

www.alhendideporte.net

www.alhedin.es/deporte

ACTIVIDADES

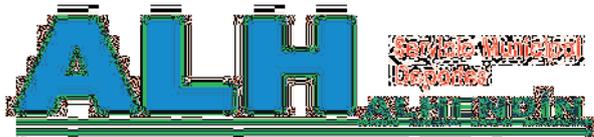
DEPORTIVAS

2018 - 2019



ALH

Alhendín con el deporte



**INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES A PARTIR
DEL 27 DE AGOSTO 2018**

OFICINA DE DEPORTES (en el pabellón)

Teléfono: 958 576 136 (marcar extensión de deportes)

Horario de oficina (excepto período de verano):

DE LUNES A VIERNES, DE 9.00 A 13.30 H. y DE 16.30 A 21.15 H.

CORREOS ELECTRONICOS DE CONTACTO:

polideportivo@alhendin.es (correo general)

piscina@alhendin.es (correo de la sección de Natación)

Mientras realizas tu actividad deportiva dispones de **SERVICIO GRATUITO DE LUDOTECA** (a partir de 3 años) en las instalaciones de **MAGIC PLACE** (detrás del Pabellón y del Teatro). Consultar calendario y horario en sus instalaciones.

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE LAS ACTIVIDADES ORGANIZADAS DESDE EL ÁREA DE DEPORTES DEL AYUNTAMIENTO DE ALHENDIN:

- * Todos los grupos que no cuenten con un número mínimo de inscripciones podrán ser suspendidos o reubicados en otros horarios
- * Los horarios de las actividades pueden modificarse o adaptarse por necesidades de la instalación o de organización
- * La inscripción en una actividad estará definitivamente realizada cuando se haya efectuado el pago de la cuota correspondiente
- * Una vez abonada una cuota no se procederá a su devolución. Sí se podrá solicitar que dicho importe, una vez confirmada la baja en la actividad por un motivo de fuerza mayor y justificado, pueda ser destinado a pagar otra actividad deportiva que esté realizando el usuario o algún familiar directo
- * Descuentos aplicables: Descuento del 10% a los usuarios con título de Familia Numerosa en vigor (aplicable directamente en las cuotas de carácter personal). Descuento del 10% por realizar 3 ó más inscripciones dentro de la misma unidad familiar (este descuento no se aplica a los multibonos). Ambos descuentos son acumulables.
- * Formas de pago: con tarjeta bancaria en la propia oficina, por transferencia (detallando claramente en el concepto el nombre del usuario) o ingreso bancario (en el número de cuenta ES84-2038-3525-8364-0000-0641 de Bankia. Aconsejamos enviar una copia del ingreso o transferencia a nuestro correo electrónico (polideportivo@alhendin.es) o presentarla directamente en la oficina del pabellón.

PARA EL ACCESO A LA ZONA FITNESS, PISCINA Y SPA ES OBLIGATORIO PRESENTAR LA TARJETA PERSONAL DE USUARIO o BONO. EL USO FRAUDULENTO DE DICHAS TARJETAS CONLLEVA SU ANULACION Y LA BAJA DE SU TITULAR. LA EMISION DE UNA NUEVA TARJETA POR PERDIDA O DETERIORO TIENE UN COSTE DE 2 €

MODALIDAD	CATEGORIAS	CUOTA MENSUAL NORMAL	CUOTA MENSUAL CON TARJETA DEPORTIVA
TENIS	Infantil	21,60 €	18,00 €
	Adultos (a partir de 16 años)	27,60 €	23,00 €

Inicio de clases: 17 Septiembre 2018

Para más información y solicitar plaza contactar con el Monitor (Juan): 622157809

PADEL	Infantil	27,60 €	23,00 €
	Adultos (a partir de 16 años)	33,60 €	28,00 €

Inicio de clases: 17 Septiembre 2018

Para más información y solicitar plaza contactar con el Monitor (Vicente): 665125450

