

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

INSCRIPCIONES: ANTES DEL 19 DE SEPTIEMBRE (LOS GRUPOS QUE PARA DICHA FECHA NO TENGAN EL MÍNIMO DE PARTICIPANTES SUFICIENTE SE SUSPENDERÁN)

NOTA: SE DEBEN INSCRIBIR TODAS LAS PERSONAS, AUNQUE HAYAN ESTADO INSCRITAS EL CURSO PASADO. LA INSCRIPCIÓN SE HACE PARA TODO EL CURSO. SI ALGUIEN DESEA BORRARSE, DEBERÁ HACERLO ANTES DE COMENZAR EL SIGUIENTE TRIMESTRE.

LAS FAMILIAS NUMEROSAS DEBERÁN ENTREGAR EN EL MOMENTO DE LA INSCRIPCIÓN EL CARNET DE FAMILIA NUMEROSA.

¿DÓNDE ENTREGAR LA HOJA DE INSCRIPCIÓN?

- **GIMNASIO Y FRONTÓN MUNICIPAL 948-865227**
 - * DE LUNES A VIERNES DE 17.00 A 22.00
 - * SÁBADOS DE 10.00 A 12.00 Y DE 17.00 A 21.00.
 - * SE ENTREGA LA HOJA AL CONSERJE O SE LLAMA POR TELÉFONO
- **AYUNTAMIENTO DE RIBAFORADA - DEPORTES 948-844305**
 - * DE LUNES A VIERNES DE 11.00 A 13.00

PILATES

CLASES DE PRUEBA GRATUITAS CON EL NUEVO MONITOR PARA TODOS LOS INTERESADOS, EN EL POLIDEPORTIVO.

MIÉRCOLES 12 DE SEPTIEMBRE, A LAS 10.00H (YOGAPILATES SUAVE PARA PERSONAS MAYORES)

JUEVES 13 DE SEPTIEMBRE, A LAS 15.30H

VIERNES 14 DE SEPTIEMBRE, A LAS 19.30H



TEMPORADA 2.007/08

NOTA: LAS CUOTAS SON TRIMESTRALES

ESCUELAS DEPORTIVAS

GIMNASIA RITMICA

	<u>HORAS SEM</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
A partir de 4 años	2	Polideportivo	50 €/trimestre	35 €/trimestre
Grupo de campeonatos		Polideportivo	60 €/trimestre	40 €/trimestre

FUTBOL-SALA

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
A partir de 4 años	2 días/semana	Polideportivo	45 €/trimestre	30 €/trimestre
Niños y niñas	1'5 horas/día	o frontón		

KARATE

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
A partir de 4 años	Martes y jueves	Polideportivo	50 €/trimestre	35€/trimestre

TENIS

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
De 4 a 6 años	1 horas / semana	Pista de tenis	30 €/trimestre	20 €/trimestre
A partir de 7 años	2 horas / semana	Pista de tenis	60 € trimestre	40 €/trimestre

ACTIVIDADES PARA JOVENES Y ADULTOS

AEROBIC

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
2 días a la semana	20.30-21.30	Polideportivo	50 €/trimestre	35€/trimestre

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
2 días a la semana	11.00-12.00	Polideportivo	60 €/trimestre	40€/trimestre
2 días a la semana	15.30-16.30	Polideportivo	60 €/trimestre	40€/trimestre

GIMNASIA DE ADULTOS

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA (PARA MÁS DE 12 PERSONAS)</u>
2 días a la semana	10.00-11.00	Polideportivo	30 €/jubilados trimestre 40€/no jubilados trimestre

DEFENSA PERSONAL

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
Martes y jueves	20.20-21.20	Polideportivo	50 €/trimestre	35€/trimestre

TENIS

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
1 día /semana	1 hora	Pista de tenis	30 €/trimestre	20€/trimestre

(posibilidad de 2 días/semana, a indicar en la hoja de inscripción)

YOGA

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
Lunes y jueves tardes	1,5 horas/día	Polideportivo	75 €/trimestre	50€/trimestre
Martes y jueves mañanas	1,5 horas/día	Polideportivo	75 €/trimestre	50€/trimestre

