

ARANGUREN IBARREKO UDAL KIROL EGITARAUA 2019/2020 IKASTURTEA

Udal kirol egitarauko jardueretako parte hartzea bi lauhilabetetan ezarrita dago:

1. lauhilekoa.- 2019ko irailaren 30etik 2020ko otsailaren 8ra.
2. lauhilekoa.- 2020ko otsailaren 10etik ekinaren 6ra.

Behin lehen lauhilekoa bukatuta, jarraitu nahi duten pertsonak jardueran beren jarraipena baieztatuz egin ahalko dute. 2. lauhilekorako sortutako hutsuneak betetzeko, aurre-izenemateko epea irekiko da.

Aurre-izenemate horietarako datak garaiz jakinaraziko dira.

IZEN-EMATEAK

Ondorengo telefonoetara deituz:

948 012 012 (doakoa tarifa finkoa duten telefonoetatik)

012 (deiares prezioa 0,34 euro)

Ordutegia: 8:00etatik 19:00etara

Nafarroatik kanpoko deiak telefono honetara egin beharko dira: 948012012

2019 ekainaren 4an, 5ean, 6an eta 7an.

Plazen esleipena zozketa bidez egingen da. Zozketak lehentasunen araberako hiru urrats izanen ditu. Lehenik eta behin, Aranguren Ibarrean erroldaturiko pertsonen artean egingen da. Bigarrenik, erroldatu gabeko Kirol Instalazioetako bazkideen artean eta bukatzeko, izen-ematea egin duten gainerako pertsonen artean. Zerrendak jendaurrean izanen dira ekainaren 12tik aurrera, asteazkena, Kiroldegiko iragarki-taulan edota 948 246 850 telefonora deituz.

IZEN-EMATEKO PROZEDURA

Izen-ematea arintzeko, komunikatzaile bakoitzak soilik familia unitate bereko kideak inskribatu ahalko ditu. Deia egiterakoan ondorengo datuak eman beharko dira:

- Jarduera (taldea, maila, ordutegia). (Maila eta jarduera bereko talde batean baino gehiagotan izena ematen bada, zehaztu nahiago den ordena).
- Jardueran parte hartuko duenaren Izen-abizenak eta Nortasun Agiria (baldin badu).
- Parte hartzailea adin-gabea izanez gero, guraso edota tutorearen izen-abizenak.
Jaiotze data
- Jaiotze data
- Helbidea eta posta kodea.
- Telefono zenbakia (SMS bidezko oharrak errazteko, telefono mugikor baten zenbakia ematea eskertuko dugu)

JARDUERAK IGERILEKU ESTALIAN

Instalazioetako bazkidea izatea nahitaezkoa izanen da.