MULTIDEPORTE	De 3 a 12años	18,00 €	15,00 €
---------------------	---------------	---------	---------

Horario: Lunes, Miércoles y Viernes a las 16.00 h. (de 3 a 6 años) y a las 16.50 h. (de 7 a 12 años)

Inicio de clases: 17 de Septiembre 2018

Para más información y solicitar plaza contactar con la Monitora (Inma): 689785178

NATACIÓN

CURSOS OFERTADOS (consultar horarios):

Natación Preinfantil:	0 a 2 años
Natación Infantil:	3 a 6 años
Natación Niños:	7 a 12 años
Natación Jóvenes:	13 a 17 años
Natación Adultos:	A partir de 18 años
Natación Embarazadas:	Sin límite de edad
Natación Terapéutica:	A partir de 12 años
Natación Discapacitados:	Sin límite de edad
Acuagym:	A partir de 14 años

HORARIO DE OFICINA PARA INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN
(Coordinadora de Natación: Nuria Conejero)

Por la mañana (excepto jueves): de 09.30 a 12.30 h.
Por la tarde: de 16.30 a 21.00 h.

DURACIÓN DE LAS CLASES: 45 MINUTOS
EXCEPTO CURSO PREINFANTIL: 30 MINUTOS

**USO OBLIGATORIO DE BAÑADOR, GORRO,
TOALLA Y CHANCLAS**

TIPO DE CURSO	CUOTA MENSUAL NORMAL	CUOTA MENSUAL CON TARJETA DEPORTIVA
2 DIAS/SEMANA (M-J ó S-D)	22,00 €	20,00 €
3 DIAS/SEMANA (L-X-V)	27,00 €	24,00 €
Estas cuotas son válidas a partir del mes de Noviembre 2018		
La renovación de la plaza debe realizarse del 15 al 22 del mes anterior		

PRECIOS DE LA CALLE DE NADO LIBRE:

- Entrada individual: **2,50 €**
- Entrada para pensionistas y jubilados con Tarjeta Deportiva (de lunes a viernes en horario matinal) **1,00 €**
- O usando la tarjeta multibono

HORARIO DE LA PISCINA PARA NADO LIBRE

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES: de 08.00 a 13.30 h. / de 16.00 a 22.00 h. (excepto de 17.30 a 18.15 h.)
MARTES-JUEVES: de 08.45 a 13.30 h. / de 16.00 a 22.00 h. (excepto de 18.15 a 19.00 h.)
SÁBADO-DOMINGO: de 09.30 h. a 13.30 h.

ZONA SPA

EDAD MÍNIMA DE ACCESO: 16 AÑOS

USO OBLIGATORIO DE BAÑADOR, GORRO, TOALLA Y CHANCLAS

EQUIPAMIENTO

Bañeras de hidromasaje (fría/caliente)

Sauna

Baño turco

Terma romana

Pediluvio

Duchas

Tumbonas de relajación

Horario de Apertura: DE JUEVES A DOMINGO DE 10.00 A 13.00 H.

DE MARTES A VIERNES DE 17.00 A 22.00 H.

Abierto del

11 de Septiembre 2018

al 30 de Junio 2019

TIPO DE ACCESO

PRECIO NORMAL

PRECIO CON TARJETA DEPORTIVA

ENTRADA INDIVIDUAL de Martes a Viernes

8,40 €

7,00 €

ENTRADA INDIVIDUAL Sábado y Domingo

6,00 €

5,00 €

ENTRADA INDIVIDUAL Sábado Tarde en Familia

4,20 €

3,50 €

BONO MENSUAL

*** 24,00 €**

*** 20,00 €**

BONO BIMENSUAL

*** 38,40 €**

*** 32,00 €**

BONO TRIMESTRAL

*** 50,40 €**

*** 42,00 €**

Los usuarios inscritos en alguna otra actividad deportiva tendrán un descuento del 50% al adquirir alguno de los bonos

SERVICIO DE MASAJES

* Masaje deportivo

* Masaje relajante

* Consultar otro tipo de masajes

Para pedir más información, consultas sobre precios y para pedir cita, llamar al teléfono 657 034 488 (Verónica) o preguntar en el SPA

PRECIOS

GIMNASIO

HORARIO DE LUNES A VIERNES:

De 08.00 a 14.00 h. y de 16.00 a 22.30 h.

