

# HORARIO POLIDEPORTIVO Y SALA DE MUSCULACIÓN

LUNES a VIERNES 09:00 a 14:00  
17:00 a 22:00

SÁBADOS 09:30 a 14:30  
17:00 a 22:00

DOMINGOS 09:30 a 14:30  
17:00 a 21:00

\* MONITOR EN SALA DE MUSCULACIÓN:

LUNES a VIERNES 9:00 a 12:00  
17:00 a 21:00

SÁBADOS 9:00 a 12:00

## PRECIOS

GIMNASIO: 25 €/mes  
ACTIVIDADES COLECTIVAS: 27 €/mes  
GIMNASIO+ACTIVIDADES COLECTIVAS: 30 €/mes

### DÍA SUELTO

Gimnasio: 5 €  
Gimnasio+Actividades colectivas: 6 €

### BONO (10 sesiones)

Gimnasio: 35 €  
Gimnasio+Actividades colectivas: 40 €

**25 € /mes**

### en GIMNASIO + ACTIVIDADES COLECTIVAS

para mayores de 60 años, jóvenes menores de 26 años, familia numerosa, familia activa, desempleados, pensionistas y personas con un grado de discapacidad igual o superior a 33%

\* Las bonificaciones no son acumulables entre sí

## SALA POLIVALENTE - ACTIVIDADES COLECTIVAS - FITNESS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 - 10:30	GIMNASIA MANTENIMIENTO	PILATES	GIMNASIA MANTENIMIENTO	PILATES	GIMNASIA MANTENIMIENTO		
10:30 - 11:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	STRETCHING	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	STRETCHING	HIIT	ENTRENAMIENTO SALA	
11:00 - 11:30		GAP		TRX	CORE		
11:30 - 12:00							PILATES FITNESS
12:00 - 12:30							
12:30 - 13:00							
18:00 - 18:30	BODYFIT	ZUMBA	BODYFIT	ZUMBA	TRX		
18:30 - 19:00	CICLO INDOOR	PILATES	GAP	PILATES	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
19:00 - 19:30			TRX	STRETCHING	CICLO INDOOR		
19:30 - 20:00			YOGA		CORE		
20:00 - 20:30	PILATES	STRETCHING					
20:30 - 21:00							

MATRÍCULA:

12 €/persona

Incluye seguro de accidentes  
De Octubre 2019 a Septiembre 2020

"EL DEPORTE,  
NO CONSTRUYE EL CARÁCTER,  
LO REVELA"

Heywood Broun



¡¡ Únete a la familia !!



## Actividades Deportivas

Temporada 2019-2020

Información e inscripciones:

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE NAVALAFUENTE  
Tel: 600 209 482 - polideportivo@navalafuente.org  
www.navalafuente.org

## Gimnasia para bebés GRUPO 1

EDAD: de 6 a 18 meses  
DÍAS: Lunes  
HORARIO: de 17:00 a 17:30  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 7 €/mes

## Pequedeporte GRUPO ÚNICO

EDAD: de 3 a 5 años  
DÍAS: Miércoles  
HORARIO: de 17:00 a 18:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 12 €/mes

## Triatlón GRUPO ÚNICO

EDAD: de 6 a 16 años  
DÍAS: Miércoles y 2 Sábados al mes  
HORARIO: Miércoles de 17:00 a 18:00  
Sábados 2 h. por la mañana  
LUGAR: Polideportivo  
(punto de partida)  
PRECIO: 18 €/mes

## Zumba Kids GRUPO 1

EDAD: de 6 a 10 años  
DÍAS: Martes  
HORARIO: de 17:15 a 18:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 12 €/mes

## Gimnasia rítmica GRUPO ESCUELA

EDAD: de 4 a 16 años  
DÍAS: Martes y Jueves  
HORARIO: de 18:00 a 19:00  
LUGAR: Pista Polideportivo  
PRECIO: 18 €/mes

## Gimnasia para bebés GRUPO 2

EDAD: de 18 meses a 3 años  
DÍAS: Lunes  
HORARIO: de 17:30 a 18:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 7 €/mes

## Multideporte GRUPO ÚNICO

EDAD: de 6 a 10 años  
DÍAS: Lunes  
HORARIO: de 17:00 a 18:00  
LUGAR: Pista Polideportivo  
PRECIO: 12 €/mes

