

CURSOS ADULTOS

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	TURNOS Y LUGAR	DÍAS	HORARIOS	Plazas	Mínimo ratio	CUOTA TRIMESTRE		EDAD	ORGANIZA
							octubre-noviembre-diciembre			
							Abonado	sin abono		INSCRIPCION ES
CICLO INDOOR	Bicicleta indoor	TARDES. GRUPO 1 POLIDEPORTIVO	M Y J	19,00 a 20,00	20	10	78 €	100,40 €	+ 16 años	APP
		TARDES. GRUPO 1 POLIDEPORTIVO	M Y J	20,00 a 21,00	20	10	78 €	100,40 €	+ 16 años	APP
Si no se llega al ratio en cada grupo de ciclo indoor , se juntarán los dos grupos en una clase que se impartirá de 19.30 a 20,30h										
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	Adopta diversidad de ejercicios y un acercamiento integrado para mejorar la fuerza y el acondicionamiento total	POLIDEPORTIVO	L y X	19,00 A 20,00	20	10	78 €	100,40 €	Mayor 16 años	APP
RUNNING	Grupo de entreno, preparación física y equipo atletismo	TARDE POLIDEPORTIVO Y EXTERIOR	L Y X	17,45h-19,00h	20	10	60 €	82,40 €	Mayor 14 años	APP
	Grupo de entreno, preparación física y equipo atletismo	TARDE POLIDEPORTIVO Y EXTERIOR	L Y X	20,00-21,15h	20	10	60 €	82,40 €	+16 años	APP
RUMBA FIT	Grupo de entreno, preparación física y equipo atletismo	TARDE SALA FITNESS y POLIDEPORTIVO	L Y X	19.00-20.00h	12	8	78 €	100,40 €	+16 años	APP
PILATES	Actividades físicas basadas en la fuerza. Su objetivo principal es reforzar la musculatura y aumentar el control, fuerza y flexibilidad de nuestro	TARDE SALA FITNESS y POLIDEPORTIVO	L Y X	20.00-21.00H	12	8	78 €	100,40 €	+16 años	APP

CURSOS INFANTIL

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	TURNOS	DÍAS	HORARIOS	RATIO	minimo	CUOTA TRIMESTRE	EDAD	ORGANIZA
* MULTISPORT	Juegos mejora de las capacidad cognitivas, iniciación atletismo	TARDE	LUNES	15,30 a 16,30	15	8	20 € trimestre	A partir de 2º en adelante	APP
* MULTIDEPORTE	Juegos de psicomotricidad, y mejora de las capacidad cognitivas	TARDE	LUNES	16,30 a 17,30	15	8	20 € trimestre	de 2º de infantil a 2º de primaria	APP
BALONCESTO	Preparación física y práctica de baloncesto	TARDE	por definir	por definir	15	8			APP

* ACTIVIDADES SUBVENCIONADAS PÒR EL GOBIERNO DE NAVARRA

PROMOCION EXCLUSIVA SOCIOS POLIDEPORTIVO VALTIERRA

-  Puedes acceder a la promo-precios si te inscribes a varias actividades deportivas
-  Descuento 50% en la segunda actividad del mismo periodo.
-  Descuento 75% en la tercera actividad del mismo periodo
-  Servicio gratuito de evaluación de la condición física

INFO: 948867023
CULTURAYDEPORTE@VALTIERRA.ES

C.S.Fch. 24/09/2023

MULTIDEPORTE ESCOLAR VALTIERRA

EDADES

CURSO ESCOLAR
DE OCTUBRE 2023 A MAYO 2024

CUOTA 20€
TRIMESTRE

PROGRAMA MULTIDEPORTIVO DE
OCTUBRE A MAYO, JUEGOS, HABILIDADES
SOCIALES, INICIACION ATLETISMO

ACTIVIDADES: JUEGOS, CIRCUITOS DEPORTES ALTERNATIVOS

HORARIO:

MULTISPORT

LUNES 15.15-16.15 DE 2º DE PRIMARIA EN ADELANTE

MULTIDEPORTE

LUNES 16.30-17.30 DE 2º DE INFANTIL A 1º PRIMARIA



PROGRAMA MULTIDEPORTE ESCOLAR VALTIERRA / KIROL ANITZKO PROGRAMA DANETAN
JOSTATZEN GARA DENEKIN VALTIERRA

CURSOS DEPORTIVOS VALTIERRA

OCTUBRE-NOVIEMBRE-DICIEMBRE 2023

PILATES

RUNNING

RUMBA FIT

E.FUNCIONAL

CICLO INDOOR

INSCRIPCIONES
QR4SERVICE

COMIENZO DEL CURSO OCTUBRE 2023

AYUNTAMIENTO DE VALTIERRA