



ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD:

A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1998 y anteriores (excepto Karate juvenil de 17 a 30 años).

CURSO:

PRIMER CUATRIMESTRE: 1 de octubre de 2015 a 31 de enero de 2016.

SEGUNDO CUATRIMESTRE: 1 de febrero a 31 de mayo de 2016.

CUOTAS: La cuota a abonar será por la participación en el 1º cuatrimestre (1 de octubre a 31 de enero). Para continuar participando en el 2º cuatrimestre se deberá volver a inscribir y abonar la cuota correspondiente.
Inscripciones 2º cuatrimestre: del 11 al 18 de enero de 2016.

ACTIVIDADES CON MAS DE 15 PERSONAS/GRUPO:

CUOTAS:	empadronados/as	no empadronados/as
1 sesión semanal	27 € / cuatrimestre	43 € / cuatrimestre
2 sesiones semanales	54 € / cuatrimestre	87 € / cuatrimestre
3 sesiones semanales	81 € / cuatrimestre	130 € / cuatrimestre

GINNASIA DE MANTENIMIENTO

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de Espejos)	GMM3D9	Lunes, miércoles y viernes / 9:00-10:00 h	81€	130€
	GMMJ9	Martes y jueves / 9:00-10:00 h	54€	87€
Lugar: Polideportivo (cancha)	GMLX19	Lunes y miércoles / 19:00-20:00 h	54€	87€
	GMMJ18	Martes y jueves / 18:00-19:00 h	54€	87€
	GMMJ19	Martes y jueves / 19:00-20:00 h	54€	87€
	GMMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:00 h	54€	87€

AEROBIC

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de Espejos)	AEJU11	Jueves / 11:00-12:00 h	27€	43€
	AEMJ19	Martes y jueves / 19:00-20:00 h	54€	87€
	AEMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:00 h	54€	87€

ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD: A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1998 y anteriores (excepto Karate juvenil de 17 a 30 años).

YOGA

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Lagunak (sala tatami) NO ABONDADOS/AS, SOLICITAR ACCESO	YOMJ9	Martes y jueves / 9:30-11:00 h	81€	130€
	YOMJ11A	Martes y jueves / 11:00-12:30 h	81€	130€
	YOMJ20	Martes y jueves / 20:00-21:30 h	81€	130€
Lugar: Casa de Cultura	YOLX17	Lunes y miércoles / 17:45-19:15 h	81€	130€
	YOMJ18	Martes y jueves / 18:00-19:30 h	81€	130€
	YOMJ19	Martes y jueves / 19:30-21:00 h	81€	130€

PATINAJE EN LÍNEA

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Colegio los Sauces (pista cubierta)	PASA10	Sábados / 10:00-12:00 h	54€	87€

TONOFIT

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de Espejos)	TFVI10	Viernes / 10:00-11:00 h NUEVO	27€	43€
	TFMJ15	Martes y jueves / 15:00-16:00 h	54€	87€
	TFLX19	Lunes y miércoles / 19:00-20:00 h	54€	87€
	TFLX20	Lunes y miércoles / 20:00-21:00 h	54€	87€
	TFX21	Miércoles / 21:00-22:00 h NUEVO	27€	43€
	TFVI20	Viernes / 20:00-21:00 h	27€	43€

GAP

	Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
Lugar: Polideportivo (sala de Espejos)	GAMJ10	Martes y jueves / 10:00-11:00 h	54€	87€
	GAVI19	Viernes / 19:00-20:00 h	27€	43€





ACTIVIDADES CON UN MÁXIMO DE 15 PERSONAS/GRUPO
GIMNASIA HIPOPRESIVA Y PILATES

CUOTAS:

empadronados/as

1 sesión semanal:
51€/cuatrimestre
2 sesiones semanales:
101€/cuatrimestre

no empadronados/as

1 sesión semanal:
81€/cuatrimestre
2 sesiones semanales:
161€/cuatrimestre

ACTIVIDADES JÓVENES Y ADULTOS/AS

EDAD: A partir de 17 años: nacidos/as en el año 1998 y anteriores (excepto Kárate juvenil de 17 a 30 años).

ESPALDA SANA

Lugar: Casa de Cultura

Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
ESMJ9	Martes y jueves / 9:00-10:00 h	54€	87€
ESLX19	Lunes y miércoles / 19:15-20:15 h NUEVO	54€	87€
ESLX20	Lunes y miércoles / 20:15-21:15 h	54€	87€
ESVI18	Viernes / 18:00-19:00 h	27€	43€

KÁRATE (de 17 a 30 años / 1985-1998) JUVENIL

Lugar: Polideportivo (cancha y sala de Espejos)

Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
KA3DJU	Martes y jueves / 19:00-20:00 h y viernes / 18:00-19:00 h	81€	130€

ZUMBA

Lugar: Polideportivo (sala de Espejos)

Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
ZUMA11	Martes / 11:00-12:00 h NUEVO	27€	43€
ZUVI11	Viernes / 11:00-12:00 h	27€	43€
ZULU15	Lunes / 15:00-16:00 h NUEVO	27€	43€
ZULU21	Lunes / 21:00-22:00 h NUEVO	27€	43€
ZUMJ21	Martes y jueves / 21:00-22:00 h	54€	87€

GIMNASIA HIPOPRESIVA

Lugar: Polideportivo (sala 1ª planta)

Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
HILX11	Lunes y miércoles / 11:00-11:30 h	51€	81€
HILX18	Lunes y miércoles / 18:00-18:30 h	51€	81€
HILX19	Lunes y miércoles / 18:30-19:00 h NUEVO	51€	81€
HIMJ 21	Martes y jueves / 21:20-21:50 h NUEVO	51€	81€

PILATES

Lugar: Polideportivo (sala 1ª planta)

Código	Horario	Cuota empadronado/a	Cuota no empadronado/a
PILX9	Lunes y miércoles / 9:00-10:00 h	101€	161€
PIMJ19	Martes y jueves / 19:15-20:15 h	101€	161€
PIMJ20	Martes y jueves / 20:15-21:15 h	101€	161€

NUEVO