

PROGRAMA DEFINITIVO OFERTA DE ACTIVIDADES 2021/22

ESCUELAS DEPORTIVAS

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
POLIDEPORTIVA 1	V	17:00	2014-2016	30
POLIDEPORTIVA 2	V	18:00	2011-2013	15
POLIDEPORTIVA Valmuel	X	15:30	2010-2017	15
POLIDEPORTIVA Puigmoreno	X	16:45	2010-2017	15
ATLETISMO Prebenjamín	L	15:30	2015-2016	15
ATLETISMO Benjamín	M	15:30	2014-2013	8
ATLETISMO Benjamín	J	15:30	2014-2013	8
ATLETISMO Benjamín	V	16:00	2014-2013	15
ATLETISMO Alevín	M	15:30	2012-2011	8
ATLETISMO Alevín	J	15:30	2012-2011	8
ATLETISMO Alevín	V	19:10	2012-2011	8
ATLETISMO Infantil	V	19:10	2010-2009	8
ZUMBA KIDS 1	L	17:15	2015-2017	10

NATACIÓN INFANTIL

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
1B	L-X	16:30	2007-2018	6
	L-X	17:45	2007-2018	6
	M-J	16:30	2007-2018	6
	M-J	17:45	2007-2018	6
	V-S	17:10/10:00	2007-2018	6
1A	L-X	16:30	2007-2018	7
	L-X	17:45	2007-2018	7
	M-J	16:30	2007-2018	7
	M-J	17:45	2007-2018	7
	V-S	17:45/10:35	2007-2018	7
2B	L-X	17:05	2007-2018	7
	L-X	18:20	2007-2018	7
	M-J	17:05	2007-2018	7
	M-J	18:20	2007-2018	7
	V-S	18:15/11:05	2007-2018	7
2A	L-X	17:05	2007-2018	7
	L-X	18:20	2007-2018	7
	M-J	17:05	2007-2018	7
	M-J	18:20	2007-2018	7
	V-S	18:55/11:45	2007-2018	7
3B	L-X	15:30	2007-2018	9
	M-J	17:45	2007-2018	9
	V-S	19:35/12:25	2007-2018	5
3A	L-X	16:15	2007-2018	9
	M-J	17:00	2007-2018	9
	V-S	19:35/12:25	2007-2018	5
4B	M-J	18:30	2007-2018	9
4A	L-X	17:00	2007-2018	9

Bebes	L	16:00	A partir 6m	5
Bebes	X	16:00	A partir 6m	5

ACTIVIDADES ADOLESCENTES

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
PREPARACIÓN FÍSICA ADOLE	L	20:15	2004-2008	15
	X	20:15	2004-2008	15
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	V	16:15	2004-2008	12

ACTIVIDADES ADULTOS

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
INICIACIÓN NATACIÓN	M	10:15	2006-1941	8
	J	10:15	2006-1941	8
	L	19:15	2006-1941	8
	X	19:15	2006-1941	8
PERFECCIONAMIENTO NATACIÓN	L	10:15	2006-1956	8
	X	10:15	2006-1956	8
Perfeccionamiento y condición física	M	19:10	2006-1961	10
	J	19:10	2006-1961	10
NATACIÓN TERAPEÚTICA	X	11:10	2003-1941	10
	V	11:10	2003-1941	10
	M	15:40	2003-1941	10
	J	15:40	2003-1941	10
MANTENIMIENTO ACUÁTICO	X	20:10	2003-1961	10
	L	20:10	2003-1961	10

ACTIVIDADES DE CONDICIÓN FÍSICA

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
G. MANTENIMIENTO	L	11:00	2003-1956	22
	L	20:15	2003-1961	22
	X	11:00	2003-1956	22
PREPARACIÓN FÍSICA	M-J	20:15	2003-1956	26
PREPARACIÓN FÍSICA	M	20:15	2003-1956	26
PREPARACIÓN FÍSICA	J	20:15	2003-1956	26
TONIFICACIÓN	L	19:15	2005-1956	12
	M	15:15	2005-1956	12
	M	17:15	2005-1956	12
	J	16:15	2005-1956	12
	V	10:15	2005-1956	12
CORE	V	15:15	2003-1956	12
GAP	X	15:15	2003-1956	12
ENTRENAMIENTO TOTAL (TR)	J	20:15	2003-1961	10
	M	20:15	2003-1961	10
	L	9:30	2003-1961	10
	X	9:30	2003-1961	10

ACTIVIDADES CON SOPORTE MUSICAL

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
-----------	------	---------	------	--------------

ZUMBA	L	18:15	2005-1956	12
	X	18:15	2005-1956	12
	L	20:15	2005-1956	12
	V	9:15	2005-1956	12
	J	15:15	2005-1956	12
	J	20:15	2005-1956	12
	X	19:15	2005-1956	12
AEROFITNESS	M	20:15	2005-1956	12
	J	17:15	2005-1956	12
SPINNING	L	9:30	2005-1956	10
	L	18:15	2005-1956	10
	L	20:15	2005-1956	10
	M	20:30	2005-1956	10
	X	9:30	2005-1956	10
	X	20:15	2005-1956	10
	J	20:30	2005-1956	10
	V	19:30	2005-1956	10

ACTIVIDADES MEJORA DE LA SALUD

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	AÑOS	PLAZAS COVID
YOGA	M	9:15	2003-1946	12
	M	17:45	2003-1946	12
	M	19:30	2003-1946	12
	J	9:15	2003-1946	12
	J	17:00	2003-1946	12
	J	20:15	2003-1946	12
	V	9:15	2003-1946	12
YOGA SUAVE	L	11:30	2003-1941	12
GIMNASIA 3ª EDAD	M	11:10	1955-1941	18
	J	11:10	1955-1941	18
GIMNASIA SUAVE	V	16:00	2003-1941	12
PILATES	L	15:15	2005-1951	12
	M	18:15	2005-1951	12
	M	19:15	2005-1951	12
	X	20:15	2005-1951	12
	J	18:15	2005-1951	12
	J	19:15	2005-1951	12
	V	18:15	2005-1951	12
	X	17:15	2005-1951	12
	V	11:15	2005-1951	12