

ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA ADULTOS 2006/2007

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORAS	Nº PLAZAS	MONITOR	LA CLASE SE IMPARTE EN
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9,40 – 10,30	30	GABY	PABELLÓN CUBIERTO
			19,30 - 20,20	30	BLANCA	
CARDIO	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	9,40 – 10,30	21	RAQUEL	SALA POLIVALENTE
		LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	20,25 – 21,15	21	BLANCA	
AEROBIC / STEP / CARDIOFITNESS	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES Y MIERCOLES, VIERNES	21,20 – 22,10	21	GABY	
		MARTES Y JUEVES	9,40 – 10,30 19,30-20,20	21 21		
BADMINTON	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES Y MIERCOLES	20,25 – 21,15	16	J. MARI	PABELLÓN CUBIERTO
			21,20 – 22,10	16	J. MARI	
		MARTES Y JUEVES	20,25 – 21,15	16	J. MARI	
			21,20 – 22,10	16	J. MARI	
TENIS	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES Y MIÉRCOLES	19,35 – 20,25	12	RAÚL	PISTAS TENIS
			10,30 - 11,20	6	RAÚL	
			11,30 - 12,20	6		
		MARTES Y JUEVES	10,30 - 11,20	6	DANIEL	
			11,30 - 12,20	6		
		3 SABADOS AL MES	19,35 – 20,25	8	RAÚL / POR CONFIRMAR	
			9,45 – 10,35	6	RAÚL	
			10,40 – 11,30	8	RAÚL / POR CONFIRMAR	
YOGA	A PARTIR DE 12 AÑOS	MARTES Y JUEVES	10,20-11,35 (INI)	15	MAMEN	SALA ARTES MARCIALES
			11,40-12,55 (AV)	15		
			18,45-20,00 (INI)	15		
			20,15-21,30 (AV)	15		
TAEKWONDO	A PARTIR DE 16 AÑOS	MARTES, JUEVES VIERNES	21,20 – 22,10	20	MARIANO	SALA POLIVALENTE
			19,30 - 20,20			
TAI CHI	A PARTIR DE 16 AÑOS	LUNES Y MIERCOLES	9,40 – 10,55	20	SUSANA	CENTRO CULTURA
TAI CHI / CHI KUNG			20,30 – 21,45	20		PAB. COLEGIO
			19,15 – 20,30	20		PAB. COLEGIO
		LUNES Y MIERCOLES	11,00 – 12,15	20		CENTRO CULTURA
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO CON PESAS	A PARTIR DE 16 AÑOS	MARTES Y JUEVES	19,30 - 20,20	30	BLANCA	PABELLÓN CUBIERTO
BICICLETA DE MONTAÑA	A PARTIR DE 17 AÑOS	3 DOMINGOS AL MES	9,30 – 13,30	15	JUAN CARLOS	EXTERIOR
ESGRIMA	A PARTIR DE 16 AÑOS	3 PRIMEROS SABADOS DE CADA MES	10,00 – 10,50	15	JAVIER	SALA POLIVALENTE
PILATES	A PARTIR DE 16 AÑOS	MARTES Y JUEVES	10,40 – 11,30	15	GABY	SALA POLIVALENTE
			20,25 - 21,15	15	BLANCA	
		LUNES Y MIERCOLES	8,40 – 9,30	15	GABY	
			10,40 – 11,30	15	BLANCA	
			11,40 – 12,30	15		
			19,30 – 20,20	15	GABY	
			20,25 – 21,15	10	GABY	SALA ARTES MAR
			21,20 – 22,10	10	POR CONFIR.	
GIMNASIA DE MAYORES	A PARTIR DE 55 AÑOS	MARTES Y JUEVES	11,40 – 12,30	20	GABY	SALA POLIVALENTE
			18,35 – 19,25	20	NURIA	

