

PROGRAMAS DEPORTIVOS PISCINA CUBIERTA
TEMPORADA 2018/19.- Servicio Municipal de Deportes

PROGRAMA	CURSO	EDAD	RATIO	DÍAS	HORARIO
BEBÉS I 2 sesiones/semanales: 25 €/mes 1 sesión/semanal: 16 €/mes	1º	6 A 24 MESES	10	LUNES Y MIÉRCOLES	17:20 a 18:05 h.
	2º	6 A 24 MESES	10	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
	3º	6 A 24 MESES	10	VIERNES	17:20 a 18:05 h.
BEBÉS II 2 sesiones/semanales: 25 €/mes 1 sesión/semanal: 16 €/mes	1º	24 A 48 MESES	10	MARTES Y JUEVES	16:30 a 17:15 h.
	2º	24 A 48 MESES	10	LUNES Y MIÉRCOLES	18:10 a 18:55 h.
	3º	24 A 48 MESES	10	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	4º	24 A 48 MESES	10	LUNES Y MIÉRCOLES	19:00 a 19:45 h.
	5º	24 A 48 MESES	10	VIERNES	18:10 a 18:55 h.
INFANTIL 2 sesiones/semanales: 25 €/mes 3 sesiones/semanales: 29 €/mes	1º	4 Y 5 AÑOS	8	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	16:30 a 17:15 h.
	2º	4 Y 5 AÑOS	8	LUNES Y MIÉRCOLES	16:30 a 17:15 h.
	3º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	16:30 a 17:15 h.
	4º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	16:30 a 17:15 h.
	5º	4 Y 5 AÑOS	8	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	17:20 a 18:05 h.
	6º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
	7º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
	8º	4 Y 5 AÑOS	8	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	18:10 a 18:55 h.
	9º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	10º	4 Y 5 AÑOS	8	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:00 a 19:45 h.
	11º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
	12º	4 Y 5 AÑOS	8	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
MENORES 2 sesiones/semanales: 23 €/mes 3 sesiones/semanales: 27 €/mes	1º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	16:30 a 17:15 h.
	2º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	16:30 a 17:15 h.
	3º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	16:30 a 17:15 h.
	4º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	16:30 a 17:15 h.
	5º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	17:20 a 18:05 h.
	6º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	17:20 a 18:05 h.
	7º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
	8º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
	9º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	18:10 a 18:55 h.
	10º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	18:10 a 18:55 h.
	11º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	12º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	13º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:00 a 19:45 h.
	14º	6 A 13 AÑOS	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:00 a 19:45 h.
	15º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
	16º	6 A 13 AÑOS	12	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA 2 sesiones/semanales: 24 €/mes	1º	MENORES DE 16 AÑOS	5	MARTES Y JUEVES	17:20 a 18:05 h.
NATACIÓN Y EMBARAZO 3 sesiones/semanales: 28 €/mes	1º	MUJERES EN PRE Y POST-PARTO	12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:50 a 20:35 h.

PROGRAMAS DEPORTIVOS PISCINA CUBIERTA

TEMPORADA 2018/19.- Servicio Municipal de Deportes

PROGRAMA	CURSO	EDAD	RATIO	DÍAS	HORARIO
ACTIVIDAD FÍSICA EN EL AGUA (AFA) 2 sesiones/semanales: 24 €/mes 3 sesiones/semanales: 28 €/mes	1º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES – MIÉRCOLES - VIERNES	9:00 a 9:45 h.
	2º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MIÉRCOLES Y VIERNES	9:00 a 9:45 h.
	3º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	9:50 a 10:40 h.
	4º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES – MIÉRCOLES - VIERNES	9:50 a 10:40 h.
	5º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	10:45 a 11:30 h.
	6º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES – MIÉRCOLES - VIERNES	10:45 a 11:30 h.
	7º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MIÉRCOLES Y VIERNES	10:45 a 11:30 h.
	8º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES – MIÉRCOLES - VIERNES	11:35 a 12:20 h.
	9º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	11:35 a 12:20 h.
	10º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES – JUEVES - VIERNES	12:25 a 16:10 h.
	11º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	12º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	13º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
	14º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	19:00 a 19:45 h.
	15º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	19:50 a 20:35 h.
	16º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	19:50 a 20:35 h.
	17º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:50 a 20:35 h.
	18º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	20:40 a 21:25 h.
	19º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	MARTES Y JUEVES	20:40 a 21:25 h.
	20º	14 AÑOS EN ADELANTE	10/12	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	21:30 a 22:15 h.
MAYORES 2 sesiones/semanales: 20 €/mes 3 sesiones/semanales: 24 €/mes	1º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MARTES – JUEVES - VIERNES	9:00 a 9:45 h.
	2º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MIÉRCOLES Y VIERNES	9:00 a 9:45 h.
	3º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MARTES – JUEVES - VIERNES	9:50 a 10:40 h.
	4º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MARTES Y JUEVES	10:45 a 11:30 h.
	5º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MARTES – JUEVES - VIERNES	10:45 a 11:30 h.
	6º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MIÉRCOLES Y VIERNES	10:45 a 11:30 h.
	7º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MARTES Y JUEVES	11:35 a 12:20 h.
	8º	MAYORES DE 60 AÑOS	15	MIÉRCOLES Y VIERNES	11:35 a 12:20 h.
ADULTOS 2 sesiones/semanales: 24 €/mes 3 sesiones/semanales: 28 €/mes	1º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	9:00 a 9:45 h.
	2º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	9:50 a 10:40 h.
	3º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES (de 14 a 18 años)	16:30 a 17:15 h.
	4º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	18:10 a 18:55 h.
	5º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:00 a 19:45 h.
	6º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:00 a 19:45 h.
	7º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	19:50 a 20:35 h.
	8º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	19:50 a 20:35 h.
	9º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	20:40 a 21:25 h.
	10º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	20:40 a 21:25 h.
	11º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	LUNES – MIÉRCOLES - VIERNES	21:30 a 22:15 h.
	12º	DE 14 A 60 AÑOS	12/15	MARTES Y JUEVES	21:30 a 22:15 h.
AQUAEROBIC 2 sesiones/semanales: 24 €/mes	1º	DE 14 A 60 AÑOS	17	MARTES Y JUEVES	20:40 a 21:25 h.