

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

TEMPORADA 2022/23



INSTALACIONES COMPLEJO DEPORTIVO TERESA PERALES

Ramiro I, s/n

50410 CUARTE DE HUERVA (Zaragoza)

Tel.: 976 504 467 (Horario oficinas)

976 463 158 (Horario recepción)

Horario de Oficinas: LUNES A VIERNES:
de 6,30 a 22,00 horas.

SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS:
de 8,30 a 15,00 horas.

CONCEPTO DE SOCIO: Aquel que cumpla cualquiera de los siguientes requisitos:

Empadronados en Cuarte de Huerva

Personas que trabajen en una empresa del municipio (en ningún caso familiares de éstos)



GIMNASIO & PISCINA

2022/23

Las nuevas inscripciones se realizarán vía email a partir del día 1 julio 2022 (socios),
y del 1 agosto 2022 (no socios), hasta completar grupos.
piscinacubierta@cuartedehuerva.es

1

GIMNASIO, GIMNASIO + PISCINA + SPA

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2006 (inclusive) durante el 2022 y los nacidos en 2007 (inclusive) en el 2023.

HORARIO GENERAL:

De lunes a viernes de 6.30 a 22 horas.
Sábados de 8.30 a 21 horas.
Domingos y festivos de 8.30 a 15 horas.

HORARIO REDUCIDO:

De lunes a sábados de 12 a 17 horas.
Domingos y festivos de 12 a 15 horas.

RESERVAS: Obligatorio realizar reserva de plaza de las actividades online.

ACTIVIDADES: Solicitar horarios en las oficinas del complejo deportivo a partir de agosto 2022.

CICLO INDOOR, TRX ABDOMINALES-C, FREESTYLE, CIRCUIT-TRAINING Y GRIT (actividades exclusivas para los usuarios del gimnasio, también pueden realizar actividades relacionadas con el gimnasio "APARTADO 2")

NOVEDAD: BODY COMBAT: 50 minutos de entrenamiento interválico de alta intensidad basado en la pliometría y que ofrece resultados rápidos.

TARIFAS SOCIOS

- HORARIO GENERAL:

GIMNASIO: 30 euros/mes.

GIMNASIO + PISCINA + SPA: 40 euros/mes.

Cuota agosto: 30 euros/mes (no se cobrará la cuota de piscina).

BONO DE 10 ENTRADAS: 40 euros
(gimnasio o piscina + spa).

- HORARIO REDUCIDO:

GIMNASIO: 20 euros/mes.

GIMNASIO + PISCINA + SPA: 30 euros/mes.

TARIFAS ENTRADAS

(socios y no socios en horario general).

ENTRADA DÍA GIMNASIO: 6 euros.

ENTRADA DÍA GIMNASIO + PISCINA + SPA: 9 €.

BAJAS: La baja en el servicio deberá ser firmada 15 días antes de finalizar el mes en curso.



Actividades para personas que solo quieran realizar una, dos o tres actividades de las ofertadas en el programa de actividades deportivas.

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante el 2022 y los nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: del 01/09/2022 hasta 30/06/2023.

HORARIO: Son establecidos de septiembre de 2022 a mayo de 2023, las actividades serán modificadas por otras, si no tienen aceptación, y en junio se reducirán los horarios (solicitar los horarios en las oficinas del complejo deportivo a partir de agosto de 2022).

LUGAR: Complejo deportivo "Teresa Perales".

BODY-PUMP: Trabajo de resistencia muscular, utilizando barras, mancuernas, etc.

BODY COMBAT: Ejercicios cardiovasculares con movimientos de diferentes artes marciales.

SH' BAM: Diviértete bailando, gimnasia aeróbica.

G.A.P: Ejercicios de glúteos, abdominales y piernas.

MODELAJE: Ejercicios de tonificación acompañados de mancuernas.

BODY-BALANCE: Gimnasia que combina estiramientos, equilibrio, corrección postural y relajación.