HORARIO DEL SÁBADO:

De 09.30 a 12.30 h.

ABIERTO DEL 3 SEPTIEMBRE 2018

AL 31 DE JULIO 2019

TIPO DE ACCESO	CUOTA NORMAL	CUOTA CON TARJETA DEPORTIVA
ENTRADA 1 DIA	3,00 €	2,50 €
HORARIO MATINAL 1 MES	24,00 €	20,00 €
HORARIO MATINAL 3 MESES	60,00 €	50,00 €
HORARIO COMPLETO 1 MES	30,00 €	25,00 €
HORARIO COMPLETO 3 MESES	78,00 €	65,00 €
HORARIO JUVENIL *	18,00 €	15,00 €

•El horario juvenil es de lunes a viernes de 18.00 a 20.00 h. y los usuarios de 13 a 16 años de edad entrenarán bajo la supervisión de un monitor. Fuera de ese horario deberán acceder obligatoriamente con un usuario mayor de edad

DESCUENTOS:

- Descuento del 50% en la cuota si el propio usuario está inscrito en cualquier otra actividad. Descuento no acumulable.
- Descuento del 10% si 2 o más miembros de la misma unidad familiar están inscritos al mismo tiempo en el gimnasio o en el programa de actividades dirigidas.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Programa de clases válido hasta el
28 de Junio 2019

**ESTE PROGRAMA PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES DURANTE
LA TEMPORADA, QUE SERÁN AVISADAS CON ANTELACIÓN**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9.30 Pablo SPINNING	9.30 Elena SPINNING	9.30 Elena SPINNING	9.30 Elena SPINNING	9.30 Inma SPINNING
9.30 Inma STEP + G.A.P.	10.30 Elena PILATES	9.30 Inma TONIFIC. + ZOOMBA	10.30 Elena PILATES	9.30 Pablo CLASE SORPRESA!!
LA ENTRADA SE HARÁ POR ORDEN DE LLEGADA HASTA COMPLETAR EL AFORO DE CADA CLASE				
17.45 Inma CIRCUITO FUNCIONAL	17.30 Nani SPINNING	17.45 Inma STEP + G.A.P.	17.30 Nani SPINNING	17.45 Pablo ZOOMBA + CORE
18.15 Nani SPINNING	17.50 Elena PILATES	18.15 Nani SPINNING	17.50 Elena PILATES	
18.45 Inma AEROBOX + CORE	19.00 Pablo TONIFIC. + ZOOMBA	18.45 Inma AEROBOX + CORE	19.00 Pablo TONIFIC. + ZOOMBA	18.45 Pablo CIRCUITO
	19.00 Elena SPINNING	20.00 Elena PILATES	19.00 Elena SPINNING	19.00 Nani SPINNING
20.00 Nani SPINNING	20.00 Elena PILATES	20.00 Nani SPINNING	20.00 Elena PILATES	
21.00 Pablo ZOOMBA	21.00 Inma SPINNING	21.00 Pablo TONIFICACIÓN	21.00 Pablo SPINNING	

CLASES DIRIGIDAS EN EL PABELLÓN MULTIUSOS DE LOS LLANOS

Martes y jueves, a las 18.00 h.