<p>ESTIMULAZIOA HAURTZOENTZAT (jarduera hasi baino lehen 18 eta 36 hilabete betetako ninientzako) LEKUA.- Hidromasajeko ontzia KUOTA.- 26,00 euro/ lauhilekoa</p>		<p>1. Taldea Astelehenak.- 17:00 – 17:25 2. Taldea Astearteak.- 17:00 – 17:25 3. Taldea Ostegunak.- 17:00 – 17:25 4. Taldea Ostiralak.- 17:00 – 17:25</p>	
<p>HAURRENTZAKO IGERIKETA (Jarduera hasi baino lehen 3 urte bete dituzten haurrentzat)</p> <p>KUOTA.- 29,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>HASTAPENA 0 (Ez daki igeri egiten) LEKUA.- Hidromasajeko ontzia</p>	<p>1. Taldea (bikoitza) Astelehenak.- 17:30-18:10 2. Taldea Astelehenak.- 18:15-18:55 3. Taldea Astearteak.- 18:15-18:55 4. Taldea (euskaraz) Astearteak.- 18:15-18:55 5. Taldea (bikoitza) Asteazkenak.- 17:30-18:10 6. Taldea (euskaraz) Asteazkenak.- 18:15-18:55 7. Taldea Asteazkenak.- 18:15-18:55 8. Taldea Ostegunak.- 17:30-18:10 9. Taldea Ostegunak.- 18:15-18:55 10. Taldea (euskaraz) Ostiralak.- 17:30-18:10 11. Taldea Ostiralak.- 17:30-18:10 12. Taldea Ostiralak.- 18:15-18:55 13. Taldea Larunbatak.- 12:15-12:55</p>	
<p>KUOTA.- 29,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>HASTAPENA 1 (Mahuka-erdirik gabe metro pare bat egiteko gai da) LEKUA.- Hidromasajeko ontzia</p>	<p>1. Taldea Astelehenak.- 17:30-18:10 2. Taldea (euskaraz) Astelehenak.- 18:15-18:55 3. Taldea Astearteak.- 17:30-18:10 4. Taldea Astearteak.- 18:15-18:55 5. Taldea Asteazkenak.- 17:30-18:10 6. Taldea Ostegunak.- 17:30-18:10 7. Taldea (euskaraz) Ostegunak.- 18:15-18:55 8. Taldea Ostiralak.- 17:30-18:10 9. Taldea Ostiralak.- 18:15-18:55 10. Taldea Larunbatak.- 11:30-12:10</p>	
<p>KUOTA.- 29,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>BEHE MAILAKO HOBEKUNTZA (Mahuka-erdirik gabe igerilekuaren zabalera egiteko gai da) LEKUA.- Igeriketako igerilekua</p>	<p>1. Taldea Astelehenak.- 18:15-18:55 2. Taldea Astearteak.- 17:30-18:10 3. Taldea (euskaraz) Astearteak.- 17:30-18:10 4. Taldea Ostegunak.- 17:30-18:10 5. Taldea Ostiralak.- 18:15-18:55 6. Taldea Larunbatak.- 12:15-12:55</p>	
<p>KUOTA.- 29,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>GOI MAILAKO HOBEKUNTZA (Berak bakarrik egiten du igeri) LEKUA.- Igeriketako igerilekua</p>	<p>1. Taldea Asteazkenak.- 18:15-18:55 2. Taldea Ostegunak.- 18:15-18:55 3. Taldea Larunbatak.- 11:30-12:10</p>	

IGERIKETA ESKOLA (Igeriketa maila ona) LEKUA: Igeriketako igerilekua. Igeriketa talde honetako parte hartzea monitore arduradunak erabakiko du, mailaketa proba baten bidez. KUOTA.- 31,00 euro/ lauhilekoa BI taldeetan parte har daiteke KUOTA.- 61,00 euro/ lauhilekoa	1.Taldea	Asteazkenak. (16:30 – 17:25)
	2.Taldea	Larunbatak. (10:30 – 11:25)
HELDUENTZAKO IGERIKETA - HOBEKUNTZA LEKUA.- Igeriketako igerilekua KUOTA.- 61,00 euro/ lauhilekoa	1.Taldea	Astelehen eta asteazkenak. 19:00 – 19:40
	2.Taldea	Astelehen eta asteazkenak. 19:45 – 20:25
AQUAEROBIC LEKUA.- Igeriketako igerilekua KUOTA. - 61,00 euro/ lauhilekoa	Grupo único	astearte eta ostegunetan 19:00 – 19:40
URETAKO FITNESS. LEKUA: Hidromasajeko ontzia. KUOTA. - 61,00 euro/ lauhilekoa	1.Taldea	Astelehen eta asteazkenak.- 19:00 – 19:40
	2.Taldea	astearte eta ostegunetan 19:45 – 20:25
*URETAKO SOINKETA ARINA. LEKUA: Hidromasajeko ontzia. KUOTA. - 61,00 euro/ lauhilekoa	1.Taldea	Astelehen eta asteazkenak.- 10:00 – 10:40
	2.Taldea	Astelehen eta asteazkenak.- 10:45 – 11:25

* **URETAKO SOINKETA ARINA** jarduera Ibarrean erroldatutako bazkideentzat da, jarduera hasi baino lehen 65 urte bete dituztenentzat bereziki (jarduera hasi baino lehen urteak bete).

Taldeko partaide kopuruak aukera ematen badu, baldintza fisikoren batengatik uretako soinketa arina behar duten 18 urtetik gorako pertsona abonatuak ere jarduera honetan parte hartzea posible izango dute.