HIPOPRESIVOS + STRECHING: Es un método que consiste en realizar ejercicios posturales y respiratorios como prevención y mejora de la salud y la estética.

TARIFAS SOCIOS:

Una actividad 113 euros/curso.

Dos actividades 170 euros/curso.

Tres actividades 195 euros/curso.

TARIFAS NO SOCIOS:

Una actividad 136 euros/curso.

Dos actividades 205 euros/curso.

Tres actividades 226 euros/curso.

Todas las actividades: 35 euros/mes (excluida sala del gimnasio).

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

NOTA: La cuota Junior (Socio): 30 euros/mes.
Todas las actividades del gimnasio y las relacionadas con el gimnasio (excluida la sala del gimnasio).



3

PISCINA + SPA

PARTICIPANTES:

- **ADULTO:** Nacidos antes del año 2006 (inclusive) durante el 2022 y los nacidos en 2007 (inclusive) en el 2023.

- **INFANTIL:** Nacidos de 2016 a 2007 (inclusive) durante el 2022 y los nacidos de 2017 a 2008 (inclusive) en el 2023.

La utilización del SPA solo se permite a mayores de 12 años (incluidos los que los cumplan en el año natural).

TARIFAS SOCIOS:

Adulto: 17 euros/mes.

Infantil: 7,5 euros/mes.

TARIFAS NO SOCIOS: (horario limitado hasta las 16 horas):

Adulto: 22 euros/mes.

Infantil: 8,25 euros/mes.

TARIFAS ENTRADAS Y BONOS (socios y no socios).

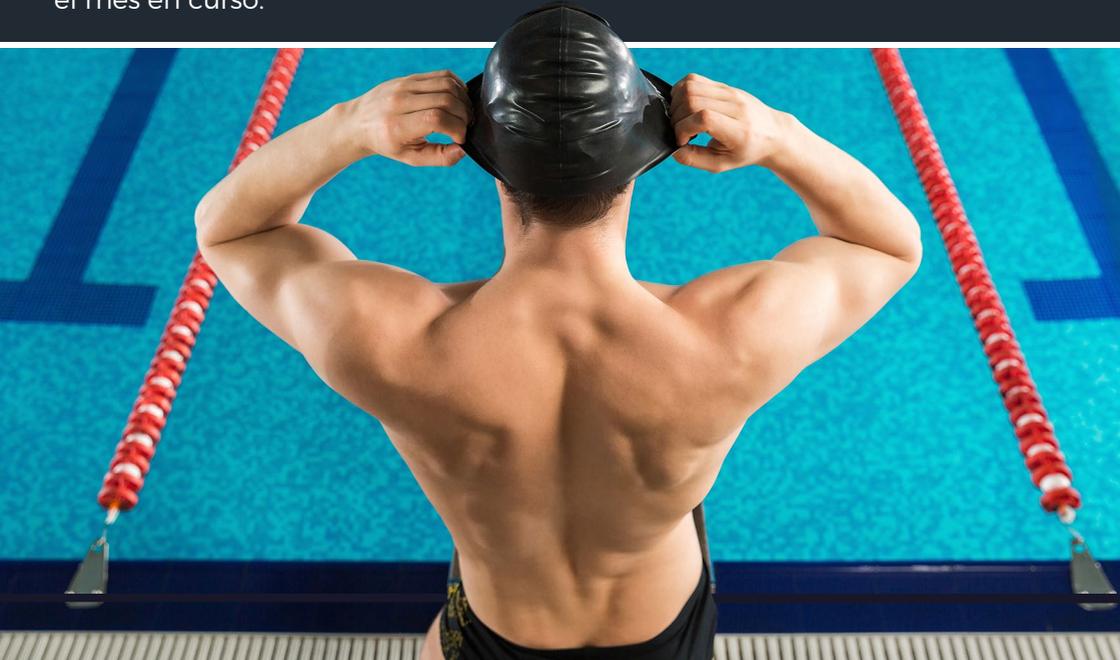
BONO DE 10 ENTRADAS ADULTO: 40 euros.

