

CURSOS NATACIÓN

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

VERANO

2017



www.hellin.es



Ayuntamiento de Hellin
Concejalía de Deportes

967 54 32 30

647 73 47 25

CURSOS NATACION ADULTOS

CURSO	HORARIO	DÍAS
AQUAGYM 1 - ADULTOS	8:30 - 9:20	L-X-V
AQUAGYM 2 - ADULTOS	9:30 - 10:20	L-X-V
AQUAGYM 3 - ADULTOS	20:30 - 21:20	L-M-J
AQUAGYM 4 - ADULTOS	20:30 - 21:20	L-X-J
AQUAGYM 5 - ADULTOS	21:30 - 22:20	L-M-J
AQUAGYM 6 - ADULTOS	21:30 - 22:20	L-X-J
TERAPEUTICA 1	10:30 - 11:20	M-X-V
TERAPEUTICA 2	19:30 - 20:20	L-M-J
TERAPEUTICA 3	19:30 - 20:20	L-X-J
EMBARAZADAS	12:30 - 13:00	L-X
ADULTO	8:30 - 9:20	L-M-J
ADULTO	9:30 - 10:20	L-M-J
ADULTO	20:30 - 21:20	L-M-J
ADULTO	20:30 - 21:20	L-X-J
ADULTO	21:30 - 22:20	L-M-J
ADULTO	21:30 - 22:20	L-X-J
AQUACROSSFIT	20:30 - 21:20	M-J
AQUACROSSFIT	21:30 - 22:20	M-J
TECNIFICACIÓN	A determinar	

CURSOS NATACION NIÑOS

CURSO	HORARIO	DÍAS
SINCRONIZADA	16:30 - 18:20	L-X-V
BEBES - 1	12:30 - 13:00	M-J
APRENDIZAJE	10:30 - 11:20	Quincenal
APRENDIZAJE	11:30 - 12:20	Quincenal
APRENDIZAJE	12:30 - 13:20	Quincenal
APRENDIZAJE	18:30 - 19:20	Quincenal
APRENDIZAJE	19:30 - 20:20	Quincenal
ESCUELAS	10:30 - 11:20	Quincenal
ESCUELAS	11:30 - 12:20	Quincenal
ESCUELAS	12:30 - 13:20	Quincenal
ESCUELAS	18:30 - 19:20	Quincenal
ESCUELAS	19:30 - 20:20	Quincenal

CURSOS NATACION PEDANÍAS

ISSO Y AGRAMÓN - NIÑOS

12:30 - 13:20

Quincenal

ISSO - NIÑOS

19:30 - 20:20

Quincenal

CURSO QUINCENAL NIÑOS: Lunes a Viernes. (50 min.)

1ª QUINCENA: Del 3 al 14 de Julio.

2ª QUINCENA: Del 17 al 28 de Julio.

CURSO MENSUAL/QUINCENAL:

- Adultos: 3 días (50 min.)
- Sincronizada: Lunes, Miércoles y Viernes. (50 min.)
- Embarazadas: Lunes y Miércoles. (50 min.)
- Aquacrossfit: Martes y Jueves. (50 min.)

PISCINAS PÚBLICAS DE VERANO

Municipal, Ribera, Nava Campaña, Mingogil, Isso y Agramón.

Horario de Apertura: Lunes a Domingo. (Mañana y Tarde)

CLÍNICA'S DEPORTIVOS DE VERANO

Fútbol: EFB Hellín Dpvo. 687 870 895 - 607 771 137

Baloncesto: ADB Hellín. 619 219 288 - 658 488 747 - 617 065 800

Ténis: Club Tenis Santa Ana. 967 303 994 - 610 829 125

Atletismo-Orientación: CD La Glorieta. 670 893 839

Voleibol: C.V. Ciudad de Hellín. 627 719 324 - 607 570 405 - 674 806 248

Polideportivo Pedanías: ISSO - AGRAMÓN. (Gratuito) 967 54 32 30

Instalaciones Deportivas Municipales. (Julio y/o Agosto).

Información e Inscripciones: Clubes y Monitores Deportivos.

ARTES MARCIALES

TAICHI

Juan - 626 474 185

19:30 - 20:30

LUN-MIER

KARATE

Juan - 626 474 185

20:30 - 21:30

LUN-MIE-VIE

TAEKWONDO

Rafael - 677 158 809

21:30 - 22:30

LUNES

19:30 - 22:30

MAR-JUE

CURSOS NATACION	PRECIO
NATACION NIÑOS / SINCRONIZADA (hasta 16 años)	24,70 €
ADULTOS (NATACION - AQUAGYM TERAPEUTICA)	41,20 €
BEBES	30,90 €
3ª EDAD	20,60 €
EMBARAZADAS / Adulto Quincenal 3 días	23,65 €

NIVELES CURSOS NATACIÓN

BEBÉS. De 18 a 36 Meses. (Obligatorio Pañal de agua).