## Frontenis GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 6 años  
DÍAS: Miércoles  
HORARIO: de 17:00 a 18:00  
LUGAR: Frontón Municipal  
PRECIO: 12 €/mes

## Zumba Kids GRUPO 2

EDAD: de 11 a 16 años  
DÍAS: Jueves  
HORARIO: de 17:15 a 18:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 12 €/mes

## Gimnasia rítmica GRUPO COMPETICIÓN

EDAD: de 6 a 16 años  
DÍAS: Martes, Jueves y Viernes  
HORARIO: de 19:00 a 21:00 (M y J)  
de 17:00 a 19:00 (V)  
LUGAR: Pista Polideportivo  
PRECIO: 26 €/mes

## Patinaje artístico GRUPO ÚNICO

EDAD: de 6 a 16 años  
DÍAS: Domingos  
HORARIO: de 11:00 a 12:00  
LUGAR: Frontón Municipal  
PRECIO: 12 €/mes

## Mountain bike GRUPO ÚNICO

EDAD: de 6 a 16 años  
DÍAS: Domingos  
HORARIO: de 17:00 a 19:00  
LUGAR: Fróntón Municipal  
(punto de partida)  
PRECIO: 18 €/mes

## Fútbol Sala

CATEGORÍAS: de Chupetín a Infantil  
DÍAS: Miércoles o Viernes + Domingos  
HORARIO: 2 horas semanales  
LUGAR: Pista Polideportivo  
PRECIO: 13 €/mes  
6 €/mes Chupetín

## Escalada

### GRUPO 1

EDAD: de 5 a 9 años  
DÍAS: Jueves  
HORARIO: de 18:30 a 19:30

### GRUPO 2

EDAD: de 10 a 16 años  
DÍAS: Martes  
HORARIO: de 18:30 a 19:30

LUGAR: Rocódromo  
PRECIO: 12 €/mes

## Judo GRUPO ÚNICO

EDAD: de 4 a 16 años  
DÍAS: Viernes  
HORARIO: de 17:30 a 19:00  
LUGAR: Pista Polideportivo  
PRECIO: 15 €/mes

## Baloncesto GRUPO ÚNICO

EDAD: de 6 a 16 años  
DÍAS: Martes y Jueves  
HORARIO: de 17:00 a 18:00  
LUGAR: Pista Polideportiva  
PRECIO: 18 €/mes

## Pádel

EDAD: a partir de 6 años  
DÍAS: De Lunes a Sábado  
HORARIO: Según grupos  
LUGAR: Pista de Pádel  
PRECIO: Info. en el Polideportivo

### GRUPO 3

EDAD: de 5 a 9 años  
DÍAS: Sábados  
HORARIO: de 17:00 a 18:00

### GRUPO 4

EDAD: de 10 a 16 años  
DÍAS: Sábados  
HORARIO: de 18:00 a 19:00

## Pilates (Domingo) GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Domingo  
HORARIO: de 11:00 a 12:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 14 €/mes

## ESCALADA GRUPO 1

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Martes y/o Jueves  
HORARIO: de 19:30 a 21:00  
LUGAR: Rocódromo  
PRECIO: 20-36 €/mes

## Boxeo GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Martes y Jueves  
HORARIO: de 20:30 a 21:30  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 26 €/mes

## Telas aéreas GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 8 años  
DÍAS: Lunes y/o Viernes  
HORARIO: de 19:00 a 20:30 (L)  
de 17:00 a 18:30 (V)  
LUGAR: Rocódromo  
PRECIO: Infantil: 15-22 €/mes  
Adulto: 20-36 €/mes

## Taekwondo GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Lunes y Miércoles  
HORARIO: de 21:00 a 22:00  
LUGAR: Sala Polivalente  
PRECIO: 26 €/mes

## Trail GRUPO ÚNICO

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Sábados  
HORARIO: de 10:00 a 11:30  
LUGAR: Fróntón Municipal  
(punto de partida)  
PRECIO: 20 €/mes

## ESCALADA GRUPO 2

EDAD: a partir de 16 años  
DÍAS: Sábados  
HORARIO: de 19:00 a 20:30  
LUGAR: Rocódromo  
PRECIO: 20 €/mes