

# PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL CURSO 2021 - 2022 Y CAMPAÑA VERANO 2021



Ayuntamiento del Valle de  
**ARANGUREN**  
Ibarreko Udala



**Nafarroako Gobernua**  
**Gobierno de Navarra**

# OFERTA DEPORTIVA PARA LA CAMPAÑA DE VERANO 2021 Y CURSO 2021/2022

---

La situación de emergencia sanitaria por efecto del Covid-19 en la que nos encontrábamos en Junio de 2020 afectó a la programación deportiva municipal, suspendiéndose la oferta para la Campaña de verano 2020 y modificando la oferta en cuanto a aforos y duración de las sesiones del curso 2020/2021.

Este año proponemos retomar la oferta deportiva para la Campaña de Verano y lanzamos también en este mismo folleto la propuesta del Servicio de Deportes del Valle de Aranguren para el curso 2021/2022.

Sin embargo, lo establecido en este programa no deja de ser una previsión en una situación todavía de incertidumbre en cuanto a la evolución de la infección que ha generado esta crisis sanitaria y por lo tanto puede verse modificado en cualquiera de sus términos.

## CAMPAÑA VERANO 2021

- Natación
- Tenis infantil
- Patinaje infantil

## PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL – CURSO 2021/2022

### ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y PERSONAS ADULTAS.-

- Fitnes Acuático
- Gap
- Gimnasia de mantenimiento
- Hipopilates
- Natación
- Padel
- Pilates
- Programa Fitnes
- Taichi
- Tenis
- Entrenamiento metabólico (Total Body Workout)

### PLAN DEPORTE Y SALUD (en colaboración con el Centro de Salud de Mutilva)

### MARCHAS NORDICAS

### ACTIVIDADES INFANTILES.-

- Gimnasia Rítmica
- Karate
- Multideporte
- Natación
- Patinaje (línea)
- Pelota mano
- Tenis
- Jumping

### ACTIVIDADES PARA MAYORES (3ª EDAD).-

- Gimnasia para 3ª edad
- Gimnasia suave en el Agua
- Pilates 3ª edad

# CAMPAÑA VERANO 2021

---

## ACTIVIDADES

• **NATACIÓN** (para cada una de las tandas) (para niños y niñas a partir de 3 años cumplidos antes del 19 de julio de 2021)

1.- Iniciación 0.- de 12:00 a 12:30

2.- Iniciación 0.- de 12:30 a 13:00

3.- Iniciación 1.- de 11:30 a 12:00

4.- Iniciación 1.- de 12:30 a 13:00

5.- Perfeccionamiento Bajo.- de 12:00 a 12:30

6.- Perfeccionamiento Alto.- de 11:30 a 12:00

### Nota aclaratoria niveles de natación:

Iniciación 0.- no se mantiene en el agua

Iniciación 1.- nada hasta 3 metros sin ayuda

Perfeccionamiento Bajo.- nada hasta 6 metros sin ayuda

Perfeccionamiento Alto.- nada el ancho de la piscina sin ayuda

• **TENIS** (para cada una de las tandas)

(para niños y niñas a partir de 7 años cumplidos antes del 19 de julio de 2021)

Nivel de iniciación y perfeccionamiento con dos horarios posibles:

1.- de 10:00 a 11:00

2.- de 11:00 a 12:00

Los niveles se establecen el primer día de la tanda, distribuyendo a los niños y niñas por edad y nivel. Por lo tanto el primer día de actividad en cada una de las tandas se convoca a todos los niños y niñas a las 9:45 horas.

• **PATINAJE**

Grupo único.- de 11:00 a 12:00, para niños y niñas con edades a partir de 7 años cumplidos antes del 19 de julio de 2021

## TANDAS

1ª.- Del 19 al 30 de julio

2ª.- Del 3 al 13 de agosto

3ª.- Del 16 al 27 de agosto

## INSCRIPCIONES

Llamando al teléfono 948 012 012

(gratuito para teléfonos con tarifa plana)

De 8:00 a 18:00 horas.

Los días 7, 8, 9 y 10 de junio

**DATOS A APORTAR** (llamada):

- Nombre y Apellidos
- Fecha de nacimiento
- Domicilio, teléfono y dirección de correo electrónico.
- Actividad, Tanda y Nivel
- Horario (excepto en Tenis)
- Si desea pagar con tarjeta (nº de tarjeta de crédito)

## ADJUDICACIÓN DE PLAZAS

Las plazas se adjudicarán en orden de llamada.

