de la glucosa

Al ser un ejercicio aeróbico, aumenta la sensibilidad a la insulina y estabiliza los niveles de azúcar en sangre.

### ■ Mejora la función cerebral

Algunas investigaciones han demostrado que el nadar de manera regular mejora la memoria y las habilidades de pensamiento.



### ■ Seguridad en el agua

Aprender a nadar reduce significativamente el riesgo de accidentes o ahogamientos.

### ■ Mayor resistencia física

Las niñas y los niños mejoran su capacidad de esfuerzo y fortalecen su sistema cardiovascular.

### ■ Reduce el estrés y regula la ansiedad

Puede activar la parte del sistema nervioso que controla el descanso y la relajación.

### ■ Favorece la coordinación y el equilibrio

Estas habilidades sirven para otros deportes y aumentan la confianza para probar nuevas actividades.

### ■ Confianza en uno mismo

La práctica constante permite superar retos, fortalecer la autoestima y fomentar la independencia.



### ¿A qué edad iniciar?

Aunque depende del desarrollo físico y emocional de cada niña o niño, especialistas sugieren que a partir de los 4 años ya cuentan con el control corporal necesario para realizar brazadas y patadas con mayor precisión.

## Precios de cursos de natación

Realizamos un sondeo (del 29 de enero al 4 de febrero de 2026) en 39 escuelas de natación en Veracruz, Estado de México, Ciudad de México y Jalisco, bajo la modalidad de persona consumidora encubierta y para un menor de 10 años nivel principiante.

### Veracruz

Escuela / Duración por clase	Precio por núm. de clases al mes		Inscripción anual (\$)	Costo por clase muestra (\$)	Datos de contacto
	Mínimo de clases / Precio	Máximo de clases / Precio			
Club de Natación Buckingham (55 min por clase)	8 \$1,500.00	20 \$2,100.00	\$500.00	\$250.00	Av. Independencia 101, col. Petrolera, C. P. 96500, Coatzacoalcos, Ver. Tel. 92 11 02 27 00
Acuática TriRacing (45 min por clase)	4 \$590.00	20 \$1,900.00	\$250.00	Sin costo	Costa Rica s/n, col. Costa Verde, C. P. 94294, Boca del Río, Ver. Tel. 22 92 33 08 24
Neptuno, escuela de natación (60 min por clase)	8 \$550.00	20 \$750.00	\$270.00	\$60.00	Ignacio de la Llave s/n, col. Salvador Díaz Mirón, C. P. 91700, Veracruz, Ver. Tel. 22 95 07 25 97
VillaRica Swim (50 min por clase)	8 \$600.00	12 \$800.00	Sin costo	Sin costo	Simón Bolívar 849, col. Ignacio Zaragoza, C. P. 91910, Veracruz, Ver. Tel. 22 97 68 58 38
Aquabel (30 min por clase)	8 \$2,088.00	12 \$2,320.00	\$580.00	\$174.00	Dr. Rafael Cuervo 35, col. Granjas de Mocambo, C. P. 94298, Boca del Río, Ver. Tel. 22 99 22 30 27
AquaSport Xalapa (55 min por clase)	4 \$699.00	20 \$1,999.00	\$400.00	\$200.00	Xicoténcatl 89, col. Zona Centro, C. P. 91000, Xalapa, Ver. Tel. 22 82 98 32 46
Aquax Centro Deportivo (45 min por clase)	4 \$1,035.00	20 \$2,670.00	\$1,035.00	Sin costo	3.ª Privada de María Esther Zuno de Echeverría 25, col. Emiliano Zapata, C. P. 91190, Xalapa, Ver. Tel. 22 81 29 40 49
Acuática Museo (60 min por clase)	4 \$750.00	20 \$2,500.00	Sin costo	Sin costo	Melquiades Ruíz 67, col. Obrero Campesina, C. P. 91020, Xalapa, Ver. Tel. 22 82 10 72 35
Oxygen Fitness For Life Xanat (30 a 45 min por clase)	4 \$880.00	12 \$1,950.00	\$800.00	\$250.00	Carretera Federal Xalapa-Veracruz 553, Power Center Xanat, local 3, col. El Olmo, C. P. 91194, Xalapa, Ver. Tel. 22 88 26 97 83