BONO DE 10 ENTRADAS INFANTIL: 15 euros.

ENTRADA ADULTO: 6 euros.

ENTRADA INFANTIL: 3 euros.

BAJAS: La baja en el servicio deberá ser firmada 15 días antes de finalizar el mes en curso.



PENSIONISTAS Y SUS CÓNYUGES (AMBOS NO EN ACTIVO) Y DISCAPACITADOS EN GRADO LEGAL DE AL MENOS EL 33%.

HORARIO GENERAL:

De lunes a viernes de 6.30 a 22 horas.

Sábados de 8.30 a 21 horas.

Domingos y festivos de 8.30 a 15 horas.

HORARIO REDUCIDO:

De lunes a sábados de 6.30 a 17 horas.

Domingos y festivos de 8.30 a 15 horas.

TARIFAS:

GIMNASIO (horario general): 21 euros/ mes.

GIMNASIO (horario reducido): 25 euros/todo el año (enero a diciembre).

GIMNASIO + PISCINA + SPA (horario general): 28 euros/mes.

GIMNASIO + PISCINA + SPA (horario reducido): 120 euros/año (pago en cuatro trimestres).

PISCINA + SPA (horario general): 12 euros /mes.

PISCINA + SPA (horario reducido): 95 euros/año (pago en cuatro trimestres).

TARIFAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y ACUÁTICAS:

ACTIVIDADES ESPECÍFICAS, DE SALUD Y BIENESTAR:

30 euros/curso (pilates, escuela de espalda, kárate, kombatan, etc....),

30 euros/trimestre (cursos pádel y tenis).

ACTIVIDADES ACUÁTICAS: 30 euros/trimestre. | 50 euros/curso.

CURSOS NATACIÓN: Consultar apartado 17.3. "Natación para mayores de 65 años".

RESERVA DE ACTIVIDADES: 15 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

NOTA: Todas las actividades cursadas en horario posterior, deberán pagar la cuota establecida con carácter general.

PENSIONISTAS & DISCAPACITADOS (SOCIOS Y NO SOCIOS)

TARIFAS ENTRADAS Y BONOS (Horario general).

BONO DE 10 ENTRADAS GIMNASIO (solo socios): 25 euros.

BONO DE 10 ENTRADAS PISCINA: 25 euros.

ENTRADA GIMNASIO: 4 euros.

ENTRADA GIMNASIO + PISCINA + SPA: 7 euros.

ENTRADA PISCINA + SPA: 5 euros





ESPECÍFICAS & INFANTILES

2022/23

Las nuevas inscripciones se realizarán vía email a partir del día 1 julio 2022 (socios),
y del 1 agosto 2022 (no socios), hasta completar grupos.

inscripcionesdeportes@cuartedehuerva.es

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante el 2022 y los nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

TARIFAS:

- SOCIOS: 113 euros/curso.
- NO SOCIOS: 135 euros/curso.

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

5.1.A KOMBATAN

Es un estilo de lucha rápido, contundente y eficaz. Incluye atrapes, desarmes, luxaciones, patadas y lucha en el suelo.

HORARIO: Martes y jueves de 20.45 a 21.45 horas.

LUGAR: Fórum Cuarte.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.

5.1.B KÁRATE

HORARIO:

Lunes y miércoles de 20.15 a 21.05 horas.

Lunes y miércoles de 21.10 a 22 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.



5.2

DANZA DEL VIENTRE

HORARIO: Lunes y miércoles de 20.15 a 21.30 horas.

LUGAR: Espacio cultural.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 160 euros/curso.

- NO SOCIOS: 192 euros/curso.

5.3

CURSOS DE TENIS Y PÁDEL PARA ADULTOS

HORARIO: Consultar en las oficinas del complejo deportivo, cursos trimestrales consecutivos.