## PRECIO

Natación.- 20 euros/tanda (personas empadronadas)

Natación.- 24 euros/tanda (personas no empadronadas abonadas)

Tenis y patinaje.- 30 euros/tanda (personas empadronadas)

Tenis y patinaje.- 36 euros/tanda (personas no empadronadas abonadas)

# PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL CURSO 2021/2022

El programa de actividades dará comienzo el 4 de octubre de 2021 y finalizará el 4 de junio de 2022 (excepto las actividades que se realizan en las instalaciones de la S.D.R.G.Tajonar)

## **ACTIVIDADES INFANTILES EN PISCINA CUBIERTA** (sólo para personas abonadas a las instalaciones)

**ESTIMULACIÓN PARA BEBES** (bebés entre 18 y 36 meses cumplidos antes del 1 de octubre de 2021).

**CUOTA.-** 28 euros/cuatrimestre

**NATACION INFANTIL** ( a partir de 3 años cumplidos antes del 1 de octubre de 2021)

- o Nivel Iniciación 0.- No se mantiene en el agua.
- o Nivel Iniciación 1.- nada hasta 3 metros sin ayuda.
- o Nivel Perfeccionamiento Bajo.- nada hasta 6 metros sin ayuda.
- o Nivel Perfeccionamiento Alto.- nada el ancho de la piscina sin ayuda.

**CUOTA.-** 32 euros/cuatrimestre

**ESCUELA DE NATACIÓN** (buen nivel de natación)

**CUOTA.-** 34 euros/cuatrimestre



# GRUPOS

## ESTIMULACION PARA BEBES

Grupo 1	Lunes.- 17:00-17:25
Grupo 2	Martes.- 17:00-17:25
Grupo 3	Jueves.- 17:00-17:25
Grupo 4	Viernes.- 17:00-17:25



## NATACION INFANTIL

<b>INICIACION 0</b>	Grupo 1	Lunes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 2 (euskera)	Lunes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 3	Lunes.- 18:15 – 18:55
	Grupo 4	Martes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 5 (euskera)	Martes.- 18:15 – 18:55
	Grupo 6	Miércoles.- 17:30 – 18:10
	Grupo 7 (euskera)	Miércoles.- 18:15 – 18:55
	Grupo 8 (euskera)	Jueves.- 17:30 – 18:10
	Grupo 9	Jueves.- 18:15 – 18:55
	Grupo 10	Viernes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 11	Viernes.- 18:15 – 18:55
	Grupo 12	Sábado.- 12:15 – 12:55

<b>INICIACION 1</b>	Grupo 1	Lunes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 2 (euskera)	Lunes.- 18:15 – 18:55
	Grupo 3	Martes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 4	Martes.- 18:15 – 18:55
	Grupo 5	Miércoles.- 17:30 – 18:10
	Grupo 6	Jueves.- 17:30 – 18:10
	Grupo 7 (euskera)	Jueves.- 18:15 – 18:55
	Grupo 8	Viernes.- 17:30 – 18:10
	Grupo 9	Sábado.- 11:30 – 12:10

## PERFECCIONAMIENTO BAJO

Grupo 1	Lunes.- 18:15 – 18:55
Grupo 2 (euskera)	Martes.- 17:30 – 18:10
Grupo 3	Miércoles.- 18:15 – 18:55
Grupo 4	Jueves.- 17:30 – 18:10
Grupo 5	Viernes.- 18:15 – 18:55
Grupo 6	Sábado.- 12:15 – 12:55

## PERFECCIONAMIENTO ALTO

Grupo 1	Martes.- 18:15 – 18:55
Grupo 2	Jueves.- 18:15 – 18:55
Grupo 3	Sábado.- 11:30 – 12:10

## ESCUELA DE NATACION.

Grupo 1	Miércoles.- 16:30 – 17:25
Grupo 2	Sábado.- 10:30 – 11:25

## ACTIVIDADES INFANTILES (SECO)

**GIMNASIA RITMICA.-** A partir de 6 años.

**CUOTA emp.-** 53 euros/cuatrimestre. / **CUOTA no emp.-** 106 euros/cuatrimestre

**JUMPING.-** A partir de 6 años.

**CUOTA emp.-** 26,50 euros/cuatrimestre. / **CUOTA no emp.-** 53 euros/cuatrimestre

**KARATE.-** A partir de 6 años.

**CUOTA emp.-** 53 euros/cuatrimestre. / **CUOTA no emp.-** 106 euros/cuatrimestre

**MULTIDEPORTE.-** Entre 4 y 6 años.

o Grupo en euskera y grupo en castellano.

