

Temporada 2022-2023

ACTIVIDADES PARA MENORES

ACTIVIDADES	GRUPO	EDADES	DIAS DE ACTIVIDAD					PRECIO	
			LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	MENSUAL	
BALONCESTO	PRE-BENJAMIN	nac 15-16	COMIENZO EL DÍA 18 DE OCTUBRE . DÍAS Y HORARIOS EL 1 DE OCTUBRE EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS DEL PMD					19 €	
	BENJAMIN	nac 14-13						24 €	
	ALEVIN	nac 12-11							
	INFANTIL	nac 10-09							
	CADETE	nac 08-07							
	JUNIOR	nac 06-05							
FUTBOL	CHUPETIN	nac 2017	COMIENZO DE LA TEMPORADA EL LUNES 26 DE SEPTIEMBRE, PARA TODOS LOS NIÑOS QUE TIENEN LA PREINSCRIPCIÓN . EL HORARIO SE PUBLICARA EN EL TABLIN DE ANUNCIOS DEL PMD. INSCRIPCIONES NUEVAS A PARTIR DEL EL 20 DE SEPTIEMBRE EN LAS OFICINAS DEL PMD. PRUEBA DE NIVEL HASTA COMPLETAR LOS EQUIPOS					21 €	
	PRE-BENJAMIN B	nac 15-16							
	PRE-BENJAMIN A	nac 15-16							
	PRE-BENJAMIN C	nac 15-16							
	BENJAMIN A	nac 14-13							
	BENJAMIN B	nac 14-13							
	ALEVIN 7 A	nac 12-11							
	ALEVIN 7 B	nac 12-11							
	ALEVIN 11	nac 11	DIA 20 septiembre hora 17:00	INSCRIPCIONES NUEVAS A PARTIR DEL 20 DE SEPTIEMBRE , PRUEBA DE NIVEL HASTA COMPLETAR EQUIPOS					28 €
	INFANTIL A	nac 10-09	DIA septiembre 20 hora 18:30						
	INFANTIL B	nac 10-09	DIA 20 septiembre hora 17:00						
	CADETE "A"	nac 08-07	DIA 20 septiembre hora 18:30						
G. RITMICA	INICIACION I	3 a 5 años	DÍA 1 OCTUBRE	16:00 a 17:00	DÍA 1 OCTUBRE	16:00 a 17:00	DÍA 1 OCTUBRE	17 €	
	INICIACION II	6 a 8 años		17:00 a 18:00		17:00 a 18:00			
				18:00 a 19:30		18:00 a 19:30		25 €	
	AVANZADA I		16:00 a 17:45	DIA 20 SEPTIEMBRE	16:00 a 17:45	DIA 20 SEPTIEMBRE	16:00 a 17:45		
	AVANZADA II		17:45 a 19:45		17:45 a 19:45		17:45 a 19:45		
JUEGOS PREDEPORTIVOS	SEGÚN NIVEL	4 y 5 años	DÍA 4 OCTUBRE	16:00 a 16:45 17:00 a 17:45	DÍA 4 OCTUBRE	16:00 a 16:45 17:00 a 17:45		17 €	
NATACIÓN INICIACIÓN	MATRONATACIÓN	6 meses		DÍA 1 OCTUBRE		DÍA 1 OCTUBRE	18:00 A 18:35	turno 2 días l,x o m,i	
	DELFIN PAPAS	15 meses	18:15 A 18:50		18:15 A 18:50				
	MINIDELFINES	2 años	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	26 €	
	DELFIN	3 a 5 años	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	solo viernes	
	SUPER DELFIN	6 a 9 años	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	16:00 A 16:35 16:40 A 17:15 17:20 A 17:55	17 €	
NATACIÓN AVANZADA	ALEVIN	10 A 15 AÑOS SEGÚN NIVEL	18:15 a 19:00	18:15 a 19:00	18:15 a 19:00	18:15 a 19:00	18:15 a 19:00	26 €	
	INFANTIL		19:00 A 19:45	19:00 A 19:45	19:00 A 19:45	19:00 A 19:45	19:00 A 19:45	solo viernes	
	CADETE		DÍA 1 OCTUBRE					17 €	
PADEL	SEGÚN NIVEL	6 a 15 años	16:00 A 17:00 17:00 a 18:00 18:00 a 19:00	DÍA 4 OCTUBRE	16:00 A 17:00 17:00 a 18:00 18:00 a 19:00	DÍA 4 OCTUBRE		turno 2 días	
				16:00 A 17:00 17:00 a 18:00		16:00 A 17:00 17:00 a 18:00		17 €	
			DÍA 4 OCTUBRE		DÍA 4 OCTUBRE			solo viernes	
							16:00 a 17:00 17:00 a 18:00	11 €	
TENIS	VARIOS NIVELES	NIVEL I NIVEL II	17:00 a 18:00	DÍA 4 OCTUBRE	17:00 a 18:00	DÍA 4 OCTUBRE		17 €	