LUGAR: Instalaciones de tenis o pádel.

GRUPOS: 4 personas (mínimo y máximo, obligatorio 3 socios).

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

NOTA: Los monitores establecerán los grupos según la edad y el nivel en beneficio de todos. Los participantes que NO presenten las bajas para el segundo y tercer curso quedarán renovados automáticamente para los siguientes cursos de esa misma temporada.

TENIS

TARIFAS

- SOCIOS: 1 hora/semana, 70 euros/trimestre.
2 horas/semana, 113 euros/trimestre.

- NO SOCIOS: 1 hora/semana, 85 euros/trimestre.
2 horas/semana, 125 euros/trimestre.

PÁDEL

TARIFAS

- SOCIOS: 1 hora/semana, 70 euros/trimestre.
2 horas/semana, 113 euros/trimestre.

- NO SOCIOS: 1 hora/semana, 85 euros/trimestre.
2 horas/semana, 125 euros/trimestre.



PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2018 (inclusive).

DURACIÓN: Desde el 01/10/2022 hasta 31/05/2023.

TARIFAS: **DOS DÍAS:**
 - SOCIOS: 80 euros/curso.
 - NO SOCIOS: 90 euros/curso.

UN DÍA:
 - SOCIOS: 57 euros /curso.
 - NO SOCIOS: 80 euros /curso.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

NOTA: Los grupos se establecerán según los niveles de los participantes (empezando los horarios por los grupos de iniciación y de menor edad). Las inscripciones en las actividades que requieren dos días, no se pueden inscribir por un día (por ej.: atletismo son dos días y la tarifa es obligatoria la de dos días).



6.1 BATUKA | ZUMB-C | SH´BAM

HORARIO:

- 1º GRUPO: Nacidos entre 2014 y 2016 (inclusive).
 Martes y jueves de 17.10 a 18 horas.
 Martes y jueves de 18.15 a 19.05 horas.
 Martes y jueves de 19.05 a 19.55 horas.

- 2º GRUPO: Nacidos entre 2014 y 2018 (inclusive).
 Viernes de 17 a 17.50 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.

6.2 BAILE MODERNO

Combinación de Batuka, Sh´bam, Hip Hop, etc...

PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2013 (inclusive).

HORARIO: Lunes y miércoles de 17.10 a 18 horas.
 Lunes y miércoles de 18.15 a 19.05 horas.
 Lunes y miércoles de 19.05 a 19.55 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.

6.3

PATINAJE ARTÍSTICO INFANTIL

HORARIO: miércoles y viernes a partir de las 17 horas (clases de 1 hora), consultar horarios en oficinas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.

6.4

PATINAJE EN LÍNEA INFANTIL

HORARIO: (Dos grupos).

Lunes de 18 a 19 horas.

Miércoles de 16 a 17 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.

6.5

GIMNASIA RÍTMICA

HORARIO: Martes y jueves a partir de las 17 horas (clases de 50 minutos), consultar horarios en oficinas.

LUGAR: Fórum Cuarte.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.

6.6

BALLET

HORARIO: Viernes a partir de las 17 horas (clases de 1 hora), consultar horarios en oficinas.

LUGAR: Fórum Cuarte.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.

6.7

KÁRATE

HORARIO: Lunes y miércoles a partir de las 16.45 horas (clases de 50 minutos), consultar horarios en oficinas.

LUGAR: Fórum Cuarte.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.



6.8

ATLETISMO INFANTIL

HORARIO:

- 1º GRUPO: Nacidos entre 2014 y 2018 (inclusive).
Martes y jueves de 17 a 18 horas.
Lunes y miércoles de 17 a 18 horas.
- 2º GRUPO: Nacidos entre 2007 y 2013 (inclusive).
Martes y jueves de 18 a 19 horas.

LUGAR: Pista de atletismo.