**CUOTA emp.-** 40 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 79,50 euros/cuatrimestre

**PATINAJE (línea).-** A partir de 7 años.

**CUOTA emp.-** 53 euros/cuatrimestre. / **CUOTA no emp.-** 106 euros/cuatrimestre

**PELOTA.-** A partir de 6 años.

**CUOTA emp.-** - 53 euros/cuatrimestre. / **CUOTA no emp.-** 106 euros/cuatrimestre

**TENIS INFANTIL.-** A partir de 6 años.

o Grupos de dos sesiones semanales.- **CUOTA emp.-** 70,50 euros/cuatrimestre./

**CUOTA no emp.-** 164 euros/cuatrimestre

o Grupos de una sola sesión semanal (viernes o sábados).- **CUOTA emp.-** 53 euros/cuatrimestre /

**CUOTA no emp.-** 146,50 euros/cuatrimestre



## GRUPOS

\*Las franjas de edad que se proponen son a título orientativo, en cada caso también se tendrá en cuenta el nivel del niño o niña participante. En todos los casos los años cumplidos antes del 1 de octubre de 2021

### GIMNASIA RITMICA (en el Polideportivo)

Grupo Iniciación .- 6 - 7 años - Martes y jueves.- 17:00 – 18:00  
Grupo Iniciación.- 8 - 11 años - Martes y jueves.- 18:00 – 19:00  
Grupo Competición.- 8 - 10 años - Martes y jueves.- 18:00 – 19:00  
Grupo Competición.- A partir de 11 años - Martes y jueves.- 19:00 – 20:00

(los horarios en los grupos de competición pueden ser modificados)

**JUMPING** (en el Polideportivo) Grupo único - Jueves.- 17:30 – 18:15

### KARATE (en el Polideportivo)

Grupo iniciación.- 6 – 7 años - Lunes y miércoles.- 17:30 – 18:25  
Grupo iniciación.- 8 – 10 años - Lunes y miércoles.- 18:30 – 19:25  
Grupo medio (cinturón amarillo-naranja).- Lunes y miércoles.- 18:30 – 19:25  
Grupo avanzado (a partir de cinturón naranja-verde. - Lunes y miércoles.- 19:30 – 20:25

### MULTIDEPORTE (en el Polideportivo)

Grupo en euskera - Martes y viernes.- 17:30 – 18:10  
Grupo en castellano - Martes y viernes.-18:15 – 18:55

### PATINAJE (línea) (en el Polideportivo)

Grupo único - Miércoles y viernes.- 17:15 – 18:10

### PELOTA MANO (en el Polideportivo)

Se distribuirán los grupos en función de la edad y/o nivel. Los martes y jueves entre las 17:00 y las 20:00.

### TENIS INFANTIL (en el Polideportivo)

A la hora de realizar la inscripción no se elegirá grupo.  
Mediante sorteo se establecerá un orden para realizar una prueba de nivel y adjudicar las plazas.  
Prueba de Nivel.- 20 de septiembre por la tarde (se enviará la hora por sms)



## ACTIVIDADES PARA JOVENES Y PERSONAS ADULTAS EN LA PISCINA CUBIERTA

(a partir de 15 años y sólo para personas abonadas a las instalaciones)

**NATACION** (perfeccionamiento). Actividad dirigida al perfeccionamiento en la práctica de la natación como método para fortalecer los músculos, la resistencia y la capacidad aeróbica.

Grupo único - Lunes y miércoles.- 19:00 – 19:40

**CUOTA.-** 67,50 euros/cuatrimestre

**FITNES ACUATICO.-** Ejercicios de tonificación muscular en el agua. Trabajo de fuerza, resistencia y flexibilidad.

Grupo 1.- Lunes y miércoles.- 19:00 – 19:40

Grupo 2.- Martes y jueves.- 19:00 – 19:40

**CUOTA.-** 67,50 euros/cuatrimestre



## ACTIVIDADES PARA JOVENES Y PERSONAS ADULTAS (a partir de 15 años) - (SECO)

**ENTRENAMIENTO METABÓLICO (TOTAL BODY WORKOUT).-** Actividad de entrenamiento físico (intensidad media-alta)

**CUOTA emp.-** 81,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 108 euros/cuatrimestre

**SE RECOMIENDA consultar con el médico para realizar esta actividad**

**GAP.-** Actividad en la que se realizan ejercicios de tonificación trabajando principalmente glúteo, abdomen y piernas.

