

CURSOS DEPORTIVOS

CUOTAS:

Cursos de 1 día semanal: 20€ mes - 48€ trimestre.

Cursos de 2 o más días semanales: 24€ mes - 55€ trimestre.

Para la realización de los cursos será necesario que haya un mínimo de diez (10) personas inscritas en ellos. Para ello deberán haber formalizado la inscripción con todos los datos que se solicitan; de no ser así, el curso no dará comienzo hasta que no este inscrito el número mínimo exigido.

Los cursos tienen una duración de ocho meses, de octubre a mayo, comenzando a partir del lunes 8 de octubre y terminando el 31 de mayo. Cada curso comenzará en octubre el día que le corresponda.

Las altas y bajas se deberán comunicar en las oficinas del Centro Deportivo.

Si un curso, durante su realización, bajase del mínimo de personas inscritas se dará por finalizado en la fecha que se produzca.

INFANTILES

KARATE

Días: Miércoles y viernes

Horarios: miércoles a partir de las 16:00 horas; viernes a partir de las 15:30 horas.

Lugar: Centro Deportivo

Monitora: Fuensanta Romanos.

ESCUELA MNPAL. DE PELOTA - JUEGOS INICIACIÓN AL FRONTON

Días: Lunes a viernes.

Hora: 18:00 horas.

Lugar: Frontón Retegui.

Cuota: 20€ trimestre.

PSICOMOTRICIDAD

Días: Lunes y jueves.

Dirigido: niños de 3 y 4 años. (1º y 2º de infantil)

Hora: 16:00 horas.

Lugar: Centro Deportivo.

PATINAJE

Días: Martes y jueves.

Hora: A partir de las 16:00 horas.

Lugar: Frontón.

Monitor: Iñaki Fuertes Grasa.

ZUUMBAA INFANTIL

Días: Lunes y viernes.

Horarios: Lunes y viernes a las 17:00 horas.

Lugar: Frontón.

MULTIDEPORTE

Días: Lunes y jueves.

Dirigido: niños de 5 a 7 años. (3º de infantil, 1º y 2º de primaria)

Hora: 17:00 horas.

Lugar: Polideportivo.

ADULTOS

ESPALDA SANA

Días: Martes y jueves.

Hora: A partir de las 17:00 horas.

Lugar: Centro Deportivo.

Monitor: Mikel Guiral.

ZUUMBAA

Días: Martes y jueves a las 20,00.- horas.

Lunes y viernes a las 15:30.- horas.

Lugar: Centro Deportivo y Frontón

Monitoras: Sara y Leany.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Días: Lunes, miércoles y viernes.

Hora: 9:30.- horas.

Lugar: Frontón Retegui

EJERCICIO FISICO PARA LA 3ª EDAD

Días: Martes y jueves.

Hora: 11 horas de la mañana.

Lugar: Frontón Retegui.

CICLO INDOOR

Días: Dos días a la semana de martes a viernes.

Hora: Mañanas: 11 horas; Tardes: a partir de las 18 horas.

Lugar: Centro Deportivo

Monitores: Bárbara y Moisés.

YOGA

Días: Martes y jueves.

Hora: a partir de las 17:00 horas.

Lugar: Casa de Cultura.

Monitora: Elena Arriazu.

METODO PILATES

Días: Martes y jueves.

Hora: Mañana: 10:00; tarde: 18:00 y 19:00 horas.

Lugar: Centro Deportivo

Monitor: Bárbara Gutiérrez.

CARDIO KICK-BOX

Días: Lunes y miércoles.

Hora: 19:00 horas.

Lugar: Centro Deportivo.

Monitora: María Alcalde.

RUNNING

Días: Martes y jueves.

Hora: A partir de las 20:30.- horas.

Lugar: Polideportivo

Monitor: Héctor Viguera.

PADEL ADULTOS

Días: Sábados.

Hora: A partir de las 10 horas.

Lugar: Centro Deportivo.

Monitor: Joaquín Jiménez.

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Días: Lunes y miércoles.

Hora: A partir de las 19:00 horas.

Lugar: Polideportivo.

Monitor: Mikel Guiral.