Cuota normal: 18,00 €/mes ó 42,00 €/trimestre

Cuota con tarjeta deportiva: 15,00 €/mes ó 35,00 €/trimestre

BONOS ACCESO ZONA FITNESS

TIPO DE BONO	CUOTA NORMAL	CUOTA CON TARJETA DEPORTIVA
BONO MENSUAL CON 9 CLASES DIRIGIDAS	18,00 €	15,00 €
BONO MENSUAL CON 13 CLASES DIRIGIDAS	24,00 €	20,00 €
BONO MENSUAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS	30,00 €	25,00 €
BONO MENSUAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO	36,00 €	30,00 €
BONO MENSUAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO + SPA + NADO LIBRE + ACUAGYM (consultar siempre al monitor o al socorrista antes de acceder)	38,50 €	35,00 €
BONO SEPTIEMBRE 2018 ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO + SPA + NADO LIBRE + ACUAGYM (consultar siempre al monitor o al socorrista antes de acceder)	18,00 €	15,00 €
BONO JULIO 2019 ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO + NADO LIBRE + ACUAGYM (consultar siempre al monitor o al socorrista antes de acceder)	18,00 €	15,00 €
BONO TRIMESTRAL CON 27 CLASES DIRIGIDAS	42,00 €	35,00 €
BONO TRIMESTRAL CON 39 CLASES DIRIGIDAS	60,00 €	50,00 €
BONO TRIMESTRAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS	78,00 €	65,00 €
BONO TRIMESTRAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO	96,00 €	80,00 €
BONO TRIMESTRAL ILIMITADO DE CLASES DIRIGIDAS + GIMNASIO + SPA + NADO LIBRE + ACUAGYM (consultar siempre al monitor o al socorrista antes de acceder)	99,00 €	90,00 €

DESCUENTOS:

- Descuento del 10% si 2 o más miembros de la misma unidad familiar están inscritos al mismo tiempo en el gimnasio o en el programa de actividades dirigidas

OTRAS ACTIVIDADES

MODALIDAD	TELÉFONO DE INFORMACIÓN SOBRE HORARIOS Y PRECIOS
BAILLES LATINOS	684336222 (Ana)
JUDO	610271733 (Alejandro)
YOGA (lunes y miércoles)	652447873 (Lail)
YOGA (viernes y jueves)	605207756 (Iris)
ENTRENAMIENTO PERSONAL	600770072 (Javi)
OSTEOPATIA	601078711 (Sergio)

SI NO QUIERES ATARTE A HORARIOS FIJOS

SI NO DESEAS PAGAR CUOTAS MENSUALES SIN SABER SI PODRAS ACUDIR

SI QUIERES UN BONO PARA COMPARTIR CON TUS FAMILIARES O AMIGOS

SI BUSCAS UN METODO DE PROGRAMAR Y ALTERNAR DIFERENTES ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Y QUE TENGA UNA VALIDEZ (hasta el 31 de JULIO de 2019) SUPERIOR A LA CUOTA MENSUAL...

Adquiere tu **MULTIBONO** por **22 € (10 usos)** ó **40 € (20 usos)**

El Multibono puedes usarlo como desees en las siguientes actividades que tú elijas:

SESION DE GIMNASIO

CLASE DIRIGIDA

CLASE DE ACUAGYM*

SESION DE NADO LIBRE*

* Antes de acceder a la piscina y de pasar la tarjeta de usuario por el lector , OBLIGATORIAMENTE hay que consultar al socorrista o al monitor/a si hay plaza disponible para acceder a la calle de nado libre o a la clase de acuagym