Estado de México

Escuela / Duración por clase	Precio por núm. de clases al mes		Inscripción anual (\$)	Costo por clase muestra (\$)	Datos de contacto
	Mínimo de clases / Precio	Máximo de clases / Precio			
Escuela de Natación Aquarium (45 min por clase)	4 \$600.00	20 \$950.00	\$380.00	\$150.00	Aragón 7, col. La Trinidad, C. P. 56130, Texcoco, Edo. Méx. Tel. 59 59 52 95 58
Escuela de Natación Acuática Blue Chalco (1 hora por clase)	4 \$390.00	20 \$1,400.00	\$420.00	\$100.00	Niño Artillero 43, col. Barrio la Conchita, C. P. 56600, Chalco, Edo. Méx. Tel. 55 54 52 79 72
Escuela de Natación Acuática Garzas (50 min por clase)	8 \$600.00	16 \$800.00	\$400.00	\$130.00	Palma 29, col. Valle Verde, C. P. 56577, Ixtapaluca, Edo. Méx. Tel. 55 65 77 04 26
Escuela de Natación Centro Acuático Integral (1 hora por clase)	4 \$550.00	20 \$1,600.00	\$200.00	No brinda la opción	Av. Jardines de Morelos 43, col. Jardines de Morelos, C. P. 55070, Ecatepec de Morelos, Edo. Méx. Tel. 55 58 38 94 66
Escuela de Natación Marlin (1 hora por clase)	4-5 \$591.60	28-29 \$2,610.00	\$313.20	150.80	Corregidora 100, col. Santa María Nativitas, C. P. 56335, Chimalhuacán, Edo. Méx. Tel. 55 72 64 09 64
Escuela de Natación Marlines (1 hora por clase)	4 \$550.00	20 \$1,550.00	\$300.00	\$150.00	3.ª cerrada de Cuauhtémoc 10, col. Santo Tomás Chiconautla, C. P. 55066, Ecatepec de Morelos, Edo. Méx. Tel. 55 59 31 60 99
Acuática Morsa (1 hora por clase)	4 \$490.00	20 \$1,600.00	\$300.00	\$120.00	Privada de Independencia 7, col. Santa Clara Coatitla, C. P. 55540, Ecatepec de Morelos, Edo. Méx. Tel. 55 57 55 45 22
Escuela de Natación Sport Life (1 hora por clase)	4 \$485.00	20 \$980.00	\$420.00	\$145.00	Av. Central 72, col. Villa Primero de Agosto, C. P. 55100, Ecatepec de Morelos, Edo. Méx. Tel. 55 57 79 54 12
Escuela de Natación Splash Pool (50 min por clase)	4 \$950.00	16 \$1,950.00	Sin costo	\$250.00	Vicente Villada 80, col. San Lorenzo Tepatlilán, C. P. 50010, Toluca, Edo. Méx. Tel. 72 23 03 33 54
Tritones Natación Tepetlixpa (1 hora por clase)	4 \$240.00	20 \$800.00	\$100.00	\$70.00	Rovirosa 4, col. Pueblo Tepetlixpa, C. P. 56880, Tepetlixpa, Edo. Méx. Tel. 55 16 89 91 66

