

# CURSOS ORGANITZATS PER LA REGIDORIA D'ESPORTS 2020-2021

## ACTIVITATS D'AIGUA

### 1. BEBÉS

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dimarts Dijous Dissabte	17:15 - 18:00	120,00 €	96,00 €
Dissabte	11:15 - 12:00	66,00 €	52,80 €

### 2. XIQUETES I XIQUETS (4 A 16 ANYS)

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dilluns Dimecres Divendres	* Consultar informació en full annex (proves de nivell)	82,00 €	65,60 €
Dimarts Dijous		71,00 €	56,80 €
Dissabte		55,00 €	44,00 €

### 3. TERCERA EDAT

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dilluns Dimecres Divendres	* Consultar informació en full annex (proves de nivell)	60,00 €	48,00 €

### 4. ENTRENAMENT ESPORTIU

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dilluns Dimecres Divendres	* Consultar informació en full annex (proves de nivell)	104,00 €	82,20 €
Dimarts Dijous		99,00 €	79,20 €

### 5. PERSONES ADULTES

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
<b>INICIACIÓ</b>			
Dilluns Dimecres Divendres	* Consultar informació en full annex (proves de nivell)	104,00 €	83,20 €
Dimarts Dijous		99,00 €	79,20 €
<b>PERFECCIONAMENT</b>			
Dilluns Dimecres Divendres	* Consultar informació en full annex (proves de nivell)	104,00 €	83,20 €
Dimarts Dijous		99,00 €	79,20 €

### 6. AQUAFITNESS

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dilluns Dimecres Divendres	10:00 - 10:45	104,00 €	83,20 €
	15:15 - 16:00		
	20:00 - 20:45		

### 7. AQUASALUT

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dimarts Dijous	10:00 - 10:45	40,00 €	32,00 €

### 8. TERAPÈUTICA/EMBARASSADES

DIES	HORARI	PREU TRIMESTRAL	
		NORMAL	REDUÏDA
Dimarts Dijous	9:15 - 10:00	40,00 €	32,00 €
	17:15 - 18:00		

# CURSOS ORGANITZATS PER LA REGIDORIA D'ESPORTS 2020-2021

## ACTIVITATS EN SEC

### 1. IOGA

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
<b>ADULTS</b>		
Dilluns Dimecres	16:00 - 17:30	70,00 €
	19:00 - 20:15	
<b>XIQUETS</b>		
Dilluns	17:45 - 18:45	40,00 €

### 2. PILATES

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	15:15 - 16:15	70,00 €

### 3. TAI-CHI

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	9:00 - 10:30	50,00 €

### 4. AUTODEFENSA

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	10:30 - 11:30	50,00 €

### 5. CARDIOFIT (Step, Body, Aeròbic,...)

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	20:00 - 21:00	50,00 €

### 6. CROSS-HIT

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	20:00 - 21:00	50,00 €

### 7. ZUMBA

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	18:30 - 19:30	50,00 €

### 8. GIMNÀSTICA PASSIVA PER A LA TERCERA EDAT

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dimarts Dijous	16:00 - 17:30	20,00 €

### 9. GIMNÀSTICA MANTENIMENT D'ADULTS I TERCERA EDAT

DIES	HORARI	PREU QUADRIMESTRAL
Dilluns Dimecres Divendres	10:30 - 11:30	40,00 €

### Horari de la piscina

De dilluns a divendres de 7:00 a 22:00 h.  
Dissabtes de 10:00 a 14:00 i de 16:30 a 19:30 h.

Tf: 962890892-693911069



# CURSOS ORGANITZATS PER LA REGIDORIA D'ESPORTS 2020-2021

## INFORMACIÓ IMPORTANT

### Del 15 al 30 de setembre

S'amplia la vigència dels abonaments que finalitzen el 15 de setembre fins el 30 de setembre. Els usuaris posseïdors d'un abonament anual, semestral o trimestral podran gaudir de les instal·lacions aquests 15 dies de manera gratuïta.

#### Horari d'ús:

Bany lliure: de dilluns a divendres de 7:00 a 21:00 en torns rotatius d'una hora. Dissabtes de 11:00 a 14:00 h i de 16:30 a 19:30 h. Recorda que has d'agafar cita prèvia 24 hores abans.

Bany recreatiu: de dilluns a divendres únic torn de vesprada en horari de 17:00 a 19:30 h. Dissabtes de 12:00 a 14:00 h i de 17:00 a 19:30 h.

### A partir d'octubre:

#### ACTIVITATS D'AIGUA

##### Per a les activitats 2, 3, 4 i 5:

Per tal d'ajustar els usuaris al grup/nivell corresponent es realitzarà una jornada de portes obertes gratuïta per a tots aquells interessats en assistir als cursos de natació d'hivern. La finalitat d'aquesta jornada es realitzar una valoració del nivell de cada usuari i assignar-lo al grup corresponent.

Aquesta jornada tindrà lloc el dimarts 22 de setembre en els horaris següents:

Grup Adults: A les 10:00 h.

Grup infantils: A partir de les 17:30 h.

#### Inscripció Jornada Portes Obertes-Prova de nivell

Per a participar cal inscriure's prèviament a la piscina en horari habitual del 16 de setembre fins les 15:00 h del 21 de setembre en horari de 9:00 a 21:00 h. Per al grup d'Infantil, el dilluns 21 de vesprada s'informarà als interessats de l'horari definitiu que dependrà de les inscripcions. A l'hora de la inscripció podràs marcar la preferència d'horari del curs que es tindrà en compte per realitzar els horaris definitius.

#### Inscripció cursos temporada hivern 20-21

A partir del dimecres 23 de setembre.

\*L'assistència a la jornada definirà els grups i horaris definitius i els assistents tindran preferència d'inscripció als cursos oferts. Els grups i horaris definitius es faran públics el 23 de setembre. És important que assisteixques!

#### ACTIVITATS EN SEC

Inscripció cursos temporada hivern 20-21

A partir del 16 de setembre en l'Oficina de la Piscina Municipal en horari de 9:00 a 21:00 h.

#### ABONAMENTS

Els abonaments permeten gaudir de la utilització de les instal·lacions esportives sense limitació d'usos i dies depenent del tipus d'abonament.

A tots els usuaris posseïdors d'algun tipus d'abonament se'ls aplicarà la tarifa reduïda en els cursos de natació organitzats per la Regidoria d'Esports.

Consulta les modalitats i tarifes a l'Oficina de la piscina.

#### Altres dades de interès

- Com que les plaçes són limitades es mantindrà rigorós ordre d'inscripció i pagament de la taxa del curs. Cal aportar el justificant de pagament a l'Oficina de la piscina municipal.
- L' Ajuntament es reserva el dret d'anul·lar els cursos que no arriben a un mínim d'usuaris inscrits.
- Els usuaris estan obligats a conèixer i complir amb les ordenances de les instal·lacions municipals i amb la normativa establerta per al Covid-19.

#### Horari

**De dilluns a divendres de 7:00 a 22:00 h.**

**Dissabtes de 10:00 a 14:00 i de 16:30 a 19:30 h.**

**Tf. poliesportiu 962890892/693911069**