ACTIVIDADES Y ESCUELAS DEPORTIVAS INFANTILES

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORAS	Nº PLAZAS	MONITOR	LA CLASE SE IMPARTE EN		
GIMNASIA RITMICA	NIVEL INICIACIÓN	LUNES Y MIERCOLES	16,45 – 17,35	12	EVA	PABELLON CUBIERTO		
	NIVEL INTERMEDIO		17,40 – 18,30	12				
	NIVEL AVANZADO		18,35 – 19,25	12				
KARATE	NIVEL INICIACIÓN	LUNES Y MIERCOLES	16,45 – 17,35	12	POR CONFIRMAR	SALA ARTES MARCIALES		
	NIVEL INTERMEDIO	LUNES Y MIERCOLES	17,40 – 18,30	12				
	NIVEL AVANZADO	LUNES Y MIERCOLES	18,35 – 19,25	12				
JUDO	NIVEL INICIACIÓN	MARTES Y JUEVES	16,55 – 17,45	15	POR CONFIRMAR	SALA ARTES MARCIALES		
	NIVEL AVANZADO		17,50 – 18,40	15				
FÚTBOL	97 – 98	LUNES Y MIERCOLES	16,45 - 17,35	20	JUAN CARLOS	CAMPO FÚTBOL		
	95 – 96	LUNES Y MIERCOLES	17,45 – 18,45	20	JUAN CARLOS			
	93 – 94	MARTES Y JUEVES	19,00 – 20,15	20	BORJA			
	91 - 92	LUNES Y MIÉRCOLES	19,00 – 20,30	20	BORJA			
BALONCESTO	CHICOS 97 -98	LUNES Y JUEVES	16:45 A 17:35			PAB. COLEGIO		
	CHICAS 97 - 98	MIERCOLES Y VIERNES	17,40 – 18,30 16,45 - 17,35	15	NURIA	PABELLÓN POLIDEPORTIVO		
	CHICOS 95 - 96	MARTES Y VIERNES	17,40 – 18,30 16,45 - 17,35	15	CARLOS	PABELLÓN POLIDEPORTIVO		
	CHICAS 95 – 96	MARTES Y VIERNES	16,45 – 17,35 17,40 - 18,30	15	CARLOS	PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICOS 93 – 94	LUNES Y VIERNES	18,00 – 19,00 18,35 – 19,25	15	NURIA	PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICAS 93-94	MIERCOLES Y VIERNES	18:00-19:00 15:50-16:40			PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICAS 91 – 92	MIÉRCOLES Y VIERNES	18,00 – 19,00 15,50 – 16,40	15	FERNANDO	PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICOS 91 – 92	MARTES Y JUEVES	18,00 – 19,00	15	FERNANDO	PAB. COLEGIO		
	CHICAS 89 – 90	JUEVES Y VIERNES	19,00 – 20,30 19,30 – 20,45	12	POR CONFIRMAR	PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICOS 89 - 90	MARTES Y VIERNES	19,00 – 20,30 20,45 – 22,00	12	POR CONFIRMAR	PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
	CHICAS (89-92)	JUEVES Y VIERNES	19:00-20:30 19:30-20:45			PAB. COLEGIO PAB. POLIDEP.		
PRETENIS	4 – 6	LUNES Y MIERCOLES MARTES Y JUEVES	16,45 – 17,35	12 12	DANIEL POR CONFIR.	PABELLÓN CUBIERTO		
		MARTES Y JUEVES	17,40 – 18,30	12	POR CONFIR.			
MINITENIS	7 - 12	MARTES Y JUEVES	16,45 - 17,35	14	RAÚL/ DANIEL	PISTAS TENIS		
			18,40 – 19,30	12	RAÚL /DANIEL			
			17,40 - 18,30	14	RAÚL /DANIEL			
		18,40 – 19,30	6	POR CONFIR.				
		LUNES Y MIÉRCOLES	16,45 – 17,35 17,40 – 18,30 18,40 - 19,30	7 14 14	RAÚL RAÚL/DANIEL RAÚL/DANIEL			
		LUNES Y MIERCOLES	19,35 - 20,25 15,50 – 16,40	6 6	DANIEL RAÚL			
TENIS INFANTIL	13 - 17	MARTES Y JUEVES	18,40 – 19,30 19,35 – 20,25 15,50 - 16,40	6 6 8	POR CONFIRMAR DANIEL/RAUL			
		3 SABADOS AL MES	11,35 – 12,25 12,35 – 13,25	6 8	RAÚL			
		BADMINTON	8 - 15	MARTES Y JUEVES LUNES Y MIERCOLES	15,50 - 16,40	16 16	J. MARI CARLOS	PABELLÓN CUBIERTO
				LUNES Y MIERCOLES	18,35 – 19,25	8	J. MARI	
		MARTES Y JUEVES	18,35 - 19,25	16	J. MARI			
PREDEPORTE	6 - 7	LUNES Y JUEVES	17,40 - 18,30	20	GABY	PAB. CUBIERTO		
TAEKWONDO	5 – 14	LUNES Y MIERCOLES	16,45 – 17,35	20	MARIANO	SALA POLIVALENTE		
			17,40 - 18,30	20				
	18,35 - 19,25		20	SALA A. MARCIAL				
	19,30 – 20,20		15					
PSICOM. 3 AÑOS	3	MARTES Y JUEVES	16,45 – 17,30	12	NURIA	SALA POLIVALEN		
PSICOM. 4 AÑOS	4	MARTES Y JUEVES	17,40 – 18,25	15	NURIA	SALA POLIVALEN		
PSICOM. 5 AÑOS	5	MARTES Y JUEVES	16,45 – 17,30	15	POR CONFIR.	PAB. CUBIERTO		
BICICLETA DE	96 A 98	MARTES Y JUEVES 3 SABADOS AL MES	16,45 – 17,35 16,00 – 17,00	15	JUAN	PABELLÓN		