HAURRENTZAKO JARDUERAK

* Ezartzen diren adin tarteak gutxi gora beherakoak dira, kasu bakoitzean parte hartzen duen haurraren maila ere kontuan hartuko da.

<p>XAKEA (Mugatutako plazak) LEKUA: San Pedro Ikastetxe Publikoa KUOTA erroldatuak.- 24,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 48,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra.- 6 urtetik aurrera.</p>	<p>Ostiralak.- 17:30 – 18:25</p>
<p>GIMNASIA ERRITMIKOA (Mugatutako plazak) LEKUA: San Pedro Ikastetxe Publikoa KUOTA erroldatuak.- 48,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 96,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>1.Taldea.- 5 – 6 urte</p>	<p>Astearte eta ostegunak.-17:30 – 18:25</p>
	<p>2.Taldea.- 7 – 8 urte</p>	<p>Astearte eta ostegunak.- 18:30 – 19:25</p>
	<p>3.Taldea.- 9 urtetik aurrera</p>	<p>Astearte eta ostegunak.-19:30 – 20:25</p>
<p>HAURRENTZAKO JUMPING (6 – 9 URTE) LEKUA: Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 24,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 48,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Adina.- 6 – 9 urte Bi talde larunbatetan (10:30 – 11:15 edo 11:15 – 12:00) Izena emateko unean ez da taldea aukeratu. Zozketa bidez hurrenkeraz ezarriko da taldeak betetzeko.</p>	
<p>HAURRENTZAKO JUMPING (10 – 14 URTE) LEKUA: Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 24,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 48,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra</p>	<p>Ostiralak.- 17:30 – 18:15</p>
<p>KARATE (Mugatutako plazak) LEKUA: San Pedro Ikastetxe Publikoa KUOTA erroldatuak.- 48,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 96,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>1.Taldea.- Hastapena.- 5 – 7 urte</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak- 17:30 – 18:25</p>
	<p>2.Taldea.- 8 – 10 urte</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak- 18:30 – 19:25</p>
	<p>3.Taldea.- 11 urtetik aurrera</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak- 19:30 – 20:25</p>
<p>MULTIKIROLA (Mugatutako plazak) LEKUA: Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 36,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 72,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>1.Taldea.- 4 – 6 urte (euskaraz)</p>	<p>Astearte eta ostiralak.- 17:30 – 18:10</p>
	<p>2.Taldea.- 4 – 6 urte (gazteleraz)</p>	<p>Astearte eta ostiralak.-18:15 – 18:55</p>

IRRISTAKETA (Mugatutako plazak)

LEKUA.- Udal Kiroldegia

KUOTA erroldatuak.- 48,00 euro/ lauhilekoa

KUOTA erroldatu gabeak- 96,00 euro/ lauhilekoa

Talde bakarra (bi begiralerekin)
7 urtetik aurrera

Asteazken eta ostiralak.-
18:00 – 18:55

ESKU PILOTA (Mugatutako plazak)

LEKUA.- Udal Kiroldegia

KUOTA erroldatuak.- 48,00 euro/ lauhilekoa

KUOTA erroldatu gabeak- 96,00 euro/ lauhilekoa

6 urtetik aurrera

Taldeak adina eta mailaren arabera egokituko dira
Astearte eta ostegunak, 17:00ak eta 20:00ak bitartean

HAURRENTZAKO TENISA (Mugatutako plazak)

LEKUA.- Udal Kiroldegia

Mini teniseko mailatik (5 – 6 urte)
hobekuntzako mailara.

Izena emateko unean ez da taldea aukeratuko.
Zozketa bidez mailaketa proba egiteko
hurrenkera ezarriko da eta plazak esleituko dira.

