

PROGRAMAS DEPORTIVOS

TEMPORADA 2018/19 .- Servicio Municipal de Deportes

PROGRAMA	Gr	EDAD/NIVEL	Ratio	DÍAS	HORARIO	ESPACIO DEPORTIVO
PSICOMOTRICIDAD 19 €/mes	1º	4 años	12	Lunes - Miércoles	16,30 a 17,20 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	2º	3 años	12	Lunes - Miércoles	17,20 a 18,10 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	3º	3 años	12	Lunes - Miércoles	18,15 a 19,05 h.	SALA EXP. CORPORAL (2)
	4º	4 años	12	Martes-Jueves	16,30 a 17,20 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	5º	3 años	12	Martes-Jueves	17,20 a 18,10 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	6º	5-6 años	12	Martes-Jueves	18,15 a 19,05 h.	Martes: Sala Expresión Corporal 1 Jueves: Sala Polivalente Anexa
GIMNASIA RÍTMICA 19 €/mes	1º	6 a 10 años	15	Lunes - Miércoles	16,30 a 17,30 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA
	2º	6 a 10 años	15	Lunes - Miércoles	16,30 a 17,30 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA
	3º	6 a 10 años	15	Lunes - Miércoles	16,30 a 17,30 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA
SALTO DE COMBA 19 €/mes	1º	6 a 9 años	15	Martes-Viernes	16,30 a 17,30 h	SALA POLIVALENTE ANEXA
	2º	10 a 12 años	15	Martes-Viernes	16,30 a 17,30 h	SALA POLIVALENTE ANEXA
AEROBIC 19 €/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	18	Lun - Mierc - Juev	9:00 a 10:00 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	2º	MAY. 14 AÑOS	18	Lun - Mierc - Juev	18:15 a 19:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	3º	MAY. 14 AÑOS	18	Lun - Mierc - Viern	20:15 a 21:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	4º	MAY. 14 AÑOS	18	Lun- Mierc- Viern	21:15 a 22:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
YOGA 17 €/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes - Miércoles	19:45 a 21:00 h.	AULA EDIFICIO CENTRAL
	2º	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes - Miércoles	21:00 a 22:15 h.	AULA EDIFICIO CENTRAL
	3º	MAY. 14 AÑOS	16	Miércoles - Viernes	09:00 a 10:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (2)
	4º	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes - Miércoles	18:30 a 19:45 h.	AULA EDIFICIO CENTRAL
PILATES 17 €/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	20	Martes-Jueves	19:15 a 20:15 h.	Martes: Sala Expresión Corporal 1 Jueves: Aula Edificio Central
	2º	MAY. 14 AÑOS	20	Martes-Jueves	20:15 a 21:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	3º	MAY. 14 AÑOS	20	Martes-Jueves	21:15 a 22:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	4º	MAY. 14 AÑOS	16	Martes-Jueves	09:00 a 10:00 h.	Martes: Sala Expresión Corporal 1 Jueves: Sala Expresión Corporal 2
GIMNASIA DE COMPENSACIÓN 19 €/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	25	Lun-Mierc-Juev	10:00 a 11:00 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	2º	MAY. 14 AÑOS	25	Lun-Mierc-Juev	11:00 a 12:00 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	4º	MAY. 14 AÑOS	25	Lun-Mierc-Juev	12:00 a 13:00 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
	5º	MAY. 14 AÑOS	25	Lun-Mierc-Juev	19:15 a 20:15 h.	SALA EXP. CORPORAL (1)
GIMNASIA MANTENIMIENTO 19€/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	30	Lun-Mierc-Juev	10:00 a 11:00 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA
FITNESS Horario completo 20 €/mes Horario mañana 18 €/mes		MAYORES 14 AÑOS		MAÑANAS. De Lun. a Vier: De 9 a 14 h TARDES. De Lun. a Vier: De 16:30 a 22:15 h SÁBADOS: De 10 a 13 h.		SALA DE FITNRES
CICLO INDOOR + FITNESS 22 €/mes	1º	MAY. 14 AÑOS	20	Martes-Jueves	17:30 a 18:30 h.	SALA DE FITNRES
	2º	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes-Miércoles	20:15 a 21:15 h.	SALA DE FITNRES
MULTIFITNESS (26 €/mes)						
Fitness	1	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness	SALA DE FITNRES
Ciclo Indoor		MAY. 14 AÑOS	20	Lun- Miérc-Viern	9h a 10 h	SALA DE FITNRES
Tonificación		MAY. 14 AÑOS	20	Martes	9h a 10 h	SALA POLIVALENTE ANEXA
Fitness	2	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness	SALA DE FITNRES
Ciclo Indoor		MAY. 14 AÑOS	20	Martes y Jueves	19:00 a 20:00 h.	SALA DE FITNRES
Tonificación		MAY. 14 AÑOS	20	Lunes y Miércoles	19:15 a 20:15 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA
Fitness	3	MAY. 14 AÑOS	20	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness	SALA DE FITNRES
Ciclo Indoor		MAY. 14 AÑOS	20	Martes y Jueves	21:00 a 22:00 h.	SALA DE FITNRES
Tonificación		MAY. 14 AÑOS	20	Lunes y Miércoles	21:15 a 22:15 h.	SALA POLIVALENTE ANEXA