GRUPOS: Mínimo 12 personas y máximo 25 personas.

6.9

ANIMACIÓN DEPORTIVA

PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2016 (inclusive).

HORARIO: (Dos grupos). Viernes de 18 a 18.50 horas.
Viernes de 19 a 19.50 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 10 personas.

6.10

ATLETISMO EN FAMILIA



PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2018 (inclusive),
acompañante un adulto mayor de edad.

HORARIO: (Dos grupos).
Viernes de 18 a 19 horas.
Domingos de 10.30 a 11.30 horas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 80 euros/curso.
- NO SOCIOS: 90 euros/curso.

LUGAR: Pista de atletismo.

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 20 parejas.

6.11

DANCE FAMILY

PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2018 (inclusive),
acompañante un adulto mayor de edad.

HORARIO: Domingos a partir de las 11.15 horas (clases de 50 minutos), consultar horarios en oficinas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 40 euros/curso/persona.
- NO SOCIOS: 45 euros/curso/persona.

LUGAR: Complejo deportivo "Teresa Perales".

GRUPOS: Mínimo 8 parejas y máximo 10 parejas.

CURSOS DE TENIS Y PÁDEL INFANTILES

PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2018 (inclusive).

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIO: Consultar horarios en oficinas, cursos trimestrales consecutivos.

LUGAR: Instalaciones de tenis o pádel.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

NOTA: Los monitores establecerán los grupos según la edad y el nivel en beneficio de todos. Los participantes que NO presenten las bajas para el segundo y tercer curso quedarán renovados automáticamente para los siguientes cursos de esa misma temporada.

TENIS

GRUPOS: Mínimo 4 niños/as y máximo 6 niños/as (obligatorio 3 socios).

TARIFAS:

- SOCIOS: 1 hora/semana, 45 euros/trimestre.
2 horas/semana, 75 euros/trimestre.
- NO SOCIOS: 1 hora/semana, 57 euros/trimestre.
2 horas/semana, 85 euros/trimestre.

PÁDEL

GRUPOS: 4 niños/as mínimo y máximo (obligatorio 3 socios).

TARIFAS:

- SOCIOS: 1 hora/semana, 45 euros/trimestre.
2 horas/semana, 75 euros/trimestre.
- NO SOCIOS: 1 hora/semana, 57 euros/trimestre.
2 horas/semana, 85 euros/trimestre.





**SALUD
& BIENESTAR** **2022/23**

Las nuevas inscripciones se realizarán vía email a partir del día 1 julio 2022 (socios),
y del 1 agosto 2022 (no socios), hasta completar grupos.

inscripcionesdeportes@cuartedehuerva.es

7

PILATES

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIO:

Martes y jueves de 10.10 a 11 horas (nivel avanzado).

Martes y jueves de 11 a 11.50 horas (nivel iniciación/medio).

Lunes y miércoles de 19.10 a 20 horas (nivel avanzado).

Lunes y miércoles de 20.10 a 21.00 horas (nivel medio/avanzado).

Lunes y miércoles de 21.05 a 21.55 horas (nivel iniciación/medio).

LUGAR: Fórum Cuarte.

TARIFAS:

- SOCIOS: 113 euros/curso.

- NO SOCIOS: 135 euros/curso.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas, excepto lunes y miércoles 19.10 horas (mínimo 8 personas y máximo 10 personas).

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

8

ESCUELA DE ESPALDA

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIO:

Lunes y miércoles de 10 a 10.50 horas.

Lunes y miércoles de 11 a 11.50 horas.

Lunes y miércoles de 18 a 18.50 horas.

LUGAR: Fórum.