NIÑOS. De 3 a 16 años.

APRENDIZAJE. Miedo al agua, no flota y necesidad mat. aux.

ESCUELAS 2-3. Propulsión y flotabilidad sin mat. aux.

SINCRONIZADA. Requiere conocimientos básicos natación.

ADULTOS. A partir de 17 años.

AQUAGYM Y TERAPÉUTICA. Requiere conocimientos básicos natación.

EMBARAZADAS. Requiere conocimientos básicos natación.

TECNIFICACIÓN. Perfeccionamiento de estilos.

AQUACROSSFIT. Entrenamiento natación fitness..

INSCRIPCIONES PISCINA CUBIERTA.

Horario:	Lunes a Viernes	9:30 - 13:30 (Mañanas)
		17:30 - 21:00 (Tardes)
	Sábados	9:30 - 13:30 (Mañanas)

PROCESO DE INSCRIPCIONES

Del 1 al 14 Junio: Preinscripciones y **PAGO**

16 Junio: SORTEO LETRA APELLIDO

A partir del 19 Junio: Publicación listas de admitidos.

El pago se realizará en el momento de la preinscripción con el fin de acortar los plazos. El orden de inscripción será por sorteo según la opción elegida. En caso de no obtener plaza, se contactará con el usuario para ofertarle otras opciones posibles. En caso de disconformidad, se devolverá el importe cobrado.

ACTIV. CLUB SPINING UNIVERSAL - 617 823 146 - OLGA

BODY FITNES	LUN-VIER	9:30 - 10:30	Sala Polivalente
	LUN-MIER	19:30 - 20:30	
JUMPING	MART-JUEV	19:00 - 20:00	Sala Ciclo Indoor
SPINNING	De LUNES a VIERNES	9:30 - 10:30 20:30 - 21:30	Sala Ciclo Indoor
TRABAJO EN SUSPENSION	MART-JUEV	11:00 - 12:00 18:00 - 19:00	Sala Ciclo Indoor

ACTIV. CLUB TENIS SANTA ANA - 967 303994 - 667 062 319

TENIS ADULTOS	LUNES - MIER MART - JUEV	20:30 - 21:30 20:30 - 21:30	Pistas de Tenis Padel
PADEL ADULTOS ISSO	JULIO-AGOSTO		
TENIS NIÑOS	LUNES A JUEVES MENSUAL JULIO-AGOSTO	9:00 - 11:00 19:00 - 21:00	
PILATES Ana 615 966 737	MART - JUEV LUNES - MIER	10:30 - 11'30 18:30 - 19:30	Sala Polivalente
ZUMBA Ana 615 966 737	MART-JUEV	9:30 - 10:30 19'30 - 20'30	Sala Polivalente

NOTA INFORMATIVA

El uso de las instalaciones deportivas se rigen por el Reglamento General de Instalaciones y Actividades Deportivas indicadas en el tablón de anuncios de todas las instalaciones.

Todo usuario acepta el reglamento interno de uso de las instalaciones.

La apertura y cierre de instalaciones tendrá un margen de 15 minutos aprox. con respecto a la actividad deportiva.

HORARIO ACTIVIDADES INSTALACIONES

DÍAS	PABELLON ADOLFO SUÁREZ	PISTAS DE TENIS	COMPLEJO "JOSICO"
LUNES A VIERNES	9:30 - 13:00 ----- 17:30 - 23:30	9:30 - 13:00 ----- 17:30 - 23:30	X X X X X X X ----- 17:30 - 23:30
SABADOS	9:30 - 13:30 ----- 17:30 - 20:30	9:30 - 13:30 ----- 17:30 - 20:30	9:30 - 13:30 ----- 17:30 - 20:30
DOMINGOS	9:30 - 13:30	9:30 - 13:30	9:30 - 13:30

ACTIVIDADES DEPORTIVAS VERANO

CURSO	DURACION	HORARIO	PRECIO
NATACION LIBRE	LUNES A VIERNES SABADOS (MAÑANAS) DEL 1 AL 31 DE JULIO	8:30 - 13:30 16:30 - 22:30 SABADOS 9:30 - 13:30	2,60 €
MUSCULACIÓN	LUNES A VIERNES SABADO	8:00 - 13:00 17:30 - 22:30 9:30 - 13:30	3,10 € Sesión 22,60 € Mes 43,20 € Trim.
GIMNASIA 3ª EDAD	LUNES - JUEV	9:30 - 10:30	GRATUITO Previa Inscripción