Psicomotricidad: Nacidos en los años 2020-2021. Requisito indispensable: saber andar. Horario: lunes y miércoles de 16:30 a 17:15 h. / 17:30 a 18:15 h.

Escuela de Judo: A partir de 4 años. Martes, a partir de las 18 h. Contacto: clubjudolorenzo@gmail.com

ACTIVIDADES PARA ADULTOS

ACTIVIDADES		NIVELES		DÍAS DE ACTIVIDAD						PRECIO MENSUAL		
				LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES				
				ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD								
ABONO MULTIACTIVIDAD PISCINA				PERMITE EL ACCESO A GIMNASIO APARATOS, SALA CARDIO, NATACION ADULTO, AQUAGYM, FLOAT, BODY PUMP, PISCINA CLIMATIZADA, BODY FITNESS, GAP, PILATES, CICLO INDOOR (previa reserva EXCEPTO SALA CARDIO Y GIMNASIO)						46 €		
ABONO MULTIACTIVIDAD FITNES				PERMITE EL ACCESO A SALA DE CARDIO, AQUAGYM, ZUMBA, BODY FITNES, BODY PAM, BODY COMBAT, PILATES.						31 €		
AQUAGYM	TODOS NIVELES			DÍA 1 OCTUBRE	9:30 A 10:15 20:00 A 20:45	DÍA 1 OCTUBRE	9:30 A 10:15 20:00 A 20:45		23 €			
FLOAT GYM	TODOS NIVELES			20:00 A 20:45	DÍA 1 OCTUBRE	20:00 A 20:45	DÍA 1 OCTUBRE		23 €			
BODY PUMP SALA POLIVALENTE CLIMATIZADA	TODOS NIVELES			20:30 A 21:15	DÍA 21 SEPTIEMBRE	20:30 A 21:15	DÍA 21 SEPTIEMBRE		23 €			
GAP SALA POLIVALENTE CLIMATIZADA	TODOS NIVELES			DÍA 20 SEPTIEMBRE	18:30 A 19:15	DÍA 20 SEPTIEMBRE	18:30 A 19:15		23 €			
BODY FITNES SALA POLIVALENTE CLIMATIZADA	TODOS NIVELES			9:30 A 10:15	DÍA 4 OCTUBRE	9:30 A 10:15	DÍA 4 OCTUBRE	9:30 A 10:15	TRES DIAS (MAÑANA) 25 €			
								DOS DIAS (TARDE)				
19:30 A 20:15				DÍA 21 SEPTIEMBRE	19:30 A 20:15	DÍA 21 SEPTIEMBRE		23 €				
CICLO INDOOR	TODOS LOS NIVELES			9:30 A 10:15		9:30 A 10:15			TRES DIAS L, X O V; M-J O V) 31 €			
				18:30 A 19:15	20:30 A 21:15	18:30 A 19:15	20:30 A 21:15	19:00 A 19:45				
				DÍA 21 SEPTIEMBRE						DOS DIAS L-X O M-J 23 €		
FUNCIONAL SALA POLIVALENTE CLIMATIZADA	TODOS LOS NIVELES				19:30 A 20:15		19:30 A 20:15		23 €			
ACTIVATE +40 PMD Y CLIMATIZADA				10:30 A 11:30	DÍA 4 OCTUBRE	10:30 A 11:30	DÍA 4 OCTUBRE	10:30 A 11:30				
GYMNASIO APARATOS	A partir 16 años			LUNES A VIERNES 9:00 A 22:00 SABADO 10:00 A 14:00						31 €		