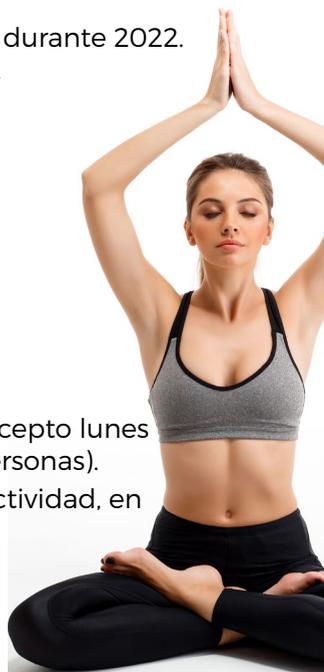
TARIFAS:

- SOCIOS: 113 euros/curso.

- NO SOCIOS: 135 euros/curso.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas, excepto lunes y miércoles 18 horas (mínimo 8 personas y máximo 10 personas).

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).





9

FITNESS SALUD + 50

PARTICIPANTES: Mayores 50 años.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIO: Martes y jueves de 9.10 a 10 horas.

LUGAR: Pabellón polideportivo.

TARIFAS:

- SOCIOS: 113 euros/curso.
- NO SOCIOS: 135 euros/curso.

GRUPOS: Mínimo 10 personas y máximo 20 personas.

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

10

YOGA

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIOS:

Lunes y miércoles de 9.30 a 10.45 horas.
Martes y jueves de 17.30 a 18.45 horas.
Martes y jueves de 18.45 a 20 horas.
Martes y jueves de 20 a 21.15 horas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 160 euros/curso.
- NO SOCIOS: 192 euros/curso.

LUGAR: Casa de cultura.

GRUPOS: Mínimo 6 personas y máximo 10 personas.

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

11

TAICHI

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIOS: Lunes y miércoles de 20 a 21 horas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 160 euros/curso.
- NO SOCIOS: 192 euros/curso.

LUGAR: Fórum Cuarte.

GRUPOS: Mínimo 6 personas y máximo 10 personas.

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

12

MINDFULNESS



PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive) durante 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIOS: Miércoles de 19 a 20.15 horas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 80 euros/curso trimestral.
- NO SOCIOS: 96 euros/curso trimestral.

LUGAR: Espacio cultural.

GRUPOS: Mínimo 6 personas y máximo 10 personas.

RESERVA PLAZA: 50 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

13

YOGA EN FAMILIA

PARTICIPANTES: Niños de 12 a 36 meses/ 1 niño por adulto.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

HORARIOS: (Dos grupos).
Miércoles de 11 a 12 horas.
Jueves de 16.30 a 17.30 horas.

TARIFAS:

- SOCIOS: 45 euros/curso trimestral (pareja).
- NO SOCIOS: 60 euros/curso trimestral (pareja).

LUGAR: Casa de cultura.

GRUPOS: Mínimo 6 parejas y máximo 10 parejas.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).



14

PILATES CON BEBÉS

PARTICIPANTES: Niños de 0 a 36 meses/ 1 niño por adulto.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2021 hasta 31/05/2022.

HORARIOS:

- Fórum Cuarte | Martes de 12 a 13 horas (0 a 17 meses).
- Espacio cultural | Martes de 17.30 a 18.30 horas (18 a 36 meses).

TARIFAS:

- SOCIOS: 45 euros/curso trimestral (pareja).
- NO SOCIOS: 60 euros/curso trimestral (pareja).

GRUPOS: Mínimo 8 parejas y máximo 12 parejas.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

2022/23

Las nuevas inscripciones se realizarán vía mail en:

inscripcionesdeportes@cuartedehuerva.es

SOCIOS, a partir del 11 de julio hasta completar plazas.

- Del 11 de julio al 15 de julio los nacidos en 2022, 2021 y 2020.
- Del 18 de julio al 22 de julio los nacidos en 2019, 2018, 2017 y 2016.
- Del 25 de julio al 29 de julio los nacidos entre 2015 y 2007 (ambos inclusive).
- Del 25 de julio al 29 de julio Maxter infantil.
- Del 25 de julio al 29 de julio cursos de natación para adultos.
- Del 25 de julio al 29 de julio Aquaerobic, Fitness acuático, Zumba-c acuática Aquasalud+65.