**Mailaketaren proba.- Ekainaren 12an,
arratsaldez (ordua sms bidez zehaztuko da)**

*55 minututako 2 saio astean zeharreko taldeak
Astelehenetik ostegunera

KUOTA erroldatuak.- 64,00 euro/ lauhilekoa

KUOTA erroldatu gabeak- 149,00 euro/ lauhilekoa

*85 minututako saio bakar bat astean zehar:
ostiralak arratsaldetan edo larunbatak goizetan

KUOTA erroldatuak.- 48,00 euro/ lauhilekoa

KUOTA erroldatu gabeak- 133,00 euro/ lauhilekoa

GAZTE ETA HELDUENTZAKO JARDUERAK - 16 urtetik gorakoak

<p>GAP (Mugatutako plazak) LEKUA.- Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 74,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- 98,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Astearte eta ostegunak.- 18:00 – 18:55</p>	
<p>MANTENTZE-GIMNASIA (Mugatutako plazak) KUOTA erroldatuak.- 74,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- 98,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>1. Taldea.- Intentsitate ertainekoa LEKUA.- Udal Kiroldegia</p>	<p>Astearte eta ostegunak.- 17:00 – 17:55</p>
	<p>2. Taldea.- Intentsitate ertainekoa LEKUA.- Taxoaren herria</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 20:00 – 20:55</p>
<p>PADELA (Mugatutako plazak) LEKUA.- Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 107,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- 163,00 euro/ lauhilekoa Mailaketa proba.- ekainaren 13an, arratsaldez egingo da (ordua sms bidez zehaztuko da).</p>	<p>Hastapen maila eta maila ertaineko taldeak, astean 55 minutuko saio bakarra egingo dutenak. Astelehen, astearte, asteazken edo ostegunak, 18:00etatik 20:00etara bitarteko ordutegiarekin. (talde bakoitzean lau pertsona egor go dira gehienez) Izena emateko unean ez da taldea aukeratuko. Zozketa bidez mailaketa proba egiteko hurrenkera ezarriko da eta plazak esleituko dira.</p>	
<p>PILATES KUOTA erroldatuak.- 107,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- 163,00 euro/ lauhilekoa Izena emateko unean ez da taldea aukeratuko. Zozketa bidez zerrenda bakar bat osatuko da eta horren bidez esleituko dira plaza hutsak.</p>	<p>Astelehenetik ostegunera, goizez eta arratsaldez, antolaturik egongo diren 55 minutuko bi saioko taldeak (baxu, erdi eta erdi-altuko mailak) LEKUA.- Udal Kiroldegia LEKUA.- Labianoko Kontzejua.- Astearte eta ostegunak.- 20:45 – 21:40</p>	
<p>PILATES HASTAPENENKO MAILA (Mugatutako plazak) KUOTA erroldatuak.- 107,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- 163,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra. LEKUA.- Udal Kiroldegia</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 11:00 – 11:55</p>

<p>HIPO PILATES (Mugatutako plazak) Pilates klaseak 20 minutuz hipopresibo ariketak egiten. KUOTA errolatuak.- 107,00 euro/ lauhilekoa KUOTA errolatu gabeak- 163,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra LEKUA.- Udal Kiroldegia</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 9:00 – 9:55</p>
<p>3. ADINEKOENTZAKO PILATES Pilates jarduera ahal izanez gero 65 urtetik gorako pertsoneri egokitua. (Mugatutako plazak) KUOTA errolatuak.- 53,50 euro/ lauhilekoa KUOTA errolatu gabeak- 81,50 euro/ lauhilekoa</p>	<p>1. Taldea. LEKUA.- Udal Kiroldegia</p> <p>2. Taldea. LEKUA.- Udal Kiroldegia</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 10:00 – 10:55</p> <p>Astearte eta ostegunak.- 10:00 – 10:55</p>
<p>FITNES PROGRAMA Astean zehar banatutako jarduera ezberdinen ariketa fisikoko programa. (Egutegia ikusi) LEKUA.- Udal Kiroldegia</p> <p>Programa honetan eskaintzen diren jardueretan parte hartzeko, oro har, egoera fisiko ona izatea ezinbestekoa da. Halaber, izena eman baino lehen sendagilearekin hitz egitea GOMENDATZEN DUGU.</p> <p>KUOTA errolatuak.- 107,00 euro/ lauhilekoa KUOTA errolatu gabeak- 163,00 euro/ lauhilekoa</p>		
<p>TAI-CHI (Mugatutako plazak) LEKUA.- Ibarreko Kultur Etxea KUOTA errolatuak.- 83,00 euro/ lauhilekoa KUOTA errolatu gabeak.- 144,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra.- Erdiko Maila.</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 20:00 – 21:25</p>
<p>HELDUENTZAKO TENISA LEKUA.- Udal Kiroldegia KUOTA errolatuak.- 113,00 euro/ lauhilekoa KUOTA errolatu gabeak- 199,00 euro/ lauhilekoa Mailaketa proba.- ekainaren 13ean, arratsaldean (ordua sms bidez zehaztuko da)</p>	<p>Hastapenetik hobekuntzara bitarteko mailetako taldeak. 55 minutuko 2 saio astean. Astelehenean ostegunera (19:30etik aurrera) Izena emateko unean ez da taldea aukeratuko Zozketa bidez mailaketa proba egiteko hurrenkera ezarriko da eta plazak esleituko dira.</p>	