NATACION	TODOS LOS NIVELES			9:30 A 10:15 12:30 A 13:15 14:15 A 15:00	DÍA 1 OCTUBRE	9:30 A 10:15 12:30 A 13:15 14:15 A 15:00	DÍA 1 OCTUBRE	9:30 A 10:15	Tres días l x y v (MAÑANA) 31 €			
				20:00 A 20:45		20:00 A 20:45						
	NIVEL INICIADO			20:00 A 20:45		20:00 A 20:45						
	NIVEL AVANZADO											
	TODOS LOS NIVELES			DÍA 1 OCTUBRE	12:30 A 13:15 20:00 A 20:45	DÍA 1 OCTUBRE	12:30 A 13:15 20:00 A 20:45		DOS DIAS L-X O M-J 23 €			
PILATES	TODOS NIVELES			11:15 A 12:00	DÍA 4 OCTUBRE	11:15 A 12:00	DÍA 4 OCTUBRE		23 €			
	TODOS NIVELES			DÍA 22 SEPTIEMBRE	19:00 A 19:45 20:00 A 20:45	DÍA 22 SEPTIEMBRE	19:00 A 19:45 20:00 A 20:45		23 €			
	NATACION TERAPEUTICA			MAÑANA		19:00 A 19:45		19:00 A 19:45	23 €			
TARDE												
ACTIVIDADES DEPORTIVAS												
PADEL	MAÑANA			DÍA 4 OCTUBRE	9:30 A 10:30 10:30 A 11:30 11:30 A 12:30	DÍA 4 OCTUBRE	9:30 A 10:30 10:30 A 11:30 11:30 A 12:30		25 €			
				18:00 A 19:00 19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00	DÍA 22 SEPTIEMBRE	18:00 A 19:00 19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00	DÍA 22 SEPTIEMBRE					
	TARDE			DÍA 22 SEPTIEMBRE	19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00	DÍA 22 SEPTIEMBRE	19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00					
								19:00 A 20:00 20:00 A 21:00	13 €			
	TENIS ADULTOS				20:00 A 21:00	DÍA 4 OCTUBRE	20:00 A 21:00	DÍA 4 OCTUBRE		23 €		
	ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD 3ª EDAD											
AQUA GYM 3ª EDAD	I			DÍA 4 OCTUBRE	10:15 A 11:00	DÍA 4 OCTUBRE	10:15 A 11:00		6 €			
	II				11:00 A 11:45		11:00 A 11:45					
BODY FITNES 3ª EDAD	MAÑANA			10:15 A 11:00	DÍA 4 OCTUBRE	10:15 A 11:00	DÍA 4 OCTUBRE	10:15 A 11:00	6 €			

Gimnasio: Desde el 19 de septiembre de 9:30 a 14 h y de 16 a 22 h. A partir del 1 de octubre el horario del gimnasio será el habitual de 9 a 22 h.

Todas las actividades tienen un seguro de accidentes de 10 euros anuales.

Información e inscripciones a partir del 20 de septiembre:



C/ Salamanca, 17

28680 San Martín de Valdeiglesias

Teléfono: 91 861 09 97

deportes@sanmartindevaldeiglesias.es