NO SOCIOS, a partir del 1 de agosto hasta completar plazas.

- Del 1 de agosto al 5 de agosto los nacidos en 2022, 2021 y 2020.
- Del 8 de agosto al 12 de agosto los nacidos en 2019, 2018, 2017 y 2016.
- Del 15 de agosto al 19 de agosto los nacidos entre 2015 y 2007 (ambos inclusive).
- Del 15 de agosto al 19 de agosto Maxter infantil.
- Del 15 de agosto al 19 de agosto cursos de natación para adultos.
- Del 15 de agosto al 19 de agosto Aquaerobic, Fitness acuático, Zumba-c acuática Aquasalud+65.

PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive), durante el año 2022
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

LUGAR: Complejo deportivo "Teresa Perales".

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 15 personas. TARIFAS:

- **SOCIOS:**

Precio: 65 euros/trimestre (sept-nov, dic-feb y mar-mayo).

Precio por curso: 160 euros.

- **NO SOCIOS:**

Precio: 80 euros/trimestre (sept-nov, dic-feb y mar-mayo).

Precio por curso: 190 euros.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

15.1 AQUAERÓBIC

Clase de tonificación muscular acompañada de una coreografía dentro del agua.

HORARIO: Lunes y miércoles de 19.30 a 20.20 horas.

Martes y jueves de 9.40 a 10.30 horas.

15.2 FITNESS ACUÁTICO

Clase de tonificación muscular en el agua combinando diferentes tipos de ejercicios con música de animación.

HORARIO: Lunes y miércoles de 10.35 a 11.25 horas.

Martes y jueves de 19.30 a 20.20 horas.

15.3 ZUMB-C ACUÁTICA

Mezcla de aeróbic acuático y pasos de bailes latinos adaptados al medio acuático, esta modalidad trabaja todos los grupos musculares de tu cuerpo, además mejora y aumenta tu flexibilidad.

HORARIO: Lunes y miércoles de 11.25 a 12.15 horas.

Martes y jueves de 11.20 a 12.10 horas.



Ejercicios básicos en el agua para fortalecer las distintas partes del cuerpo.

PARTICIPANTES: Personas mayores de 65 años.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

LUGAR: Complejo deportivo "Teresa Perales".

GRUPOS: Mínimo 8 personas y máximo 11 personas.

HORARIOS: Lunes y miércoles de 9.45 a 10.35 horas.
Martes y jueves de 10.30 a 11.20 horas.

TARIFAS:

- **SOCIOS:**

Precio: 30 euros/trimestre (sept-nov, dic-feb y mar-mayo).

Precio por curso: 60 euros.

- **NO SOCIOS:**

Precio: 40 euros/trimestre (sept-nov, dic-feb y mar-mayo).

Precio por curso: 95 euros.

RESERVA PLAZA: 15 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).



PARTICIPANTES: Nacidos antes del año 2008 (inclusive), durante el año 2022.
Nacidos en 2009 (inclusive) en el 2023.

DURACIÓN: Desde el 01/09/2022 hasta 31/05/2023.

LUGAR: Complejo deportivo "Teresa Perales".

GRUPOS: Establecidos según normativa piscinas.

TARIFAS:

UN DÍA

- **SOCIOS:** 38 euros/trimestre.

- **NO SOCIOS:** 58 euros/trimestre.

DOS DÍAS

- **SOCIOS:** 75 euros/trimestre.

- **NO SOCIOS:** 110 euros/trimestre.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

17.1 MÁSTER ADULTO

Natación de nivel alto, donde se trabajan los 4 estilos y se realizan competiciones internas para los que quieran competir. Es natación para gente preparada y con ganas de aprender la técnica de los 4 estilos.

HORARIO: Martes y jueves de 20.35 a 21.35 horas.