<p>YOGA (Mugatutako plazak) LEKUA.- Ibarreko Kultur Etxea KUOTA erroldatuak (3 ordu).- 83,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak (3 ordu).- 144,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatuak (2,5 ordu).- 69,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak- (2,5 ordu).- 121,00 euro/</p>	<p>1. Taldea.- Erdiko Maila</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 17:00 – 18:25:25</p>
	<p>2. Taldea.- Erdiko Maila</p>	<p>Astelehen eta asteazkenak.- 18:30 – 19:55</p>
	<p>3. Taldea.- Hastapeneko eta erdiko Maila</p>	<p>Astearte eta ostegunak.- 18:00 – 19:15</p>
<p>3. ADINEKOENTZAKO GIMNASTIKA (Mugatutako plazak) LEKUA.- Udal Kiroldegia KUOTA erroldatuak.- 26,00 euro/ lauhilekoa KUOTA erroldatu gabeak.- 65,00 euro/ lauhilekoa</p>	<p>Talde bakarra 65 urtetik gorako pertsoneri edo sasoi-betean ez dauden pertsoneri egokitua.</p>	<p>Astearte eta ostegunak.- 11:30 – 12:25</p>

IBILKETA NORDIKOAK PROGRAMA (Urriaren 20tik aurrera)

Ibilketa nordikoak (16 urtetik gora)

Aranguren Ibarreko Udal Kirodegitik irteera izango da.

Egunak.- Igandeak

Ordutegia.- 9:30etatik 12:00etara

Ibilketa bakoitzarako izen-emateak astean zehar egin behar dira, Kiroldegiko sarbide-kontrolan.

FITNES PROGRAMA (EGUTEGIA)

(egutegi hau 2. lauhilekorako alda daiteke parte-hartzea eta interes orokorraren arabera)

ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
10:30 - 11:25 GAP	9:30 - 10:25 AEROBIC		9:30 - 10:25 AEROBIC	10:30 - 11:25 JUMPING
17:30 - 18:25 STEP		17:30 - 18:25 ZUMBA		
18:30 - 19:10 YOGA BALANCE	19:00 - 19:40 METABOLIKO ENTRENAMENDUA	18:30 - 19:10 COMBAT FIT	19:00 - 19:40 HIIT - GAP	
19:15 - 20:10 BODY TONIC	19:45 - 20:25 COMBO	19:15- 19:55 STICKFIT	19:45 - 20:25 TARTEKAKO ENTRENAMENDUA	18:15 - 19:10 JUMPING
20:15 - 20:55 ZUMBA	20:30 - 20:55 CORE HIPOPRESIBOAK (Txandakatzen)	20:00 - 20:55 BODY TONIC	20:30 - 20:55 STRECHING ERLAXAZIOA	

Saio ezberdinetan sartzea libre izango da izena eman duten pertsonentzat beti ere gelako gehienezko edukiera errespetatuz (jardueraren arabera 20 pertsona inguru edo 15 pertsona Jumpingen)

MARTERCLASS Irailean jarduera berriak ezagutzeko (COMBO, JUMPING, STICK FIT, COMBAT FIT, METABOLIKO ENTRENAMENDUA)

Data eta parte hartzeko modua garaiz jakinaraziko dira.

