PRECIOS PÚBLICOS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- Actividad organizada niños 60 €
- Actividad organizada adultos 70 €
- Precio 2ª actividad organizada 50% dto.
- Gimnasia para la 3ª Edad 40 €

- Duración del curso: Del 1 de octubre al 1 de junio.
- Grupos mínimos de 12 personas.
- Pago de las actividades en un plazo una vez establecidas.
- Los horarios podrán estar sujetos a modificaciones, una vez establecidos los grupos.
- **Se podrán organizar otras actividades no reseñadas en el folleto si un grupo de interesados lo solicita. ¡Tu opinión también cuenta!**
- **Entrega de inscripciones antes del 17 de septiembre en el Ayuntamiento.**

REUNIÓN PARA LA FORMACIÓN FINAL DE LOS GRUPOS DE ACTIVIDADES EL DÍA 17 DE SEPTIEMBRE A LAS 17:00 h. EN EL PABELÓN POLIDEPORTIVO

TELÉFONOS DE INTERÉS

S.C.D. «Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro»
976 79 06 38
Excmo. Ayuntamiento de Pastriz
976 58 65 77

GOBIERNO DE ARAGON

«la meta no es el final,
sino el principio de una carrera»

www.manco-alfajarin.com

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

2007/2008

Pastriz

¡Disfruta del deporte!

ORGANIZA

S.C.D. Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro

Excmo. Ayto. de Pastriz

Nombre:.....

Domicilio:.....

Municipio:..... Provincia .....

Fecha de nacimiento.....Teléfonos .....

DOMICILIACIÓN BANCARIA

D. .....,

autorizo a que con cargo a mi cuenta en la entidad .....

número _ _ _ _ /_ _ _ _ /_ _ / _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

se atiendan los recibos que gire la Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro.

FIRMA.

FICHA INSCRIPCIÓN 2007/2008

¿Qué OTRA actividad le gustaría realizar?

PRECIO TOTAL

INICIACIÓN DEPORTIVA

Actividad	Nacidos en
○ Psicomotricidad	2004/03
○ Predeporte	2002/01/00
○ Patinaje	antes 2001 incluido
○ Judo	antes 2001 incluido
○ Natación	2001/03
○ Natación	2000/94

Actividad	Nacidos en
○ Baloncesto	antes 1999 incluido
○ Multideporte	antes 1999 incluido
○ Fútbol Sala • Benjamín 00/99/98 • Alevín 97/96 • Infantil 95/94 • Cadete 93/92	
○ Tenis	antes 1999 incluido

PROGRAMACIÓN ADULTOS

Actividad
○ Aeróbic
○ Mantenimiento
○ Tenis
○ Natación
○ Espalda Sana
○ Taichi

Actividad
○ Gimnasia 3ª Edad
○ Defensa Personal Preparación Física
○ Liga de Fútbol Sala Intercomarcal

Entregar en el Ayuntamiento antes del 17 de septiembre

Escuelas de Iniciación Deportiva

PSICOMOTRICIDAD
Niños nacidos entre el 2004 y 2003.
Objetivo: Desarrollo del esquema corporal, percepción
y lateralidad del niño, así como su motricidad.
Horario: Lunes y Miércoles de 17.15 a 18.15 horas.

PREDEPORTE
Niños nacidos en los años 2002/01/00.
Objetivo: Iniciación en los deportes de equipo, individuales, con implementos. Participación en los Juegos Escolares.
Horario: Lunes y Miércoles de 18:15 a 19:15 horas.

PATINAJE
Nacidos antes del año 2001 incluido.
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento de la técnica y habilidades propias del deporte.
Horario: Martes y Jueves de 17:15 a 19:15 horas.

JUDO
Nacidos antes del año 2001 incluido.
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento en las técnicas básicas.
Horario: Martes y Jueves de 17:00 a 18:30 horas.

CURSO DE NATACIÓN (PISCINA CLIMATIZADA AGUSTINOS)
Niños nacidos: 2001 – 2003 (120 €)
2000 – 1994 (150 €)
Objetivos: adaptación al medio acuático, aprendizaje de técnicas, perfeccionamiento de estilos, etc
Sábados por la tarde. Plazas limitadas.

ESCUELA DE BALONCESTO
Nacidos antes del año 1999 incluido.
Objetivo: Iniciación en las diferentes habilidades técnicas y tácticas del baloncesto.
Horarios a confirmar.

MULTIDEPORTE
Nacidos antes del año 1999 incluido.
Objetivo: Práctica de diferentes disciplinas deportivas (balonmano, baloncesto, hockey, btt, orientación ...)
Horarios a confirmar.

ESCUELA DE FÚTBOL SALA
Categorías: Benjamín (00/99/98), Alevín (97/96), Infantil (95/94) y Cadete (93/92)
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento técnico, táctico y físico.
Horarios a confirmar.

TENIS
Niños nacidos antes del año 1999 incluido.
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento en la técnica del tenis.
Días y horarios a confirmar.

Programación Adultos

AERÓBIC
Todas las edades.
(Salsa, africano, merengue, circuitos, ...). Mejora de las cualidades físicas, trabajo cardiovascular.
Horarios a confirmar.

MANTENIMIENTO
Todas las edades.
Objetivo: Mejora de la condición física, actividad lúdica y recreativa.
Horario: Martes y Jueves de 18:30 a 19:30 horas.

TENIS
Mayores de 15 años.
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento en la técnica del tenis.
Días y horarios a confirmar.

CURSO DE NATACIÓN (PISCINA CLIMATIZADA AGUSTINOS)
Dirigido aquellos adultos, tanto para iniciarse como para perfeccionar su técnica (150 €)
Objetivos: adaptación al medio acuático, aprendizaje de técnicas, perfeccionamiento de estilos, etc
Sábados por la tarde a partir del 6 de octubre.

ESPALDA SANA
Mayores de 15 años.
Objetivo: Trabajo postural, mejora de la tonificación y estiramientos, relajación y auto masaje, etc...
Martes de 19:30 a 20:30 y Viernes de 20:00 a 21:00 horas en el Consultorio Médico.

TAICHI
Todas las edades.
Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento técnicas básicas.
Horario: Viernes de 19:15 a 20:45 horas.

ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA 3ª EDAD
Objetivo: Potenciar la relación social, mejora de hábitos para la salud y la condición física.
Horario: Lunes y Miércoles de 16:15 a 17:15 horas.

DEFENSA PERSONAL / PREPARACIÓN FÍSICA
Mayores de 15 años.
Objetivo: Mejora de la condición física y aprendizaje de técnicas de autodefensa.
Horarios a confirmar.

LIGA DE FÚTBOL SALA INTERCOMARCAL
Los equipos interesados en participar en la liga comarcal apuntarse en el Servicio Comarcal de Deportes.
Precio de la competición 350 €.

Y OTRAS ACTIVIDADES COMO
FESTIVALES: PATINAJE, RÍTMICA Y AERÓBIC /EXHIBICIONES / ARTES MARCIALES / CLAUSURA JUEGOS ESCOLARES / ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA / XII SEMANA DE LA MONTAÑA / CAMPAÑA DE ESQUÍ / 3X3 BALONCESTO / CAMPAMENTOS DE VERANO / CURSOS DE FORMACIÓN / ESCUELA DE TIEMPO LIBRE / Y MUCHAS OTRAS MÁS...