NOTA: Esta actividad requiere la obligación de inscribirse dos días.



17.2 NATACIÓN PARA ADULTOS

HORARIOS: Consultar oficinas Complejo deportivo "Teresa Perales" (cursos de 45 minutos).

17.3 NATACIÓN PARA + 65 AÑOS

PARTICIPANTES: Personas mayores de 65 años.

HORARIOS: Consultar oficinas Complejo deportivo "Teresa Perales" (cursos de 45 minutos).

TARIFAS:

UN DÍA

- SOCIOS: 30 euros/trimestre.
- NO SOCIOS: 40 euros/trimestre.

DOS DÍAS

- SOCIOS: 60 euros/trimestre.
- NO SOCIOS: 75 euros/trimestre.

RESERVA PLAZA: 15 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).



17.4 NATACIÓN INFANTILES

PARTICIPANTES: Nacidos entre 2007 y 2019 (inclusive). (Todos los niños nacidos de junio a diciembre de 2019 pueden realizar cursos de natación para bebés).

HORARIOS: Consultar oficinas Complejo deportivo "Teresa Perales".

TARIFAS:

UN DÍA

- **SOCIOS:** 38 euros/trimestre.
- **NO SOCIOS:** 58 euros/trimestre.

DOS DÍAS

- **SOCIOS:** 75 euros/trimestre.
- **NO SOCIOS:** 110 euros/trimestre.

NOTA: Los nacidos en el 2018/19, cursos de 30 min.

Los nacidos entre 2007 y 2017, cursos de 45 min.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).

17.5 NATACIÓN PARA BEBÉS

PARTICIPANTES: Nacidos en el 2020, 2021 y 2022 a partir de los 6 meses.

HORARIOS: Consultar oficinas Complejo deportivo "Teresa Perales".

TARIFAS:

- **SOCIOS:** 30 euros/trimestre.
- **NO SOCIOS:** 40 euros/trimestre.

NOTA: Cursos de 30 minutos.

RESERVA PLAZA: 20 euros (a descontar del total de la actividad, en caso de anulación no se devolverá el dinero).



NORMATIVA

Mediante el envío de la hoja de inscripción se acepta expresamente el cargo del importe económico de la actividad solicitada desde el momento en que se confirme plaza en la misma.

Todos los participantes infantiles que no lleguen a los grupos formados a las 16:15 horas por horarios escolares, serán incorporados en los siguientes turnos, siempre que haya un grupo o interés de formarlo.

Los monitores establecerán los grupos según edad y nivel en beneficio de los niños. En el supuesto de no salir dos grupos se unificarán.

Los menores de 18 años deberán adjuntar junto con la inscripción la autorización y fotocopia del DNI del padre/madre o tutor.

En beneficio de los niños y para facilitar el trabajo de los monitores, cualquier persona ajena no podrá estar presenciando la actividad (salvo requerimiento del monitor).

Todas las actividades llevarán un 20% dto. en las familias numerosas.

Todas las actividades que se realicen en el exterior y por motivos climatológicos (lluvia) y no se pudieran realizar las clases, no se recuperarán.

Los días festivos no se impartirán clases y no serán recuperables.

No se pueden combinar horarios.

El Ayuntamiento de Cuarte de Huerva se reserva el derecho de alterar o modificar sin previo aviso, cualquiera de las actividades señaladas, horarios y duración de las mismas, duración de apertura y cierre de las instalaciones, como cualquier norma de la Ordenanza Municipal.

Con la conformidad de la inscripción se autoriza a desarrollar las actividades si se considera, en distinto recinto indicado en el programa de actividades por el Ayuntamiento de Cuarte de Huerva.

El aforo de las actividades podrá verse limitado por la Normativa Sanitaria impuesta.

En todas las actividades regirán las normas establecidas en los estatutos del Ayuntamiento de Cuarte de Huerva (Ordenanza 16, 39 y Reglamento).