S.D.R.G TAJONAR ELKARTEAREKIN LANKIDETZAN ANTOLATUTAKO JARDUERAK

(Elkarteko instalazioetan egingo dira)
(Aranguren Ibarrean erroldatuentzat soilik)

Elkarte horrekin dugun hitzarmenari jarraiki, Aranguren Ibarrean erroldatutakoek elkarte horretako kideen prezio beran parte hartu ahal izanen dute eskaintza horretako jardueretan (Kirol Bonorako eta beste batzuk espresuki markatuak izan ezik).

Izen-ematea Aranguren Ibarreko Kirol Zerbitzuko kirol programaren gainerako izen-emateekin batera egingen da (Kirol Bonorako izen-emateak izan ezik). Jarduera hauek 2019ko irailaren 16tik aurrera egingen dira.

CICLO INDOOR

- 1 TALDEA – astelehen eta asteazkenak (18:30-19:30)
- 2 TALDEA – astelehen eta asteazkenak (19:30-20:30)
- 3 TALDEA – astelehen eta asteazkenak (20:30-21:30)
- 4 TALDEA – astearte eta ostegunak (18:15-19:15)
- 5 TALDEA – astearte eta ostegunak (19:15-20:15)
- 6 TALDEA – astearte eta ostegunak (20:15-21:15)
- 7 TALDEA – astelehen eta ostegunak, goizez (10:15 – 11:15)

HAURRENTZAKO PADELA

Izen-emateko zerrenda bakarra

5 urtetik gorako haurrentzat. Hastapen eta hobekuntza mailak.
Mailaketa proba eta ordutegi banaketa egiteko deialdia telefonoz egingo da.

HELDUENTZAKO PADELA (hobekuntza)

Izen-emateko zerrenda bakarra

Mailaketa proba eta ordutegi banaketa egiteko deialdia telefonoz egingo da.

JARDUERAK-BONO PROGRAMA

Izen-emateak abuztutik aurrera S.D.R.G Tajonar elkarte

Bono honek jarduera ezberdinen programa batean parte hartzeko aukera ematen dizu. Aukera ezberdinak daude: arratsaldez bakarrik, goizez bakarrik edo txandaka.

Argibide gehiagorako (jardueri, kuotei eta Kirol-bono programarako izen-emateko datei buruz):

Tel: 948 230 046 e-mail: oficina@tajonar.org

KLUBEK ANTOLATUTAKO KIROL JARDUERAK

(Aranguren Ibarreko Udalarekin sinatutako hitzarmenaren bidez)

★ TRIATLOIA

UMEENTZAKO (Eskola/Taldea) (2001 – 2012)

Astelenak.- Atletismo

Astearke, ostegun eta ostiralak.- Igeriketa

Asteazken eta larunbatak.- Txirrindularitza

Ordutegia adinaren arabera izango da.

HELDUENTZAKO TALDEA (2000tik aurrera)

Astearkeak.- Lasterketaren teknika

Ostegunak.- Igeriketa

Ateraldiak/entrenamenduak txirrindularekin WhatsApp-ez

Argibide gehiago eta izen-ematea:

triatlonaranguren@hotmail.es triatlonaranguren@hotmail.es

★ SASKIBALOA

2019an 4 urte edo gehiago bete dituztenentzat.

Argibide gehiagorako: www.mutilbasket.com - deportes@mutilbasket.com

★ FUTBOLA

2019an 6 urte edo gehiago bete dituztenentzat.

Izena emateko edo argibide gehiagorako: mutilvera@mutilvera.com

★ TXIRRINDULARITZA

2019an 6 urte edo gehiago bete dituztenentzat.

Jarduera hau 2020ko martxoan hasiko da.

Argibide gehiagorako: www.asociacionciclistaaranguren.com

GARRANTZITSUA

★ **Borondatezko kirol jarduera hauetan izandako istripu edo lesioak, norberak duen aseguruaren kargu joango dira. EDOZEIN JARDUERA EGIN HAURRETIK MEDIKUARI GALDETZEA AHOLKATZEN DA.**

★ Jardueren garapena gutxieneko kopuru batetara lotuta dago, eta gutxieneko kopuru hori beteko ez balitz, jarduera bertan behera geldituko litzateke. Txanda bakoitzaren hasieran baloratuko da baldintza hori betetzen den edo ez.