**CUOTA emp.-** 81,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 108 euros/cuatrimestre

**GIMNASIA DE MANTENIMIENTO.-** Actividad con ejercicios de fortalecimiento de la fuerza, la resistencia, equilibrio y la flexibilidad.

o Grupo de mañana (tres días/semana).- **CUOTA emp.-** 91,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 158,50 euros/cuatrimestre

o Grupo de tardes (dos días/semana).- **CUOTA emp.-** 81,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 108 euros/cuatrimestre

o Grupo en Tajonar.- **CUOTA emp.-** 81,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 108 euros/cuatrimestre

**PADEL.-** Actividad dirigida al aprendizaje y perfeccionamiento del pádel.

Grupos de iniciación y nivel medio de una sesión semanal de 55 minutos. (lunes, martes, miércoles o jueves entre las 18:00 y las 20:00)

**CUOTA emp.-** 118 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 180 euros/cuatrimestre

**HIPOPILETES.-** Actividad en la que se combina el método pilates con gimnasia abdominal hipopresiva.

**CUOTA emp.** - 118 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 180 euros/cuatrimestre

**PILATES.-** Método de ejercicio y movimiento físico diseñado para estirar, fortalecer y equilibrar el cuerpo.

o Grupos en el polideportivo (diferentes niveles)

o Grupo en Labiano

**CUOTA emp.-** 118 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 180euros/cuatrimestre

### **PROGRAMA FITNES.-**

Programa de actividad física de alta intensidad con diferentes tipos de actividades distribuidas durante la semana en horario de mañana y de tarde. El acceso a las diferentes sesiones será libre para todas las personas inscritas en la actividad hasta completar el aforo máximo por sesión (14 personas)

**SE RECOMIENDA** consultar con el médico para participar en estas actividades.

**CUOTA emp.-** 118 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 180 euros/cuatrimestre

**TAICHI.-** Disciplina de origen chino que mejora la flexibilidad y la fuerza muscular y el equilibrio de la mente.

**CUOTA emp.-** 91,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 158,50 euros/cuatrimestre

**TENIS.-** Actividad dirigida al aprendizaje y perfeccionamiento del tenis.

o Dos sesiones semanales.- **CUOTA emp.-** 124,50 euros/cuatrimestre /

**CUOTA no emp.-** 219 euros/cuatrimestre

o Una sesión semanal (viernes).- **CUOTA emp.-** 93,50 euros/cuatrimestre /

**CUOTA no emp.-** 164,50 euros/cuatrimestre

**YOGA.-** Práctica cuya finalidad es el equilibrio físico, apaciguamiento emocional y silencio mental para comunicarse interiormente.

o Dos sesiones/semana **CUOTA emp.-** 91,50 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-**158,50 euros/cuatrimestre

o Una sesión/semana **CUOTA emp.-** 45,75 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 79,25 euros/cuatrimestre



## GRUPOS

**ENTRENAMIENTO METABÓLICO** (en el Polideportivo)  
Grupo único - Martes y jueves.- 20:00 - 21:00

**GAP** (en el Polideportivo)  
Grupo único - Martes y jueves.- 18:00 – 18:55

**GIMNASIA DE MANTENIMIENTO** (en el Polideportivo y en Tajonar)  
Grupo 1.- Lunes, miércoles y viernes.- 9:30 – 10:25  
Grupo 2.- Martes y jueves.- 17:00 – 17:55  
Grupo 3.- en Tajonar pueblo - Martes y jueves.- 20:00 – 20:55

**PADEL** (en el Polideportivo)  
A la hora de realizar la inscripción no se elegirá grupo. Mediante sorteo se establecerá un orden para realizar una prueba de nivel y adjudicar las plazas.  
Prueba de Nivel.- 21 de septiembre por la tarde (se enviará la hora por sms).