PILATES (con monitor nuevo)

	<u>DIA</u>	<u>LUGAR</u>	<u>CUOTA</u>	<u>FAMILIA NUM</u>
2 días/semana (opcional 1 día/semana si		Polideportivo o	60 €/trimestre	40€/trimestre

se está inscrito en otra actividad)	colegio		
-------------------------------------	---------	--	--

DEPORTE EN EDAD ESCOLAR – DEPORTE ESCOLAR

BALONCESTO, BALONMANO, FUTBOL-SALA Y ATLETISMO

	DIA	HORA	LUGAR	CUOTA
De 2º a 6º de primaria Chicos y chicas	2 días	16.40-17.40	Colegio	0.-€

Se repartirá más información en el Colegio público San Bartolomé de Ribaforada y en el Consejo Municipal de Deportes de Ribaforada.

DEPORTE EN EDAD ESCOLAR – JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA

FUTBOL-SALA

	DIA	LUGAR	CUOTA	Fam. Num.
Infantil Femenino Nacidas 1.994 y 95	Miércoles a las 18.00h y viernes a las 17.00h partidos: sábado a la mañana	Frontón	30 €	20 €
Liga Comarcal Nacidas a partir de 1.993	Viernes, a las 18.00h partidos: fin de semana	Frontón	30 €	20 €

EQUIPOS

FUTBOL-7

	DIA	HORA	LUGAR	CUOTA	Fam. num
Alevín Nacidos en 1.996 y 97	Miércoles Viernes a las 18.00h Partidos: fin de semana		Campo de fútbol	30 €	20 €

FUTBOL

	DIA	HORA	LUGAR	CUOTA	Fam. Num.
Infantil masculino Nacidos 1.994 y 95	Miércoles y Viernes Partidos: fin de semana	18:30	Campo de fútbol	30 €	20 €
Cadete masculino Nacidos 1.992 y 93	Martes y Jueves Partidos: fin de semana	18:30	Campo de fútbol	30 €	20 €
Juvenil masculino Nacidos 1.989, 90 y 91	Martes y Jueves Partidos: fin de semana	19:30	Campo de fútbol	30 €	20 €

NOTA: LOS DÍAS Y HORAS DE ENTRENAMIENTO PODRÍAN VARIAR.
LAS CUOTAS SON TRIMESTRALES

CLASES DE PORTEROS DE FÚTBOL

	DIA	HORA	LUGAR	CUOTA	Fam. Num.
Mayores de 6 años	Martes y Jueves, una semana sin otra	A det.	Campo de fútbol	30 €	20 €

CAMPEONATOS

FRONTENIS POR PAREJAS INSCRIPCIÓN: 18€/pareja HORARIO PARTIDOS: a determinar Nº MINIMO DE PAREJAS: 10	TENIS INDIVIDUAL INSCRIPCIÓN: 12€ HORARIO PARTIDOS: a determinar Nº MINIMO DE JUGADORES: 10
---	---

FUTBOL-SALA MASCULINO Sorteo de calendario Martes, 2 de octubre A las 20.00h En la sala polivalente nº 2 del Ayuntamiento	FUTBOL-SALA FEMENINO Mínimo, 6 equipos Mayores de 16 años Más información: Consejo Municipal de deportes.
--	---

GIMNASIO DE MUSCULACIÓN Y SAUNA , FRONTÓN Y PISTAS EXTERIORES - A PARTIR DEL PRÓXIMO 1 DE OCTUBRE

HORARIO

	MAÑANA	TARDE
LUNES		17.00 – 22.00
MARTES	10.00 - 12.00	15.00 – 22.00
MIERCOLES		15.00 – 22.00
JUEVES	10.00 - 12.00	17.00 – 22.00
VIERNES		15.00 – 22.00
SABADO	10.00 – 12.00	15.00 – 21.00
DOMINGO	10.00 – 13.00	

MONITOR DE GIMNASIO: Se pondrá en el tablón del frontón. Se puede preguntar llamando al 948-864227

PRECIO: Abono de 30 sesiones, 45 €. Jubilados, 22,5 €

FRONTON Y PISTA DE TENIS

PRECIO:

TENIS, PELOTA, PALA, FRONTENIS...