 Ciudad de México

Escuela / Duración por clase	Precio por núm. de clases al mes		Inscripción anual (\$)	Costo por clase muestra (\$)	Datos de contacto
	Mínimo de clases / Precio	Máximo de clases / Precio			
Escuela de Natación Aquarii (50 min por clase)	4 <b>\$600.00</b>	24 <b>\$1,900.00</b>	<b>\$300.00</b>	<b>No brinda la opción</b>	Sur 23 89, col. Leyes de Reforma, C. P. 9310, Iztapalapa, CDMX. Tel. 55 19 49 47 20
Club Star Fish (50 min por clase)	4 <b>\$1,500.00</b>	12 <b>\$2,700.00</b>	<b>\$1,400.00</b>	<b>Sin costo</b>	Providencia 845, col. Del Valle Centro, C. P. 3100, Benito Juárez, CDMX. Tel. 55 55 23 51 20
Escuela de Natación Enrique Noriega (1 hora por clase)	8 <b>\$1,276.00</b>	12 <b>\$1,740.00</b>	<b>\$1,160.00</b>	<b>\$250.00</b>	Potrero 21, col. Residencial Villa Coapa, C. P. 14390, Tlalpan, CDMX. Tel. 55 13 81 07 02
Escuela de Natación Momkikids (30 min por clase)	4 <b>\$1,152.00</b>	8 <b>\$1,728.00</b>	<b>\$700.00</b>	<b>Sin costo</b>	Héroes del 47 104, col. San Mateo, C. P. 04120, Coyoacán, CDMX. Tel. 55 16 34 91 14
Escuela de Natación y Centro de Capacitación para Buzos de Rescate (1 hora por clase)	4 <b>\$1,270.00</b>	20 <b>\$2,580.00</b>	<b>\$500.00</b>	<b>\$317.50</b>	Calzada Ignacio Zaragoza 129, col. Jardín Balbuena, C. P. 15900, Venustiano Carranza, CDMX. Tel. 55 57 62 76 49
Natación y Squash Coyoacán (1 hora por clase)	4 <b>\$900.00</b>	24 <b>\$2,550.00</b>	<b>Sin costo</b>	<b>\$280.00</b>	Belisario Domínguez 161, col. Del Carmen, C. P. 04100, Coyoacán, CDMX. Tel. 55 40 49 19 40
Escuela de Natación Morsas (50 min por clase)	4 <b>\$1,273.00</b>	8 <b>\$1,975.00</b>	<b>\$1,700.00</b>	<b>\$350.00</b>	Once Mártires 60, col. Tlalpan Centro, C. P. 14000, Tlalpan, CDMX. Tel. 55 56 06 18 83
Deportivo Inclan (50 min por clase)	4 <b>\$780.00</b>	8 <b>\$1,260.00</b>	<b>\$400.00</b>	<b>\$250.00</b>	San Lucas 129, col. El Recreo, C. P. 2070, Azcapotzalco, CDMX. Tel. 55 55 61 92 85
Aqua Sport (50 min por clase)	4 <b>\$594.00</b>	24 <b>\$3,208.00</b>	<b>\$550.00</b>	<b>No brinda la opción</b>	Oriente 83 4212, col. La Malinche, C. P. 7899, Gustavo A. Madero, CDMX. Tel. 56 34 00 04 00
Centro Acuático Escuela de la Ciudad de México (1 hora por clase)	4 <b>\$986.00</b>	20 <b>\$2,610.00</b>	<b>\$928.00</b>	<b>\$300.00</b>	Eje 1 Norte José Antonio Alzate 174, col. Santa María la Ribera, C. P. 6400, Cuauhtémoc, CDMX. Tel. 55 55 47 23 02

 Jalisco

Escuela / Duración por clase	Precio por núm. de clases al mes		Inscripción anual (\$)	Costo por clase muestra (\$)	Datos de contacto
	Mínimo de clases / Precio	Máximo de clases / Precio			
Acalli Natación y Buceo (50 min por clase)	Lunes a viernes: 8 Sábado: 4 Lunes a viernes: <b>\$1,380.00</b> Sábado: <b>\$800.00</b>	20 <b>\$1,850.00</b>	<b>\$550.00</b>	<b>\$170.00</b>	Volcán Vesubio 4580, col. Colli Urbano, C. P. 45070, Zapopan, Jal. Tel. 33 36 28 68 64
Acuaris Natación (50 min por clase)	4 <b>\$750.00</b>	20 <b>\$1,800.00</b>	<b>\$500.00</b>	<b>\$250.00</b>	Miguel Ángel 153, col. Real Vallarta, C. P. 45020, Zapopan, Jal. Tel. 33 31 65 19 06
Acuática Mantarraya. Escuela de Natación (50 min por clase)	4 <b>\$719.20</b>	20 <b>\$1,334.00</b>	<b>\$330.00</b>	<b>\$232.00</b>	Av. Jesús Reyes Heróles 3180, col. Villa Vicente Guerrero, C. P. 44987, Guadalajara, Jal. Tel. 33 36 29 13 61
Escuela de Natación Dione (55 min por clase)	8 <b>\$1,000.00</b>	12 <b>\$1,250.00</b>	<b>\$250.00</b>	<b>No brinda la opción</b>	Ganaderos 5611, col. Arcos de Guadalupe, C. P. 45037, Zapopan, Jal. Tel. 33 36 28 12 46
Escuela de Natación Ferswin (45 min por clase)	4 <b>\$928.00</b>	8 <b>\$1,682.00</b>	<b>\$580.00</b>	<b>\$232.00</b>	Privada Segunda Baluarte 50, col. Del Carmen, C. P. 47480, Lagos de Moreno, Jal. Tel. 47 41 35 21 66
Escuela de Natación Naatare (30 min por clase)	4 <b>\$336.00</b>	12 <b>\$615.00</b>	<b>\$300.00</b>	<b>\$110.00</b>	Av. Tonaltecas 2650-E, col. Arboledas de San Gaspar, C. P. 45410, Tonalá, Jal. Tel. 33 36 07 14 17
Escuela de Natación Tritones (45 min por clase)	4 <b>\$439.00</b>	20 <b>\$1,099.00</b>	<b>\$199.00</b>	<b>\$120.00</b>	Matamoros Sur 25, col. San Agustín, C. P. 45645, Tlajomulco de Zúñiga, Jal. Tel. 33 32 43 25 53
Nahvi Natación (50 min por clase)	4 <b>\$520.00</b>	20 <b>\$990.00</b>	<b>\$350.00</b>	<b>\$130.00</b>	Zalatitán 716, col. Jardines de la Paz, C. P. 45520, San Pedro Tlaquepaque, Jal. Tel. 33 22 52 81 86
El Patito (45 min por clase)	4 <b>\$1,252.00</b>	20 <b>\$4,292.00</b>	<b>\$600.00</b>	<b>\$350.00</b>	Av. México 3300, col. Monraz, C. P. 44670, Guadalajara, Jal. Tel. 33 36 73 32 39
Natación Flaunder (40 min por clase)	4 <b>\$1,250.00</b>	20 <b>\$2,020.00</b>	<b>\$450.00</b>	<b>\$380.00</b>	Av. Circunvalación Jorge Álvarez del Castillo 1235, col. Lomas del Country, C. P. 44610, Guadalajara, Jal. Tel. 33 29 16 46 17