**HIPO PILATES** (en el Polideportivo)  
Grupo único -Lunes y miércoles.- 9:00 – 9:55

**PILATES** (en el Polideportivo y en Labiano)  
Grupo 1.- Nivel Medio.- Lunes y miércoles.- 16:30 – 17:25  
Grupo 2.- Nivel Medio-avanzado.- Lunes y miércoles.- 17:30 – 18:25  
Grupo 3.- Nivel Iniciación.- Lunes y miércoles.- 18:30 – 19:25  
Grupo 4.- Nivel Iniciación-medio.- Lunes y miércoles.- 19:30 -20:25  
Grupo 5.- Nivel Avanzado.- Lunes y miércoles.- 20:30 – 21:25  
Grupo 6.- Nivel Avanzado.- Martes y jueves.- 9:00 – 9:55  
Grupo 7.- Nivel Medio.- Martes y jueves.- 11:00 – 11:55  
Grupo 8.- Nivel Iniciación-medio.- Martes y jueves.- 16:30 – 17:25  
Grupo 9.- Nivel Avanzado.- Martes y jueves.- 17:30 – 18:25  
Grupo 10.- Nivel Avanzado Martes y jueves.- 18:30 – 19:25  
Grupo 11.- Nivel Avanzado.- Martes y jueves.- 19:30 – 20:25  
Grupo 12 (Labiano).- Nivel Medio.- Lunes y miércoles.- 20:30 – 21:25



### **Nota aclaratoria niveles:**

**Iniciación.-** Toma de contacto con los ejercicios (método pilates)

**Medio.-** Ejecución suave de ejercicios.

**Avanzado.-** Ejecución correcta de ejercicios.

## TAI-CHI (en la Casa de Cultura)

Grupo único.- Nivel medio - Lunes y miércoles.- 19:45 – 21:00

## TENIS ADULTOS (en el Polideportivo)

Grupos de 2 sesiones semanales de lunes a jueves (a partir de las 19:30) o grupo los viernes a las 19:00

A la hora de realizar la inscripción no se elegirá grupo. Mediante sorteo se establecerá un orden para realizar una prueba de nivel y adjudicar las plazas.

Prueba de Nivel.- 21 de septiembre por la tarde (se enviará la hora por sms).

## YOGA (en la Casa de Cultura)

Grupo 1 - Lunes y miércoles.- 17:00 – 18:15

Grupo 2 - Lunes y miércoles.- 18:15 – 19:30

Grupo 3 - Martes y jueves.- 18:00 – 19:15

Grupo 4 - Solo martes.- 19:30 -21:00

Grupo 5 - Lunes y miércoles.- 10:00 – 11:15



## PROGRAMA FITNES (en el polideportivo)

## CALENDARIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10:30 - 11:25 GAP + CORE	9:30 - 10:25 AEROBIC		9:30 - 10:25 AEROBIC	10:30 - 11:25 JUMPING+ZUMBA
17:30 - 18:25 STEP		17:30 - 18:25 ZUMBA		17:30 - 18:25 JUMPING+ZUMBA
18:30 - 19:10 YOGA-BALANCE	19:00 - 19:40 ENTRENAMIENTO METABOLICO	18:30 - 19:10 HIP-HOP	19:00 - 19:40 BODY TONIC	
19:15 - 20:10 BODY TONIC	19:45 - 20:45 GAP+CORE	19:15- 20:10 BODYTONIC	19:45 - 20:45 GAP + STRECHING	
20:15 - 20:55 ZUMBA		20:15 - 20:55 ENTRENAMIENTO METABÓLICO		

## ACTIVIDADES PARA PERSONAS MAYORES (3ª EDAD)

**GIMNASIA SUAVE EN EL AGUA.-** Actividad de fortalecimiento de la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio en el agua dirigida preferentemente a personas mayores de 65 años, abonadas o empadronadas en el Valle. Si el cupo del grupo lo permite, podrá participar en esta actividad toda persona abonada mayor de 18 años que lo necesite por algún condicionante físico.

