

| CURSOS DEPORTIVOS ADULTOS , AYUNTAMIENTO DE VALTIERRA                                                                                                                |                                                                                                                 |                                |                 |               |       |                                          |           |               |                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------|---------------|-------|------------------------------------------|-----------|---------------|-------------------------------|
| ACTIVIDAD                                                                                                                                                            | DESCRIPCION                                                                                                     | TURNOS Y LUGAR                 | DÍAS            | HORARIOS      | RATIO | CUOTA TRIMESTRE ABRIL- MAYO Y JUNIO 2024 |           | EDAD          | ORGANIZA                      |
|                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |                                |                 |               |       | Abonado                                  | sin abono |               |                               |
| CICLO INDOOR                                                                                                                                                         | Bicicleta indoor                                                                                                | TARDES. GRUPO 1 POLIDEPORTIVO  | M y J           | 19,00 a 20,00 | 22    | 78 €                                     | 100,40 €  | + 16 años     | Ayuntamiento APP Ayuntamiento |
|                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 | TARDES. GRUPO 2 POLIDEPORTIVO  | M y J           | 20,00 a 21,00 | 22    | 78 €                                     | 100,40 €  | + 16 años     | Ayuntamiento APP Ayuntamiento |
| ENTRENAMIENTO FUNCIONAL                                                                                                                                              | Adopta diversidad de ejercicios y un acercamiento integrado para mejorar la fuerza y el acondicionamiento total | TARDES POLIDEPORTIVO           | L Y X           | 19,00 A 20,00 | 20    | 78 €                                     | 100,40 €  | Mayor 16 años | Ayuntamiento APP Ayuntamiento |
| RUNNING                                                                                                                                                              | Grupo de entreno, preparación física y equipo atletismo                                                         | TARDE POLIDEPORTIVO Y EXTERIOR | MARTES Y JUEVES | 20,00-21,15h  | 20    | 60 €                                     | 82,40 €   | +16 años      | Ayuntamiento APP Ayuntamiento |
| PILATES                                                                                                                                                              | Tonificacion muscular                                                                                           | TARDES POLIDEPORTIVO           | L Y X           | 20,00 A 21,00 | 15    | 78 €                                     | 100,40 €  | +16 años      | Ayuntamiento APP Ayuntamiento |
| Si eres abonado, puedes elegir 2 actividades completas, se decuenta el 50% de una de ellas, principalmente la de más coste. Son todas el mismo coste excepto running |                                                                                                                 |                                |                 |               |       |                                          |           |               |                               |

Comienzo del trimestre la semana del 8 de abril de 2024