Información recabada del 29 de enero al 4 de febrero de 2026, por lo que a la fecha de publicación de este artículo puede haber cambiado.

## Recomendaciones



### Visita al menos tres opciones

Esto te permitirá comparar precios, instalaciones, metodología y medidas de seguridad e higiene antes de tomar una decisión.



### Infórmate

- Investiga los requisitos, por ejemplo, si se solicita certificado médico.
- Pregunta por la experiencia del personal.
- Conoce a las personas responsables de la escuela.
- Averigua lo relacionado con el uniforme y accesorios.



### Prefiere grupos reducidos

Esto facilita la atención personalizada. En cursos para bebés, de preferencia, debe haber un instructor por persona.



### Verifica la calidad del agua

Debe estar limpia y ser cristalina. La NOM-245-SSA1-2010 establece los límites máximos permitidos de contaminantes físicos, químicos y microbiológicos para prevenir riesgos a la salud en albercas públicas, clubes, hoteles y balnearios.



### Conserva toda la documentación

Guarda comprobantes de pago y documentos relacionados con la inscripción; pueden servirte ante cualquier aclaración o inconformidad.



### Sigue las indicaciones de las personas instructoras

Permite que los profesionales guíen la adaptación de tus hijas o hijos.



### La Profeco te defiende

Si adquieres un producto o contratas un servicio, el artículo 12 de la Ley Federal de Protección al Consumidor establece que el proveedor tiene la obligación de entregar factura, recibo o comprobante donde se constaten los datos específicos del servicio prestado. Tómallo en cuenta. Si te cobran indebidamente, no respetan lo acordado o te niegan el servicio, la Profeco te respalda.

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del  
consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722



**denunciasprofeco@profeco.gob.mx**  
**denunciapublicitaria@profeco.gob.mx**  
**asesoria@profeco.gob.mx**



**@AtencionProfeco**  
**@Profeco**



**/ProfecoOficial**

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados,  
domingos y días feriados, de 10 a 18 h

#### Fuentes:

- Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. 2017. "La natación y sus beneficios para toda una vida". <https://www.gob.mx/conade/articulos/la-natacion-y-sus-beneficios-para-toda-una-vida-100555>
- Fundación Española del Corazón. "Natación para niños". <https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/61-para-ninos/829-natacion-para-ninos.html>
- Academia Americana de Pediatría. 2024. "5 razones para que sus hijos aprendan a nadar". <https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-play/Paginas/reasons-to-enroll-your-children-in-swim-lessons.aspx>
- Question Mark. 2025. "Los deportes más populares y los más practicados en México". <https://questionmark.com.mx/los-deportes-mas-populares-y-los-mas-practicados-en-mexico/>