**CUOTA emp.-** 67,50 euros/cuatrimestre

**GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (3ª EDAD).** Actividad de gimnasia adaptada a personas mayores.

**CUOTA emp.-** 29 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 71,50 euros/cuatrimestre

**PILATES (3ª EDAD).** Actividad de Pilates adaptada a personas mayores.

**CUOTA emp.-** 118 euros/cuatrimestre / **CUOTA no emp.-** 180 euros/cuatrimestre

### GRUPOS

**GIMNASIA SUAVE EN EL AGUA.** (en la Piscina cubierta)

Grupo 1 - Lunes y miércoles.- 10:00 – 10:40

Grupo 2 - Lunes y miércoles.- 10:45 – 11:25

**GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (3ª EDAD)** (en el Polideportivo)

Grupo único - Martes y jueves.- 11:30 – 12:25

**PILATES 3ª EDAD** (en el Polideportivo)

Grupo 1 - Lunes y miércoles.- 10:00 – 10:55

Grupo 2 - Martes y jueves.- 10:00 – 10:55



## PROGRAMA DE MARCHAS NÓRDICAS (A partir del 10 de octubre)

Marchas nórdicas (mayores de 16 años) con salida desde el Polideportivo Municipal del Valle de Aranguren.

Recorridos por el entorno del Valle, dirigidos por monitora especializada.

Domingos, de 9:30 a 12:00

Las inscripciones para cada marcha se realizarán durante la semana previa a la misma, en Control de Accesos del Polideportivo.

**CUOTA emp.-** 7 euros / **CUOTA no emp.-** 10 euros

## ACTIVIDADES EN COLABORACION CON LA S.D.R.G Tajonar

(Exclusivamente para personas empadronadas en el Valle de Aranguren)

(a realizar en las instalaciones de dicha sociedad)

En virtud del convenio con dicha Sociedad, las personas empadronadas en el Valle de Aranguren podrán participar en las actividades de dicha oferta al mismo precio que las personas socias de la misma (excepto para el Bono de Actividades y otras señaladas expresamente durante el año en curso)

Las inscripciones se realizarán a partir de agosto en las oficinas de la propia SDRG Tajonar. Estas actividades se desarrollarán a partir del 15 de septiembre de 2021

### CICLO INDOOR

GRUPO 1.- Lunes y miércoles de 18:15 a 19:15

GRUPO 2.- Lunes y miércoles de 19:15 a 20:15

GRUPO 3.- Lunes y miércoles de 20:15 a 21:15

GRUPO 4.- Martes y jueves de 18:15 a 19:15

GRUPO 5.- Martes y jueves de 19:15 a 20:15

GRUPO 6.- Martes y jueves de 20:15 a 21:15

GRUPO 7.- Lunes y miércoles de 9:30 a 10:30 (mañanas)

### PADEL INFANTIL

Una única lista de inscritos

Para niños y niñas a partir de 5 años. Niveles de iniciación y perfeccionamiento.

Se convocará por teléfono para la prueba de nivel y distribución de horarios.

### PADEL ADULTOS (Perfeccionamiento)

Una única lista de inscritos

Se convocará por teléfono para la prueba de nivel y distribución de horarios.

### PROGRAMA BONO ACTIVIDADES (INSCRIPCIONES A PARTIR DE AGOSTO EN LA S.D.R.G TAJONAR)

Este bono te permite participar en un programa de actividades diferentes en formato sólo de tarde, sólo mañana, o a turnos.

**Mas información** (sobre precios actividades e inscripciones para el bono-deporte).- 948 230 046 / e-mail: oficina@tajonar.org



## PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

(excepto para las actividades que se realizan en la S.D.R.G. Tajonar)

Las inscripciones se realizarán llamando al teléfono 948 012 012 en horario de 8:00 a 18:00

Los días 6,7,8,9 y 10 de septiembre de 2021

Para agilizar la inscripción, la persona comunicante sólo podrá inscribir a las personas que compongan una misma unidad familiar. En el momento de efectuar la llamada deberá aportar los siguientes datos:

- Actividad (Grupo, nivel, horario). (Si se solicita inscripción en más de un grupo de la misma actividad y del mismo nivel se especificará el orden de preferencia)
- Nombre y Apellidos de la persona que va a participar en la actividad y D.N.I. (si lo tuviera)
- En el caso de participantes menores de edad, nombre y apellidos del padre, madre o tutor/a responsable.
- Fecha de nacimiento.
- Dirección y código postal.
- N° de teléfono (para facilitar los avisos vía SMS, se ruega dar el n° de teléfono móvil)

## ADJUDICACION DE PLAZAS

La adjudicación de plazas se realizará por sorteo. El sorteo se realizará en primer lugar entre las personas empadronadas en el Valle de Aranguren, en segundo lugar entre las personas que no sean empadronadas pero sí abonadas al Polideportivo Municipal y por último entre el resto de personas inscritas. Las listas provisionales se podrán consultar a partir del 16 de septiembre, en el tablón del Polideportivo o llamando al teléfono 948 246 850.