MONTAÑA	93 A 95	MARTES Y JUEVES 3 SABADOS AL MES	17,40 – 18,30 12,00 – 13,30	15	CARLOS	SALA POLIVA. EXTERIOR
ESGRIMA	10- 15	3 PRIMEROS SABADOS DE CADA MES	11,00 – 11,50	15	JAVIER	SALA POLIVALENTE

Información e inscripciones

ii Comenzamos un nuevo curso deportivo, con nuevos proyectos y nuevas ilusiones!!

Os presentamos las Actividades y Escuelas Deportivas para el curso 2006 - 2007.

Esperamos que la nueva oferta de actividades y horarios sea de vuestro agrado y que encontréis esa actividad que estabais buscando. Este año, ofertamos (dentro de nuestras posibilidades) nuevos grupos de aquellas actividades más demandadas por vosotros, para ir adaptándonos a las nuevas tendencias en actividad física.

NOTA: El P.D.M. de Hoyo de Manzanares, se reserva el derecho de cambiar el horario y lugar donde se imparta alguna actividad por motivos de fuerza mayor. Igualmente se reserva el derecho de suprimirla en caso de no completarse el mínimo de alumnos establecido.

Fechas de inscripción

Hasta el 20 de Septiembre.

Permanecerán expuestos los listados provisionales de admitidos. Podrás confirmar horarios, monitores, etc. En caso de querer anular o cambiar de horario ahora es cuando debes hacerlo.

LOS ALUMNOS QUE NO REALICEN CAMBIO ALGUNO, SE SUPONE QUE DESEAN CONTINUAR EN ESE GRUPO Y HORARIO RESERVADO, SIN POSIBILIDAD A PARTIR DE ESTA FECHA DE SOLICITAR DEVOLUCIÓN DE LA CANTIDAD ABONADA EN CONCEPTO DE RESERVA.

HORARIO DE INSCRIPCIÓN:

De lunes a viernes, de 10,00 a 13,00 y de 17,00 a 20,00 horas.