- 1,5 € por persona y hora, sin luz.
- 1,8 € por persona y hora, con luz.
- Abonos de 30 horas: 45 € (con o sin luz)

JUEGOS DE EQUIPO: FUTBOL-SALA, BALONCESTO,...

- 9 € por hora.
- 1,5 € por persona y hora, sin luz.
- 1,8 € por persona y hora, con luz

- **Hasta 16 años**, la pista de tenis será gratuita de lunes a viernes hasta las 19.00, los martes y jueves de 10.00 a 12.00 y los sábados, si no hay mayores que quieran jugar. Este horario podría modificarse a lo largo de la temporada por necesidades de uso.
- **Hasta 16 años** pagarán la mitad, cuando jueguen de lunes a viernes, antes de las 19.30 o el sábado por la mañana, a tenis, pelota, pala, frontenis... (no a fútbol-sala)
- La **pista exterior polideportiva** será **gratuita** para todas las edades, no pudiendo reservar más de una hora al día.

COMIENZO: 1 DE OCTUBRE DE 2.007 (los entrenamientos de los equipos 1 de septiembre de 2.007)

¡Anímate y practica deporte!
Consulta cualquier duda

1. Las listas con los horarios y los grupos se colocarán el miércoles 26 de septiembre en el colegio y en el frontón.
2. Para realizar las distintas actividades deberá haber un mínimo de inscripciones. Si no es así, la actividad de suspenderá.
3. Hay tres trimestres y las cuotas son trimestrales. Una vez comenzado el trimestre no se podrá borrar de la actividad y tendrá la obligación de pagar dicho trimestre.
4. Para borrarse de una actividad, deberá hacerlo antes de comenzar el trimestre.
5. Si una persona se apunta una vez comenzado el trimestre, deberá pagar el trimestre completo; no se admiten pagos de meses o medios trimestres.
6. Si una persona deja algún recibo sin pagar no se podrá volver a apuntar a ninguna actividad organizada por el Consejo Municipal de Deportes de Ribaforada

hasta que abone dicho recibo. Se le comunicará la devolución del recibo y dispondrá de un plazo de 10 días para pagar.

7. Los deportistas, en el momento de solicitar la inscripción, manifiestan que conocen la normativa que aquí se indica y se comprometen a pagar las cuotas trimestrales. De no hacerlo se les aplicará lo dispuesto en el punto 6.

HORARIOS

GIMNASIA RÍTMICA

NACIDAS EN 2.000	LUNES DE 17.00 A 17.45 MIÉRCOLES DE 15.00 A 15.45
NACIDAS EN 1.998-99	LUNES DE 17.45 A 18.45 MIÉRCOLES DE 15.45 A 17.30 SÁBADOS 1 HORA AL MES
NACIDAS + 1.997	LUNES DE 18.45 A 20.00 MIÉRCOLES DE 15.45 A 17.30
CAMPEONATOS:	SÁBADOS DE 11.00 A 14.00

TENIS:

NACIDOS 1.999-92	LUNES Y JUEVES DE 17.00 A 18.00
NACIDOS + 1.991	LUNES Y JUEVES DE 18.00 A 19.00

FUTBOL-SALA:

NACIDOS 1.999-2.000	MIÉRCOLES DE 16.30 A 18.00 VIERNES DE 17.00 A 18.30
NACIDOS + 1.998	MIÉRCOLES DE 15.00 A 16.30 VIERNES DE 18.30 A 20.00

GIMNASIA DE ADULTOS:

LUNES Y MIÉRCOLES DE 9.30 A 10.30

AEROBIC:

MARTES Y JUEVES DE 20.30 A 21.30

KARATE:

NACIDOS 1997-2.000	MARTES Y JUEVES DE 18.00 A 19.00
NACIDOS + 1.996	MARTES Y JUEVES DE 19.15 A 20.15

YOGA:

LUNES DE 19.15 A 21.15