# IMPORTANTE

- Los accidentes o lesiones producidos por la práctica voluntaria de estas actividades serán cubiertos por la entidad aseguradora que cada persona tenga concertada.

SE RECOMIENDA CONSULTAR CON EL MEDICO ANTES DE REALIZAR CUALQUIER TIPO DE ACTIVIDAD.

- El desarrollo de una determinada actividad queda sujeto a un mínimo de inscripciones, y en caso de que no se alcance dicho mínimo, la actividad quedaría suspendida.
- Para participar en las actividades en la Piscina cubierta es necesario estar abonado o abonada al polideportivo del Valle de Aranguren (salvo casos excepcionales en virtud de convenios o situaciones de protección social y la actividad de Gimnasia Suave en el agua). Las personas abonadas no empadronadas podrán acceder a las actividades acuáticas siempre y cuando haya vacantes.
- En los cursos de natación para bebés será obligatoria la presencia y participación de la madre o el padre. Así mismo, los bebés deberán llevar un pañal especial para el agua.
- Los menores de edad que participen en los cursillos deberán acceder al vestuario acompañados por una persona adulta y ésta les acompañará hasta la entrada a la zona de piscina. Una vez finalizado el cursillo deberá recogerle en el mismo lugar. Se recuerda que no se puede acceder a la piscina cubierta si no es en bañador y con calzado adecuado, así como que se debe utilizar gorro de baño.
- El niño o niña que no esté inscrito/a en el nivel de natación que le corresponda, una vez iniciada la campaña se le intentará colocar en el grupo del nivel que le corresponda, pudiendo quedar en lista de espera si no hubiera vacante de su nivel.



• **BONIFICACIONES EN LAS CUOTAS.-** Se podrá solicitar bonificaciones en la cuota en los siguientes casos:

- Un 10% de descuento en las actividades infantiles en los casos de familia numerosa en los que la Base Imponible del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas no supere el salario mínimo interprofesional por miembro de la unidad familiar.
  - Un 50% de descuento en las actividades para personas adultas (excepto en Gimnasia de mantenimiento 3ª edad) a las personas mayores de 65 años cumplidos antes del 1 de octubre de 2021 en los que la Base Imponible del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas no supere el salario mínimo interprofesional por miembro de la unidad familiar.
- En ambos casos la solicitud de bonificación deberá acompañarse de una copia de la Declaración de la Renta del año 2020.

• **BAJAS.-** Las inscripciones se realizan para el curso escolar (octubre-mayo), realizándose el cobro de la cuota en dos plazos (cuatrimestral). Las bajas de cara al 2º cuatrimestre se deberán solicitar antes de la finalización del mes de enero de 2022, en caso contrario se girará el correspondiente recibo de la cuota del 2º cuatrimestre.

• **CONFIRMACIÓN.-** Se deberá realizar confirmación por escrito en la actividad, grupo y hora adjudicados aportando, en su caso, la autorización para el cobro de la cuota, antes del inicio de la actividad. Dicha documentación se entregará en Control de Accesos del Polideportivo o enviándola por correo electrónico a las siguientes direcciones: [kviedma@aranguren.es](mailto:kviedma@aranguren.es) o [naldunate@aranguren.es](mailto:naldunate@aranguren.es)

• En el transcurso de las actividades deportivas municipales y exhibiciones se podrán realizar fotografías o vídeos para la difusión municipal. Por ello, si alguien no desea que su imagen o la correspondiente a los o las menores a su cargo sea reproducida, diríjase por favor al Servicio de Deportes, llamando al 948 246 850 o enviando un correo electrónico a la siguiente dirección: [kviedma@aranguren.es](mailto:kviedma@aranguren.es)

• **PROTECCION DE DATOS.-**

**Responsable del tratamiento:** Ayuntamiento del Valle de Aranguren

**Finalidad:** Gestionar las inscripciones para la participación en las actividades del programa deportivo municipal.

**Derechos:** Tiene derecho a acceder, rectificar y suprimir los datos, así como otros derechos, dirigiéndose a las dependencias municipales o enviando un correo a la siguiente dirección: [dpd@aranguren.es](mailto:dpd@aranguren.es)

**Más información:** Política de Privacidad de <http://www.aranguren.es/>