MÁS INFORMACIÓN:

Teléfono 91 856 59 32 ó 91 856 64 15

Cuotas trimestrales de las Actividades Deportivas para el curso 2006 - 2007

MATRICULA ANUAL 11,55 EUROS / AÑO

- TODOS LOS NACIDOS ENTRE EL AÑO 1998 Y 1991 NO TIENEN QUE ABONAR MATRICULA.

- LOS DEPORTES FEDERADOS TENDRAN QUE ABONAR LA LICENCIA FEDERATIVA EN LUGAR DE LA MATRÍCULA.

- El P.D.M. se reserva el derecho de modificar los Precios Públicos a principios del año 2007.

ACTIVIDADES DE ADULTOS

	<u>CUOTA/TRIMESTRE</u> <u>EUROS / ABONADO</u>
Aerobic/step, 2 sesiones/semana	28 €
Aerobic/step, 3 sesiones / semana	42 €
Bádminton	42 €
Esgrima fin de semana	28 €
Gimnasia de Mantenimiento (3 ses/semana)	42 €
Gimnasia de mantenimiento con pesas	28 €
Karate	42 €
Método Pilates	57 €
Taekwondo	57 €
Tai-chi / Chi-kung	57 €
Tenis	55 €
Tenis fin de semana	42 €
Yoga	57 €

ACTIVIDADES INFANTILES

	<u>CUOTA/TRIMESTRE</u> <u>EUROS / ABONADO</u>
Bádminton	30 €
Baloncesto	21 €
Bicicleta de montaña	21 €
Esgrima	48 €
Esgrima 3 sábados al mes	21 €
Fútbol	21 €
Gimnasia Rítmica	33 €
Judo	33 €
Karate	33 €
Predeporte	21 €
Psicomotricidad	21 €
Taekwondo	36 €
Tenis fin de semana	39 €
Tenis, mini tenis y pretenis	36 €
Yoga	36 €

NOTA: LAS CUOTAS PARA NO ABONADOS SERÁN EL DOBLE QUE LAS DE LOS ABONADOS.

¿CÓMO PUEDO ABONARME Y CUANTO ME CUESTA?

Hay dos tipos de abonos:

1. FAMILIARES. Podrán hacerse abonados familiares, los cónyuges e hijos menores de 18 años. El precio es de 33,00 euros empadronados y 66,00 € no empadronados.
2. INDIVIDUALES. Podrán abonarse todos aquellos que lo deseen independientemente de la edad. El precio es de 20,00 euros empadronados y 40,00 € no empadronados.

TODOS LOS ABONOS QUE SE HAGAN EN EL ÚLTIMO TRIMESTRE DEL AÑO, PAGARAN EL 50% DE LA CUOTA.

ALQUILER INSTALACIONES

ABONADOS		
PISTA	PRECIO EUROS	PRECIO EUROS
BADMINTON	3,50 €	7,00 €
BADMINTON CON LUZ	3,50 €	7,00 €
CAMPO DE FUTBOL	36,00 €	72,00 €
CAMPO DE FUTBOL CON LUZ	55,00 €	110,00 €
FRONTON	3,50 €	7,00 €
FRONTON CON LUZ	6,00 €	12,00 €
FUTBOL SALA	15,00 €	30,00 €
FUTBOL SALA CON LUZ	20,00 €	40,00 €
PABELLON	20,00 €	40,00 €
PABELLON CON LUZ	26,00 €	52,00 €
TENIS	3,50 €	7,00 €
TENIS CON LUZ	6,00 €	12,00 €

HORARIO DEL POLIDEPORTIVO

DE LUNES A VIERNES

Mañanas: de 8,30 a 13,00
Tardes: de 16,00 a 22,15

HORARIO DE OFICINA

DE LUNES A VIERNES

Mañanas: de 10,00 a 13,00
Tardes: de 17,00 a 20,00

SABADOS

Mañanas: de 9,00 a 13,30
Tardes: de 16,00 a 21,00

DOMINGOS

Mañanas: de 9,00 a 13,30



PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL
C/ Las Eras, S/n
HOYO DE MANZANARES -Madrid-