TARJETA MULTIBONO

CLUBS DEPORTIVOS

CLUB	INFORMACION	HORARIOS DE ENTRENAMIENTO	CUOTAS ANUALES (no incluyen inscripción con el club, sólo cuotas de inscripción)
C.D. FUTSALHENDIN futsalhendin@gmail.com	600553893 667699885 656230300	CONSULTAR	BASE 5 AÑOS (190,00 €) PREBENJAMIN y BENJAMIN (236,00 €) ALEVIN e INFANTIL (280,00 €) CADETE Y JUVENIL (280,00 €)
CLUB DE FUTBOL ALHENDIN BALOMPIE	655924618 722260651	CONSULTAR	DE AGUILUCHOS A JUVENIL (220,00 €)
CLUB BASKET ALHENDIN	819276684	CONSULTAR	MINIBASKET (170,00 €) INFANTIL Y CADETE (190,00 €)
ALH CLUB NATACION	646345365	L - X - V Consultar horarios	INFANTIL Y ADULTOS (250,00 €)
CLUB RÍTMICA ALHENDIN ritmicaalhendin@gmail.com	658814119	CONSULTAR	INICIACION (220,00 €) COMPETICION (300,00 €)
CLUB TAEKWONDO ALHENDIN	630220769	L - X - V 4 a 8 años (16,00 h.) 9 a 13 años (17,00 h.) 14 a 25 años (18,00 h.) M - J 4 a 8 años (16,00 h.)	INICIACION (200,00 €) COMPETICION (200,00 €) Descuento del 25% a hermanos
CLUB ATLETISMO ALHENDIN	689261846	CONSULTAR	INICIACION, INFANTIL Y ADULTOS (200,00 €)
CLUB TENIS DE MESA ALHENDIN	628457459	L - X - V De 18.00 a 20.00 h.	GRUPO ESCUELA (100,00 €) EQUIPO COMPETICION (100,00 €)

TASAS 2018-2019 PARA LA UTILIZACION DE INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

INSTALACION	TIPO DE USO	TASA NORMAL	TASA CON TARJETA DEPORTIVA
PISTA DE TENIS	1 HORA MUNICIPAL	3,60 €	3,00 €
	1 HORA	4,80 €	4,00 €
	BONO 15 HORAS	36,40 €	32,00 €
	BONO 20 HORAS	72,00 €	50,00 €
PISTA DE PADEL	1 HORA MUNICIPAL	7,20 €	6,00 €
	1 HORA	9,60 €	8,00 €
	BONO 10 HORAS	76,80 €	64,00 €
	BONO 20 HORAS	144,00 €	120,00 €
CAMPO FUTBOL 11	1 HORA SIN LUZ	52,80 €	44,00 €
	1 HORA CON LUZ	69,60 €	58,00 €
	BONO TEMPORADA SIN LUZ	1584,00 €	1320,00 €
	BONO TEMPORADA CON LUZ	2088,00 €	1740,00 €
CAMPO FUTBOL 7	1 HORA SIN LUZ	31,20 €	26,00 €
	1 HORA CON LUZ	39,60 €	33,00 €
	BONO TEMPORADA SIN LUZ	936,00 €	780,00 €
	BONO TEMPORADA CON LUZ	1188,00 €	990,00 €
PABELLON	1 HORA SIN LUZ	27,60 €	23,00 €
	1 HORA CON LUZ	34,80 €	29,00 €
	BONO TEMPORADA SIN LUZ	828,00 €	690,00 €
	BONO TEMPORADA CON LUZ	1044,00 €	870,00 €
PISTA EXTERIOR	1 HORA SIN LUZ	9,60 €	8,00 €
	1 HORA CON LUZ	12,00 €	10,00 €
	BONO TEMPORADA SIN LUZ	288,00 €	240,00 €
	BONO TEMPORADA SIN LUZ	360,00 €	300,00 €
SALAS DEL PABELLON	1 HORA SALA POLIVALENTE	7,20 €	6,00 €
	1 HORA SALA USOS MÚLTIPLES	12,00 €	10,00 €

DURACIÓN DE LA TEMPORADA: DEL 1 DE SEPTIEMBRE DE 2018 AL 30 DE JUNIO DE 2019



ALH

Alhendín con el deporte

IMP. JUFER 958 57 16 11

www.alhedin.es/deporte

www.alhendideporte.net