

# PROGRAMA SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES

## ESCUELA DE PÁDEL

- Nacidos antes del año 2006 (incluido).
- Una clase de 60 minutos a la semana.
- Grupo 1: Viernes de 17:00 a 18:00 h.
- Grupo 2: Viernes de 18:00 a 19:00 h.
- Grupo de 6 jugadores (a ser posible ya formados en el momento de la inscripción).
- Instalaciones: Pista de Pádel.

## ESCUELA DE TENIS

- Niños nacidos antes del año 2006 (incluido).
- Una clase de 60 minutos a la semana.
- Grupo 1: Viernes de 17:00 a 18:00 h.
- Grupo 2: Viernes de 18:00 a 19:00 h.
- Grupo 3: Sábados de 15:30 a 16:30 h.
- Grupo de 6 jugadores (a ser posible ya formados en el momento de la inscripción).
- Instalaciones: Pista de Tenis.

## ESCUELA DE PATINAJE ARTÍSTICO

- Nacidos antes del año 2009 (incluido).
- Horario: Miércoles y Viernes de 17:00 a 18:00 h.
- Los grupos los establecerá el monitor según edad y nivel.
- Instalaciones: Pabellón Polideportivo.

## ESCUELA DE KARATE

- Nacidos antes del año 2009 (incluido).
- Horario: Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00h.
- Los grupos los establecerá el monitor según edad y nivel.
- Instalaciones: Gimnasio del Colegio.

## ZUMBA KIDS (NIÑOS)

- Niños nacidos antes del año 2009 (incluido).
- Horario: Sábados de 11:30 a 12:30 h.
- Dos sábados al mes pendientes de confirmar.
- Instalaciones: Centro Cívico.

## Escuelas de Iniciación Deportiva

ESPECIFICAR GRUPO Y HORARIO DE LA ACTIVIDAD

- ACTIVIDAD
- G. Mantenimiento
- G. Aeróbica
- Pádel
- Zumba Gold
- Zumba
- Tenis

PRECIO TOTAL:

PROGRAMACIÓN ADULTOS

- NACIDOS
- ACTIVIDAD
- Escuela de Pádel ..... antes 2006 incl.
- Escuela de Tenis ..... antes 2006 incl.
- Zumba Kids (niños) ..... antes 2009 incl.
- Esc. Patinaje Artístico ..... antes 2009 incl.
- Escuela de Karate ..... antes 2009 incl.

? Qué OTRA actividad le gustaría realizar?

El Spinning y la BIODANZA se abonarán en la cuenta del Ayuntamiento.

Ingresar en el número de cuenta **CAI 2086 0207 17 070003 7402** el coste total de las actividades marcadas y adjuntar el **justificante** bancario del pago junto con la inscripción para hacerla válida.

Forma de Pago:

Nombre: .....  
 Domicilio: .....  
 Municipio: .....  
 Fecha de nacimiento: .....  
 Provincia: .....  
 Teléfonos: .....  
 Colegio: .....

FIRMA:

FICHA INSCRIPCIÓN 2014/2015



## Programación Adultos

### GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 3ª EDAD

- Objetivo: Actividad lúdica y recreativa. Mejora de la condición física y salud.
- Horario: Martes y Jueves de 10:45 a 11:45 h.
- Instalaciones: Centro Cívico.

### GIMNASIA AERÓBICA MODERADA

- Mayores de 15 años
- Grupo 1:
  - Martes y Jueves de 9:45 a 10:45 horas.
- Grupo 2:
  - Martes y Jueves de 20:15 a 21:15 horas.
- Indicar grupo y horario en la ficha de inscripción.
- Instalaciones: Centro Cívico.

### TENIS

- Mayores de 15 años.
- Clases de 90 minutos a la semana.
- Día y horarios a confirmar según jugadores.
- Grupos de 4 jugadores.
- Instalaciones: Pista de Tenis.

### PÁDEL

- Clases de 90 minutos y un día a la semana.
- Horarios disponibles:
  - Martes a las 19:00 h. y a las 20:30 h. (2 grupos).
  - Miércoles a las 19:00 h. y a las 20:30 h. (2 grupos).
  - Jueves a las 17:30 h., 19:00 h. y a las 20:30 h. (3 grupos).
  - Viernes a las 19:00 h. y a las 20:30 h. (2 grupos).
  - Sábado a las 16:30 h. (1 grupo).
- 10 Grupos de 4 jugadores (a ser posible, ya formados en el momento de la inscripción).
- Indicar grupo y horario en la ficha de inscripción.
- Instalaciones: Pista de Pádel.

### ZUMBA

- Dirigido a personas mayores de 15 años.
- Grupo 1: Martes y Jueves de 19:30 a 20:30 horas.
- Grupo 2: Martes y Jueves de 20:30 a 21:30 horas.
- Indicar grupo y horario en la ficha de inscripción.
- Instalaciones: Gimnasio Colegio.

### ZUMBA GOLD (3ª edad)

- Sábados de 10:30 a 11:30 h.
- Dos sábados al mes pendientes de confirmar.
- Instalaciones: Centro Cívico.

¡ A PARTIR DEL DÍA 7 DE OCTUBRE EN EL PABELLÓN POLIDEPORTIVO, AYUNTAMIENTO, COLEGIO Y CENTRO CÍVICO, SE PUBLICARÁN LAS LISTAS DE ADMITIDOS EN LAS ACTIVIDADES ASÍ COMO LOS HORARIOS DEFINITIVOS! ¡

## Cursos Ayuntamiento

### SPINNING

- Martes y Jueves
- Horario: Mañanas de 10:00h. a 11:00h. Tardes de 20:00h. a 21:00h y de 21:30 a 22:30h.
- Grupos mínimos de 6 a 8 personas
- Instalaciones: Sala Spinning.
- Precio: Abonar en cuenta Ayuntamiento: 150 € persona.

### BIODANZA

- Miércoles
- Horario: Mañanas de 10:45h. a 11:45h. Tardes de 17:00h. a 19:00h y de 19:30 a 21:30h.
- Grupos mínimos de 6 a 8 personas
- Instalaciones: Centro Cívico.
- Precio: Abonar en cuenta Ayuntamiento: 150 € persona.