

PROGRAMA SERVICIO COMARCAL DE DEPORTES

MULTIDEPORTE I

- Niños nacidos entre el 2015 y 2012 incluidos.
- Objetivo: Iniciación a los siguientes deportes a través del juego: fútbol, patinaje, baloncesto, atletismo, deportes de lucha, deportes con raqueta, etc...
- Horario: Lunes de 16:00 a 17:30 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

MULTIDEPORTE II

- Niños nacidos antes de 2011 incluido.
- Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento en los elementos técnicos, tácticos y físicos de los deportes anteriormente citados.
- Horario: Lunes de 17:30 a 19:00 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

ZUMBA KIDS

- Niños nacidos entre el 2014 y 2005 incluidos.
- Objetivo: Desarrollo de las habilidades coordinativas e iniciación a la música y el baile.
- Horario: Viernes de 16:00 a 17:30 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

ESCUELA DE PATINAJE

- Niños nacidos antes de 2014 incluido.
- Objetivo: Iniciación y perfeccionamiento de la técnica y habilidades propias del deporte.
- Horario: Martes de 16:45 a 18:15 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

ESCUELA DE ATLETISMO

- Nacidos antes del año 2012 incluido.
- Objetivo: Iniciación en las disciplinas atléticas de forma lúdica y divertida. Participación en competiciones escolares.
- Horarios: Jueves de 16:00 a 17:30 h
- Instalación: Pabellón de Deportes.

* Finalizado el plazo de inscripción, se publicarán las listas con los admitidos en las actividades. Los días y horarios definitivos de cada actividad, se ajustarán a la disponibilidad de los usuarios inscritos.

Escuelas de Iniciación Deportiva

ZUMBA

- Mayores de 14 años.
- Objetivo: Actividad aeróbica que combina pasos de baile con movimientos de tonificación muscular. Mejora de la condición física, actividad lúdica y recreativa buscando la mejora de la salud.
- Horario: Martes y Jueves de 19:15 a 20:15 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

PILATES

- Mayores de 15 años.
- Objetivo: Trabajo postural, mejora de la tonificación muscular, trabajo de estiramientos y relajación.
- Horario: Lunes y Miércoles de 16:00 a 17:00 h.
- Instalación: Sala Cruz Roja.

YOGA

- Mayores de 15 años.
- Objetivo: Mantener el equilibrio combinando todos los movimientos que necesitamos para asegurar la salud física con las técnicas de meditación.
- Horario: Miércoles de 17:30 a 19:00 h.
- Instalación: Sala Cruz Roja.

GINNASIA 3ª EDAD

- Mayores de 65 años.
- Objetivo: Potenciar la relación social, mejora de hábitos para la salud y la condición física.
- Horario: Martes y Jueves de 18:15 a 19:15 h.
- Instalación: Pabellón de Deportes.

Otras Actividades

- Cursos de Natación para Bebés.
- Cursos de Natación, Iniciación y Perfeccionamiento.
- Toda la información de estos cursos se encuentra detallada en la página web del Servicio Comarcal de Deportes www.mrie.es en la sección Deportes. Inscripción On Line.



FICHA INSCRIPCIÓN 2018/2019

FIRMA: _____

Nombre y Apellidos:
 Domicilio:
 Municipio:
 Provincia:
 Fecha de nacimiento:
 Teléfonos:
 Colegio:

Forma de Pago: Ingresar en el número de cuenta IBERCAJA ES62 2085 5407 7703 3046 5713 el coste total de las actividades marcadas y adjuntar el justificante bancario del pago junto con la inscripción para hacerla válida. Se dispone de datáfono en el SCD para poder realizar el pago con tarjeta.
 Entregar en el Ayuntamiento de Osera de Ebro, antes del 14 de Septiembre

e-mail:

ACTIVIDAD	NACIDOS EN	ACTIVIDAD	NACIDOS EN
Zumba Kids	antes 2014 Incl.	Escuela de Patinaje	antes 2014 Incl.
Multideporte I	2015/2012 Incl.	Escuela de Atletismo	antes 2012 Incl.
Multideporte II	antes 2011 Incl.		

ACTIVIDAD
 Zumba
 Pilates
 Yoga
 Gimnasia 3ª Edad

PROGRAMACIÓN ADULTOS

PRECIO TOTAL: _____

? Qué OTRA actividad le gustaría realizar?