★ Igerileku estaliko ikastaro guztiak, Aranguren Ibarreko Kiroldegian abonatuak daudenentzat dira (hitzarmen edota gizarte babeseko egoerak salbu). Erroldaturik ez dauden abonatuak uretako jardueretan parte har dezakete baldin eta hutsune bat balego.

★ Haurtxoentzako igeriketa ikastaroetan guraso baten presentzia eta parte hartzea derrigorrezkoa izango da. Halaber, haurtxoek uretarako pixoihal berezia eraman beharko dute.

★ Adin txikikoek heldu baten laguntza beharko dute aldageletara sartzeko eta igerilekuko sarbidera ere heldu batek lagunduta joan beharko dute. Ikastaroa bukatu eta gero, helduak leku horretan bertan jaso beharko du adin txikikoa. Gogorarazten da igerilekura sartzeko bainujantzia eta oinetako egokiak behar direla, baita uretako txanoa ere.

★ Haurren baten batek berari ez dagokion igeriketa-mailan izena eman badu, kanpaina behin hasita dagokion mailan kokatzeko ahalegina egingo da; bere mailan hutsunerik ez balego itxaron-zerrendan geratuko litzateke.

★ Haurrentzako igeriketa egiteko, maila berdineko talde batean baino gehiagotan izena eman daiteke, taldeak ongi betetzeko. Behin plazak esleituta, taldez aldatu nahi duen haurra aukeratutako taldeko itxaron-zerrendako azken postura pasako da.

★ Haurrentzako jardueretan (kirol eskolak eta haurrentzako igeriketa) %10eko deskontua aplikatuko zaie familia ugariko neska-mutilei. Horretarako, izena ematerakoan familia ugariaren txartela eraman beharko dute Kirol Zerbitzura. Agiri hori gabe ez da deskonturik egingo.

★ 2019. urtean edo lehenago 65 urte bete dituztenek %50eko beherapena edukiko dute egitarau honetako jardueretan, 3. adinekoentzako gimnastikan eta pilatesen izan ezik.

★ Behin plazak zozketaz esleituta, zerrendak Kiroldegian jendaurrean jarriko dira, eta onartutako pertsonak aste bateko epea izango dute BERRESPEN ORRIA helarazteko. Orri horretan ikastaroko kuotak kobratzeko kontu korrante zenbakia agertuko da, edo bestela, orriarekin batera, Kiroldegiko harreran jasotako eta behar den entitatean ordainketa egin izanaren frogagiria ere helaraziko da.

★ Udalaren kirol jardueretan eta beraien erakustaldietan argazkiak edo bideoak egiten ahalko dira udal-zabalkundean erabiltzeko. Norbaitek bere irudia edo bere ardurapeko adingabeena ez badu erreproduziturik izatea nahi, Udalaren kirol zerbitzuarekin harremanetan jarri beharko du, 948 246 850 telefonora deituz edo ondorengo posta elektronikoa: kviedma@aranguren.e

★ Datu Pertsonalak Babesteko abenduaren 13ko 15/1999 Lege Organikoan ezarritakoa betetzeko, jakitera ematen dizugu jasotako datuak Aranguren Ibarreko Udala jabe duen fitxategi informatiko batean jasoko direla 2019/20 ikasturteko kudeaketarako. Izen, abizen eta telefonoari buruzko datuak kontratu bidez Aranguren Ibarreko Udalarekin lotuta dagoen kirol zerbitzuak kudeatzen dituen enpresari jakinaraziko zaizkio kirol jardueren garapenerako eta erabiltzaileekin harremanak errazteko. Halaber, jakitera ematen dizugu baduzula datu horiek eskuratu, zuzendu edo ezabatu nahi dituzula edo jarri nahi ez dituzula adierazteko eskubidea. Ezabatzeko eskubideak jardueran baja ematea eta zerbitzuaren desagerpena dakar (datuak jarduerako zerrendatik desagertuko bailirateke).